

Communicatie Toolkit: Zuivelpak tijdens de Verspillingsvrije week in 2025

In deze Communicatie Toolkit zijn de volgende onderdelen opgenomen, ter voorbereiding op de mediacampagnes van Zuivelpak tijdens de Verspillingsvrije week van 8 tot 14 september 2025.

1. Contentkalender
2. 12 posts voor Facebook en Instagram
3. Persbericht

De afbeeldingen in deze Toolkit zijn vrij van rechten. De afbeeldingen zijn ook los te downloaden via de website.

De posts uit deze communicatie toolkit worden voorafgaand en tijdens de Verspillingsvrijeweek gedeeld op de accounts van Zuivelpak en via de nieuwsbrief. Het staat stakeholders en andere geïnteresseerden vrij om deze posts te reposten op hun eigen accounts, of om onderstaande teksten en afbeeldingen te gebruiken als inspiratie voor het plaatsen van eigen posts. Graag wel met de vermelding van Zuivelpak en indien relevant ook andere partijen. Het doel is natuurlijk zo veel mogelijk impact maken te maken. Op naar een mooie Verspillingsvrije week!

Website: www.zuivelpak.nl

Facebook: Zuivelpak, <https://www.facebook.com/zuivelpak>

Instagram: @Zuivelpak, <https://www.instagram.com/zuivelpak/>

1. Contentkalender Zuivelpak 2025

Periode: 22 augustus t/m 18 september (5 weken)

Doel: Het doel van het communicatieplan voor Zuivelpak 2025 is consumenten het pak beter te laten vouwen, en om op deze manier voedselverspilling te verminderen. Het plan wordt uitgevoerd via social mediacampagnes op Facebook en Instagram en via het rondsturen van een nieuwsbrief en het versturen van een persbericht. We haken aan bij het jaarlijkse thema van de Verspillingsvrije week. Dit jaar ligt de focus nog meer op het creëren van bewustwording bij de consument over het eigen verspilgedrag en het bieden van een handelingsperspectief met een positieve toon. De belangrijkste doelen van de campagnes van Zuivelpak zijn: informeren, aanzetten tot actie en het vergroten van de doelgroep. Alle informatie die in de posts wordt benoemd is ook te vinden op de website. Daarom is het goed om de link naar de website altijd op te nemen, zodat de lezers van de berichten hiernaartoe kunnen nagiveren.

Doelgroep: De doelgroep is consumenten die zuivel consumeren. Andere belangrijke stakeholders zijn retailers, kennisinstituten en bedrijven uit de voedsel- en zuivelsector, en deze bereiken we met de nieuwsbrief en met het persbericht.

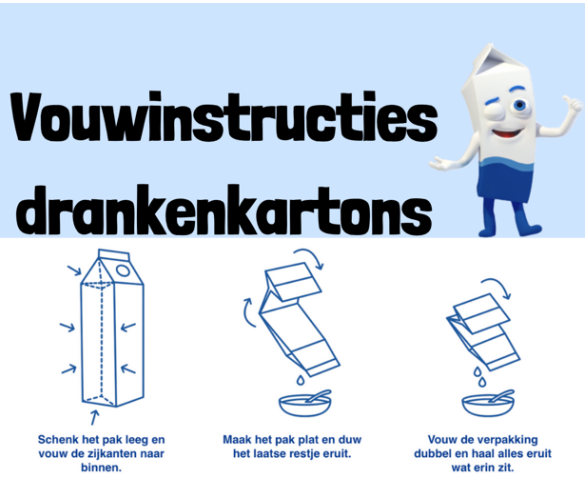
Wanneer: Om het bereik zo groot mogelijk te maken beginnen we dit jaar 3 weken voorafgaand aan de Verspillingsvrije week (8-14 september) met het plaatsen van posts op de Facebook en Instagram accounts.

Inhoud:

- Posts over kennis en feitjes rondom voedselverspilling en drankenkartons, call-to-actions met herkenbare iconen (zoals de vouwinstructies) en recepten met (restjes van) zuivelproducten
- Posts rondom de slogans “haal alles eruit wat erin zit” en “Kijk, Ruik, Proef en Vouw”
- Reposten van relevante content van stakeholders: Samen Tegen Voedselverspilling en partners van Zuivelpak: Afvalfonds, CBL, Elopak, FNLI, Hedra, NZO en Verpact.

