

# Werk mee aan een groener vrijzinnig humanisme

## *Hoe breng ik een groener vrijzinnig humanisme in de praktijk?*

Een interessante oefening die je zelf kan doen, is een eerlijk (en grondig) **zelfonderzoek**. Zo krijg je meer inzicht in manieren van denken, verlangens en verwachtingen die ook een invloed hebben op je gedrag, wat dan weer andere mensen en het milieu beïnvloedt.

Wat is jouw typische levensstijl? Hoe staat het met je consumptiegedrag? Kijk eens naar je uitgaven, je voeding, je manier van verplaatsen, reizen,... Bedenk dat alles wat je koopt of doet een effect heeft op andere mensen en het milieu!

Denk vervolgens ook eens dieper na over de (onderliggende) *waarden en de verlangens* die je koestert. Misschien zie je dat er wel wat bijschaving of bijsturing mogelijk is. Welke waarden zijn voor jou prioritair? Stel je steeds jezelf centraal of denk je ook aan de betrokkenheid of verbondenheid met anderen? Zijn je verlangens evenwichtig of juist levensgroot?

Zo leer je jezelf beter kennen. Heb je wat verbeterpuntjes gevonden waarmee je misschien ook je impact op milieu en klimaat kan verminderen? Dan kun je aan de slag! Zelfs met kleine aanpassingen in je denken en dagelijkse handelen kun je een verschil maken. Want de alternatieven zijn er vaak wel.

**We hebben met andere woorden wel degelijk dikwijls de keuze tussen een actie die bijdraagt tot een betere wereld en die past in het duurzaamheidsdenken tegenover een actie waarbij we toegeven aan de verleiding van de voor de hand liggende, gemakkelijke(re) en vaak goedkope(re) pistes die helaas ook dikwijls leiden tot meer materialisme (koopzucht), afval, onrechtvaardigheid (bijvoorbeeld door gebrek aan respect mensen in de productieprocessen), ...**

***“Vrij denken, samen doen!***

***Samen op weg naar een actief, groener vrijzinnig humanisme.”***

## Acht basistips voor duurzamer leven

Er zijn een aantal praktische dingen die je kunt doen (of juist *laten*) voor meer duurzaamheid.

Hierna enkele tips voor het dagelijkse leven waarmee je het milieu kan sparen. Het gaat niet om wereldschokkende ideeën, en veel ervan is je vast al bekend.

Maar pas je je kennis over deze zaken ook echt toe? Bedenk dat **zelfs de kleinste inspanning** iets oplevert...

- Vermijd *plastic tassen*. Gebruik in de plaats een herbruikbare tas, rugzak, rieten mand, fietstas, vouwkrat,...
- Las een *vleesloze/vegetarische dag* in je weekmenu in! Er zijn tal van lekkere vegetarische producten op de markt. Je kan ook teruggrijpen naar eiwitbronnen als linzen, kikkererwten, bonen, noten,...
- Eet vaker *lokale of seizoensgebonden producten*. De lokale boeren varen er wél bij en het is beter voor het milieu (alleen al omdat er minder vervuilend transport mee gemoeid is).
- *Hergebruik goederen of geef ze door aan anderen voor een tweede leven*. Duik zelf eens wat vaker in het tweedehands-circuit (tweedehandswinkels, kringloopwinkels,...)
- Vermijd *wegwerpproducten* (zoals wegwerpbestek, producten voor eenmalig gebruik,...). Ze zijn weliswaar vaak goedkoop maar leiden tot een enorme afvalberg.
- Koop (eens wat vaker) *biologische producten*. Deze producten (te herkennen aan de labels en ook verkrijgbaar in gewone supermarkten) gaande van voeding over poetsproducten, wijn en bier to speelgoed en schrijfwaren,... zijn geproduceerd met respect voor mens, dier en milieu.
- Beperk je *waterverbruik*. Je hoeft echt niet elke dag te douchen om schoon te blijven! Denk ook na over je indirecte waterverbruik (dit is het totaal volume aan zoet water dat wordt gebruikt om welbepaalde goederen en diensten te leveren). Wist je dat bijvoorbeeld dat voor het maken van één kopje koffie in feite 176 liter water nodig is?
- Denk na over je *vakantiebestemming en manier van reizen*. Laat je niet te snel verleiden door goedkope vliegtickets, verre reizen voor slechts een kort verblijf ter plekke, nodeloos autogebruik,... Een vakantie dichterbij huis kan zelfs erg plezierig zijn en je herontdekt of herwaardeert er lokale mogelijkheden mee.

## Relevante lectuur - Boekentips

### Volwassenen

*Stop de broeikas, 201 verrassend makkelijke tips & wetenswaardigheden*, Jeroen Trommelen, Meulenhoff i.s.m. de Volkskrant, 2007, 9789029079303

*Terra Reversa, de transitie naar rechtvaardige duurzaamheid*, Peter Tom Jones & Vicky De Meyere, Epo, 2009, 9789064455438

*Lesgeven over duurzame ontwikkeling, Didactische handreiking*, M. de Wolf (red.), R. van Otterdijk, P. Pennartz, P. Hurkxkens, T. Toebes, Garant, 2011, 9789044127669

*Van vrijzinnig humanisme naar ecologie en terug (cahier)*, J. Braeckman, D. Holemans, JP Van Bendegem e.a., uitgave van de Mens.nu/Unie Vrijzinnige Verenigingen, 2011

*De ogen van de panda, Een kwarteeuw later*, Etienne Vermeersch, Houtekiet, 2010, 9789089241122

