

TEST met scores**SCORE****1. Hoe vaak eet jij eieren en/of zuivelproducten (melk, yoghurt, vla, roomijs)?**

...

- Meerdere keren per dag (10)
- Elke dag (8)
- meerdere keren per week (6)
- Ongeveer één keer per week (4)
- Zelden (2)
- Nooit (0)

2. Hoeveel boterhammen met kaas en vleeswaren eet je gemiddeld op een dag? ...

- 4 of meer boterhammen per dag (10)
- 3 boterhammen per dag (8)
- 2 boterhammen per dag (6)
- 1 boterham per dag (4)
- soms wel, soms niet (2)
- helemaal nooit kaas en vleeswaren (0)

3. Hoe vaak eet jij gemiddeld per week vlees?

...

- Elke dag vlees bij de warme maaltijd (28)
- 5 of 6 keer per week vlees bij de warme maaltijd (21)
- 3 of 4 keer in de week vlees bij warme maaltijd (14)
- 1 of 2 keer per week vlees bij warme maaltijd (7)
- helemaal nooit vlees (0)

4. Hoe vaak krijg of koop jij kleding?

...

- Ik krijg of koop vaak nieuwe kleding, meestal dat wat in de mode is (10)
- Ik krijg of koop alleen nieuwe kleding wanneer het echt nodig is (5)
- Ik krijg of koop vooral tweedehands-kleding of ik krijg het van anderen (2)

5. Hoe ga je naar school?

...

- Ik loop of fiets meestal naar school (0)
- Ik kom meestal met de bus of trein (4) - Ik word met de auto gebracht (6)
- Ik ga soms met de fiets/lopend en soms met de bus of auto naar school (4)

6. Hoeveel uur per dag kijk je tv, ben je aan het computeren en/of met je mobiel bezig?

- 6 uur of meer per dag (6)
- Ongeveer 5 uur per dag (5)
- Ongeveer 4 uur per dag (4)
- Ongeveer 3 uur per dag (3)
- Ongeveer 2 uur per dag (2)
- Ongeveer 1 uur of minder per dag (1)
- Helemaal nooit (0)

7. Hoe vaak krijg of koop jij nieuw speelgoed?

...

- Elke week wel iets nieuws (12)
- Elke maand wel iets nieuws (5)
- Alleen met m'n verjaardag en Sinterklaas/kerst (2)
- Net iets vaker dan verjaardag en Sinterklaas/kerst (3)
- Vooral tweedehands spullen (1)

8. Vliegvakanties: hoe vaak per jaar ga je met het vliegtuig op vakantie en hoe ver weg?

...

- Meer keren per jaar een verre reis buiten Europa (30)
- Meer keren per jaar binnen Europa (24)
- Elk jaar één verre vliegreis buiten Europa (18)
- Elk jaar één vliegreis binnen Europa (12)
- Ik heb in totaal 3 keer gevlogen in mijn hele leven (8)
- Ik heb in totaal 2 keer gevlogen in mijn hele leven (4)
- Ik heb nog nooit gevlogen (0)

9. Autovakanties: hoe vaak per jaar ga je met de auto op vakantie en hoe ver weg?

...

- Meer keren per jaar ver weg bijvoorbeeld Spanje (10)
- Meer keren per jaar dichtbij (8)
- Eens per jaar ver weg (8)
- Eens per jaar dichtbij (6)
- Alleen in Nederland (4)
- Niet met de auto op vakantie (0)

SCORE:

0 – 20: Hele kleine voetafdruk

Jouw manier van leven is goed voor de aarde. Je gebruikt erg weinig grondstoffen en energie, waardoor de Aarde ruim voldoende tijd heeft om te herstellen. Je laat maar een heel kleine voetafdruk achter. Ga zo door!

21 – 40: Kleine voetafdruk Jouw manier van leven is goed voor de aarde. Je gebruikt maar weinig van de aarde, aan grondstoffen/energie/enzovoort. De aarde heeft voldoende tijd om alles wat jij gebruikt weer aan te vullen. Je laat een kleine voetafdruk achter. Ga zo door!

41 – 70: Gemiddelde voetafdruk. Voor jouw manier van leven zijn aardig wat grondstoffen/energie/aarde nodig. Je laat best wel een stevige voetafdruk achter. Kijk eens terug naar de vragen waar je hoog op scoorde. Wat zou je kunnen veranderen?

71 – 100: Grote voetafdruk

Jouw manier van leven vraagt veel van de Aarde aan grondstoffen en energie. De Aarde heeft zo niet voldoende tijd om te herstellen. Als iedereen zo zou leven dan raakt de aarde al snel op. Kijk naar de vragen waar je veel punten op scoorde. Wat zou je anders kunnen doen?

Meer dan 100 punten: Hele grote voetafdruk

Je hebt een megagrote voetafdruk. Jouw manier van leven vraagt enorm veel van de Aarde aan grondstoffen en energie. Als iedereen zo zou leven zou de Aarde onherstelbaar uit balans raken. Kijk eens naar de vragen waar je veel punten op scoorde. Hoe zou je je voetafdruk kleiner kunnen maken?