

Hoe groot is jouw CO₂-voetafdruk?

De gemiddelde Nederlandse CO₂-voetafdruk is ongeveer 9,8 ton CO₂ per jaar. Als iedereen op aarde zou leven als een Nederlander dan hebben we 3,5 aarde nodig om te leven.



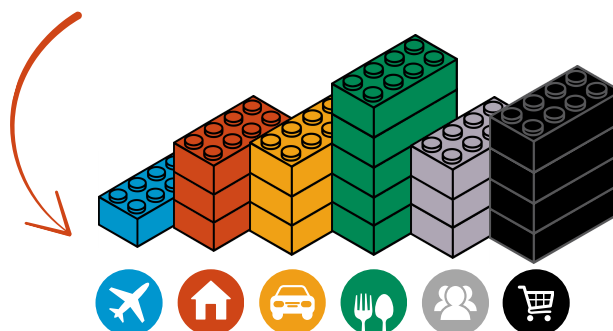
We hebben maar 1 aarde...

Hoe groot is jouw impact op de aarde?

Die 9,8 ton CO₂ per jaar voor een gemiddelde Nederlander is verdeeld over 6 categorieën. Elk Duploblokje staat voor 0,5 ton CO₂.

Bouw nu je eigen voetafdruk!

Kijk per categorie in de tabel wat het dichtst bij jouw situatie in de buurt komt en met hoeveel CO₂-uitstoot dat overeenkomt. Stapel daarna per categorie één blokje voor elke halve ton CO₂.



1

vliegen 0,5 ton



De gemiddelde Nederlander heeft een vliegimpact van 0,5 ton (1 blokje). Dit is het meest uitlopende deel van de voetafdruk, want sommige mensen vliegen veel, anderen helemaal niet. Vlieg je meerdere keren per jaar? Tel dan het aantal ton CO₂ bij elkaar op.

Regio	ton CO ₂ per vlucht
Europa	0,3
Net buiten Europa	1,1
Andere kant van de wereld	1,8

2

wonen 1,3 ton



Een Nederlander verbruikt gemiddeld per persoon 1.161 kWh elektriciteit en 381 m³ gas of 10 GJ warmte, dat heeft een impact van 1,3 ton (3 blokjes).

Elektriciteit		ton CO ₂ per jaar
Grijze stroom		0,5
100% groene stroom		0,0
Onbekende mix		0,4
Gas		ton CO ₂ per jaar
Aardgas		0,9
Stadsverwarming		0,3

3

Vervoer 1,8 ton 

Een Nederlander rijdt gemiddeld per persoon 8887 km per jaar met de auto. Bijna alle treinen in Nederland rijden op groene stroom, dus hiervan is de uitstoot verwaarloosbaar. Rij je (veel) meer? Maak dan een schatting.

Type	ton CO ₂ per jaar, gebaseerd op 8887 km
Benzine	1,8
Diesel	1,6
Hybride	1,3
Elektrisch	0,6

5

Overheid en diensten
1,5 ton 

Dit is een vast getal voor alle dingen die deel uitmaken van de samenleving – ziekenhuizen, gevangenissen, scholen, militairen, andere overheidsfuncties, wegenbouw, ons deel van de industrie, enz. Dus dit zijn altijd drie blokjes.

4

Voeding 2,7 ton 

De uitstoot van onze voeding hangt van ons dieet af. Vlees is verantwoordelijk voor het grootste deel van onze uitstoot van ons dieet.

Dieet	ton CO ₂ per jaar
Veganist	0,9
Vegetariër	1,5
Pescotariër (vis)	1,7
Weinig vlees (1-2 keer per week)	2,0
Gemiddelde vlees (3 tot 5 keer per week)	2,7
Veel vlees (6 tot 7 keer per week)	3,6

6

De rest 2,0+ ton 

Dit getal is al het andere dat niet direct kan worden berekend en waarvan wordt gezegd dat het 'van jou' is. Hier zitten niet eens de spullen bij die we vanuit het buitenland importeren. Daarmee kan je voetafdruk zelfs verdubbelen! Het is lastig een goede schatting te maken, dus we houden het op 2 ton. Dus vier blokjes!

De getallen die je gebruikt hebt om je impact te bouwen zijn allemaal grove schattingen om het zo simpel mogelijk te maken. Wil je precies weten hoe het zit? Kijk dan op climatestewards.nl voor onze calculator.

Tips om je impact te verminderen? Neem een Duurzame Bucketlist mee! Of kijk op duurzamebucketlist.nl