JMA@SCHOOL
POSTBUS 19199
1000 GD AMSTERDAM
T (020) 5507 436
E SCHOOL@JMA.ORG
W WWW.JMA.ORG

Bereken je eigen Voetafdruk

Als je de volgende vragenlijst invult, kun je je Mondiale Voetafdruk berekenen. Probeer zo eerlijk mogelijk te antwoorden. De vragenlijst bestaat uit twee gedeeltes. A gaat over je eigen gebruik, B gaat over het gebruik thuis. Tussen haakjes staan de op te tellen punten.

A. Je eigen gebruik

1. Hoeveel liter zuivel (melk, karnemelk, toetjes etc.) gebruik je per week?

Meer dan 5 liter	(10)
Tussen 4 en 5 liter	(8)
Tussen 3 en 4 liter	(6)
Tussen 2 en 3 liter	(4)
Minder dan 2 liter	(2)
Geen	(0)

2. Hoeveel gram kaas en kaasproducten eet je per week?
(op een boterham doe je ongeveer 20 gram)

Meer dan 450 gram	(10)
Tussen 350 en 450 gram	(8)
Tussen 250 en 350 gram	(6)
Tussen 150 en 250 gram	(4)
Minder dan 150 gram	(2)
Geen	(0)

3. Hoeveel gram vlees eet je per week, inclusief vleessnacks tussendoor en vleeswaren op brood?

Meer dan 1500 gram	(30)
Tussen 1000 en 1500 gram	(24)
Tussen 500 en 1000 gram	(18)
Tussen 100 en 500 gram	(12)
Minder dan 100 gram	(4)
Geen	(0)

4. Hoe vaak per maand eet je eten uit blikjes, diepvriesproducten en kant-en-klaar maaltijden?

Meer dan 11 keer	(10)
Tussen 8 en 11 keer	(8)
Tussen 5 en 8 keer	(6)
Tussen 2 en 5 keer	(4)
Minder dan 2 keer	(2)
Geen	(0)

JMA@SCHOOL
POSTBUS 19199
1000 GD AMSTERDAM
T (020) 5507 436
E SCHOOL@JMA.ORG
W WWW.JMA.ORG

5. Hoeveel stuks kleding koop je per jaar?

Meer dan 24	(10)
Tussen 16 en 24	(8)
Tussen 8 en 16	(6)
Minder dan 8	(4)
Nauwelijks, of tweedehands	(2)

6. Ga je wel eens met het vliegtuig op vakantie?

Ja, meer malen per jaar buiten Europa	(20)
Ja, meer malen per jaar binnen Europa	(16)
Ja, een keer per jaar buiten Europa	(16)
Ja, een keer per jaar binnen Europa	(12)
Ja, ongeveer eens per 3 jaar binnen Europa	(8)
Ja, ongeveer eens per 5 jaar binnen Europa	(4)
Nooit	(0)

7. Ga je wel eens met de auto, bus of trein op vakantie?

	auto	trein en bus
Ja, meer malen per jaar ver weg (bv. Spanje of Italië)	(10)	(5)
Ja, meer malen per jaar redelijk dichtbij	(8)	(4)
Ja, eens per jaar ver weg	(8)	(4)
Ja, eens per jaar redelijk dichtbij	(6)	(3)
Ja, eens per 3 jaar redelijk dichtbij	(4)	(2)
Ja, eens per 5 jaar redelijk dichtbij	(2)	(1)
Nooit met de auto, bus of trein	(0)	(0)

8. Hoeveel kilometer reis je per jaar naar school, je werk of privé (zonder vakanties)?

	auto*	openbaar vervoer
Meer dan 20.000 km	(20)	(10)
Tussen 15.000 en 20.000 km	(16)	(8)
Tussen 10.000 en 15.000 km	(12)	(6)
Tussen 5.000 en 10.000 km	(8)	(4)
Tussen 1.000 en 5.000 km	(4)	(2)
Minder dan 1.000 km	(2)	(1)
Geen	(0)	(0)

* Als je met meer mensen in de auto zit, mag je het aantal kilometers door dat aantal delen

Tel het totaal aantal punten van A op
Tussenstand A = punten

JMA@SCHOOL
POSTBUS 19199
1000 GD AMSTERDAM
T (020) 5507 436
E SCHOOL@JMA.ORG
W WWW.JMA.ORG

B Gebruik bij je thuis
Bij de volgende vragen moet je de punten delen door het aantal personen waarmee je het gebruik deelt:

9. De oppervlakte van je huis en tuin samen is (eventueel inclusief 2e huis en volkstuin):
Een gemiddeld rijtjeshuis zit tussen de 300 en 1000m²

Groter dan 3000m²	(5)
Tussen 2000 en 3000m²	(4)
Tussen 1000 en 2000m²	(3)
Tussen 300 en 1000m²	(2)
Kleiner dan 300m²	(1)

10. Hoeveel duurdere grote artikelen (bijv. meubels, elektrische apparaten, fietsen) worden er bij jou thuis per jaar gekocht?

Meer dan 7	(10)
Tussen 5 en 7	(8)
Tussen 3 en 5	(6)
Minder dan 3	(4)
Nauwelijks, of tweedehands	(2)

11. Hoeveel boeken, tijdschriften, kranten en ander papier krijg jij wekelijks in je brievenbus?
Als jullie thuis reclamefolders toestaan moet je dat als 2 punten extra rekenen

Meer dan 20	(10)
Tussen 15 en 20	(8)
Tussen 10 en 15	(6)
Tussen 5 en 10	(4)
Minder 5	(2)

12. Je gasrekening per maand is (schatting voor gemiddeld huishouden)
(een gemiddeld huishouden heeft een gasrekening tussen €34,- en €57,- per maand)

Hoger dan €136,-	(12)
Tussen €57,- en €136,-	(10)
Tussen €34,- en €57,-	(6)
Tussen €12,- en €34,-	(4)
Onder €12,-	(2)

JMA@SCHOOL
POSTBUS 19199
1000 GD AMSTERDAM
T (020) 5507 436
E SCHOOL@JMA.ORG
W WWW.JMA.ORG

13. Je elektriciteitsrekening per maand is

Hoger dan €92,-	(12)
Tussen €46,- en €92,-	(8)
Tussen €34,- en €46,-	(6)
Tussen €24,- en €34-	(4)
Lager dan €24,-	(2)

Als je natuurstroom of groene stroom gebruikt, mag je het aantal punten halveren
(Een gemiddeld huishouden heeft een elektriciteitsrekening tussen €35,- en €45,- per maand)

Tussenstand B = punten

Bij onderdeel B moet je de punten delen door het aantal personen waarmee je in je huis woont:

Tussenstand B / aantal personen in je huis =

De berekening van je Voetafdruk
Totaal van A en B= punten

Als je A en B bij elkaar optelt, kun je in onderstaand schema je Voetafdruk vinden:

160-168= ±10,5ha	80-88 = ±5,5ha
152-160= ±10,0ha	72-80 = ±5,0ha
144-152= ±9,5ha	64-72 = ±4,5ha
136-144= ±9,0ha	56-64 = ±4,0ha
128-136= ±8,5ha	48-56 = ±3,5ha
120-128= ±8,0ha	40-48 = ±3,0ha
112-120= ±7,5ha	32-40 = ±2,5ha
104-112= ±7,0ha	24-32 = ±2,0ha
96-104 = ±6,5ha	16-24 = ±1,5ha
88-96 = ±6,0ha	12-16 = ±1,0ha

'ha' staat voor hectare. Dit is 100 x 100 meter (10.000 m²). Dit is gelijk aan bijna 2 voetbalvelden