*De ware energiefactuur*, Aviel Verbruggen, Houtekiet, 2008; 9789089240170

*Dieren eten*, Jonathan Safran Foer, Ambo, 2009, 9789022324318

*The story of stuff*, Annie Leonard, Lev Boeken, 2010, 9789022996041

*Groene levenskunst*, Wilhelm Schmid, Ambo, 2010, 9789026322532

*Welvaart zonder groei*, Tim Jackson, Oikos, 2010, 9789062244942

*Het klimaatboek, pleidooi voor een ecologische omslag*, Els Keystman en Peter-Tom Jones, Epo, 2007, 9789064454523

*Een ongemakkelijke waarheid*, Al Gore, Meulenhoff, 2007, 9789029079884

*Onze keuze, een actieplan om het klimaat te redden*, Al Gore, Meulenhoff, 2009, 9789029085489

*De geplunderde planeet*, Paul Collier, Spectrum, 2010, 9789049102357

*Een nieuw verhaal van de wereld*, Ricardo Petrella, EPO en UAB, 2010, 9789064457371

*Groene intelligentie*, Daniel Goleman, Contact, 2009, 9789025430375

*Cradle to cradle*, William McDonough, Micheal Braungart, Scriptum, 2007, ISBN10 0865475873 en ISBN13 9780865475878

### Kinderen en jongeren

*Basisboek duurzame ontwikkeling*, N. Noorda, Wolters-Noordhoff, 2006, 9001267092 en 9789001267094

*Hoeveel papier gaat er in een boom?*, Bas van Lier, Nieuw Amsterdam, 2010, 9789046807125

*Het laatste kind in het bos (Last Child in the Woods)*, Richard Louv, 2010, vertaald i.s.m. het LNV, ISBN10 1565125223 ISBN13 9781565125223

*Duurzaam opvoeden en ontwikkelen*, Marcel van Herpen, Garant, 2008, ISBN10 9044123386 ISBN13 9789044123388

*Duurzame oma*, Sjoerd Kuyper, Herman van Straaten, Hoogland & Van Klaveren, 2009, 9789089670427 (6+)

*Klimaatverandering*, Sally Morgan, Corona, 2000, 9789054953999 (8+)

*Bio-energie*, Neil Morris, Corona, 2007, ISBN10 9054958855 ISBN13 9789054958857 (8+)

*Het naar buiten boek*, On track, Unieboek/Het Spectrum, 2011, 9789000301065

## Interessante links

### Zelf actie ondernemen:

Ecologische voetafdruk berekenen: [www.voetafdruk.be](http://www.voetafdruk.be)

Watervoetafdruk berekenen: [www.watervoetafdruk.be](http://www.watervoetafdruk.be)

CO<sup>2</sup>-compensatie van je vliegtuigreis regelen: [www.greenseat.nl](http://www.greenseat.nl)

Duurzaam toerisme: [www.duurzaam-toerisme.be](http://www.duurzaam-toerisme.be) en [www.wegwijzer.be](http://www.wegwijzer.be)

Groene zoekmachine: [www.ecosia.org](http://www.ecosia.org)

Duurzaam / Ethisch Bankieren: <http://www.netwerkvlaanderen.be> (concreet o.a. [www.triodos.be](http://www.triodos.be) en [www.asnbank.nl](http://www.asnbank.nl))

### Algemene info:

Belgisch Platform voor Biodiversiteit: <http://www.biodiversiteit.be/>

Duurzame labels etc.: <http://www.labelinfo.be/>

Ecocheques: <http://www.ecocheques.be>

### **Bekende campagnes en overkoepelende initiatieven:**

Campagne BBL “Ik Kyoto”: <http://www.ikkyoto.be/>

Campagne BBL “Dag van de Aarde”: <http://www.bondbeterleefmilieu.be/weekvandeearde>

Campagne Dikke Truiendag: <http://www.lne.be/campagnes/dikke-truiendag>

Campagne Donderdag Veggiedag: <http://www.donderdagveggiedag.be>

Transitiesteden: <http://transitie.be/r/default.aspx>

### **Organisaties actief m.b.t. duurzaamheid en gerelateerde thema's:**

Ecolife vzw: [www.ecolife.be](http://www.ecolife.be)

EVA (Ethisch Vegetarisch Alternatief) vzw: [www.vegetarisme.be](http://www.vegetarisme.be)

WereldNatuurFonds/WWF België: <http://www.wwf.be/nl>

Natuurpunt, Vereniging voor Natuur en Landschap: <http://www.natuurpunt.be>

Bond Beter Leefmilieu: <http://www.bondbeterleefmilieu.be>

Netwerk Bewust Verbruiken: <http://www.bewustverbruiken.org>

Werkgroep voor een rechtvaardige en verantwoorde landbouw vzw: <http://www.wervel.be>

### **Voeding:**

Viswijzer:

[http://www.wnf.nl/nl/wat\\_wnf\\_doet/thema\\_s/oceanen\\_en\\_kusten/viswijzer\\_kies\\_duurzame\\_vis/](http://www.wnf.nl/nl/wat_wnf_doet/thema_s/oceanen_en_kusten/viswijzer_kies_duurzame_vis/)

Groentekalender:

[http://www.velt.be/Joomla/index.php?option=com\\_content&task=view&id=313&Itemid=137](http://www.velt.be/Joomla/index.php?option=com_content&task=view&id=313&Itemid=137)

Biologische voeding en landbouw: <http://www.bioforum.be>

Voedselteams - “Weet wat je eet”: <http://www.voedselteams.be>

Duurzame broodjes en lunches voor vergaderingen: [www.exki.be](http://www.exki.be)

De waarheid over de vleesindustrie (filmpje): <http://www.meatthetruth.nl>