Hashtags: #verspillingsvrij #SamenTegenVoedselverspilling #zuivelpak

Contentkalender

Wee k	Dat um	Onderwerp	Tekst	Media
34	22 aug	Voedselvers pilling: introductie & vouwinstruc ties	Haal alles eruit wat erin zit! Wist je dat Nederlanders jaarlijks gemiddeld 33 kilo goed eten weggooien? Hiervan is 2,8 kilo zuivelproducten: dat staat gelijk aan 3 volle pakken yoghurt. Minder voedselverspilling is belangrijk omdat je hiermee de vervuiling van het klimaat kan beperken en omdat het beter is voor je portemonnee! Een eenvoudige manier om minder zuivel te verspillen is het goed vouwen van het pak. Yoghurt en vla pakken worden meestal niet goed leeggemaakt waardoor per pak tot wel een halve portie wordt weggegooid. Volg deze instructies en haal alles eruit wat erin zit! 1. Schenk het pak leeg en vouw de zijkanen naar binnen 2. Maak het pak plat en duw vanaf de bodem de yoghurt of vla eruit 3. Vouw daarna het pak dubbel om echt alles eruit te halen	 Vouwinstructies drankenkartons Schenk het pak leeg en vouw de zijkanen naar binnen. Maak het pak plat en duw het laatste restje eruit. Vouw de verpakking dubbel en haal alles eruit wat erin zit. Haal alles eruit wat erin zit! https://www.youtube.com/watch?v=y3MAeiN_ju4

			Lees meer op onze website: https://www.zuivelpak.nl/ #verspillingsvrij #SamenTegenVoedselverspilling #zuivelpak	
--	--	--	---	--

35	26 aug	Houdbaarheid: temperatuur koelkast	Stel je koelkast in op de juiste temperatuur De manier waarop je met een zuivelpak omgaat heeft invloed op de houdbaarheid ervan. Een van de belangrijkste manieren om jouw product zo lang mogelijk houdbaar te houden is door het in de koelkast te bewaren. Zet je pak zuivel na gebruik direct terug in de koelkast en stel jouw koelkast in op 4°C. Dit is de ideale temperatuur voor je koelkast. Producten blijven zo langer goed en bacteriën en schimmels krijgen nauwelijks de kans om te groeien. Lees meer op onze website: https://www.zuivelpak.nl/ #verspillingsvrij #SamenTegenVoedselverspilling #zuivelpak	
----	-----------	---------------------------------------	--	--

36	2 sep t	Grondstoffen: verduurzaming verpakkingen en klimaat effect	Verduurzaming van drankenkartons De duurzaamheid van zuivelverpakkingen wordt steeds verder verbeterd, bijvoorbeeld door het duurzaam gebruik van natuurlijke grondstoffen zoals duurzaam karton. Dit is de belangrijkste grondstof voor zuivelverpakkingen. Het hout is veelal afkomstig uit verantwoord beheerde productiebossen en is te herkennen aan het FSC-logo. Ook gebruiken een aantal fabrikanten bioplastics voor de productie van doppen en de coating aan de binnenzijde. Biobased plastic wordt gemaakt van plantaardige reststromen en dit kan bijdragen aan minder afhankelijkheid van fossiele grondstoffen. Lees meer op onze website: https://www.zuivelpak.nl/ #verspillingsvrij #SamenTegenVoedselverspilling #zuivelpak
----	---------------	---	--

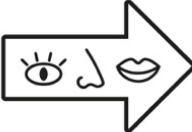


	4 sep t	Recept	Recept bevroren yoghurt snacks Niemand wil voedsel verspillen, maar af en toe heb je een restje zuivel in de koelkast staan. Maak gemakkelijk bevroren yoghurt bites: een gezonde snack die wel 3 maanden te bewaren zijn in de vriezer! Verdeel de yoghurt gelijkmatig over een bakplaat met bakpapier en bestrooi met bevroren fruit of stukjes noten. Hou je van zoet? Voeg dan dadels, pure chocolade of honing toe. Plaats in de vriezer voor 2 uur. Breek de bevroren yoghurt in kleinere stukken en bewaar ze in een diepvrieszak. Je zelfgemaakte yoghurtsnacks blijven wel 3 maanden goed! Lees meer op onze website: https://www.zuivelpak.nl/ #verspillingsvrij #SamenTegenVoedselverspilling #zuivelpak	Bevroren yoghurt snacks 🕒 10 minutes INGREDIENTEN • Yoghurt • Bevroren fruit • Noten in stukjes • Optioneel: dadels, pure chocolade of honing • Bakplaat, bakpapier en een vriezer Deze yoghurtsnacks blijven tot wel 3 maanden goed in de vriezer! BEREIDING 1. Maak het pak yoghurt leeg met onderstaande vouwinstructies. 2. Verdeel de yoghurt gelijkmatig over een bakplaat met bakpapier. 3. Bestrooi met bevroren fruit en noten. 4. Hou je van zoet? Voeg dan dadels, pure chocolade of honing toe. 5. Plaats in de vriezer voor 2 uur en breek het geheel daarna in kleine stukken 1. Schuif het pak leeg en vouw de zijden naar binnen. 2. Maak het pak plat en duw het laatste rechte eruit. 3. Vouw de verpakking dubbel en laat alles eruit wat erin zit.
--	---------------	--------	--	--

Start Verspillingsvrije week

37	8 sep t	Voedselverspilling: doe mee met de Verspillingsvrije week!	Doe mee aan de Verspillingsvrije Week! Wist je dat Nederlanders jaarlijks gemiddeld 33 kilo goed eten weggooien? Hiervan is 2,8 kilo zuivelproducten: dat staat gelijk aan 3 volle pakken yoghurt. Door slimmer om te gaan met je ingekochte boodschappen en restjes in verpakkingen voorkom je onnodige verspilling. Van 8 september t/m 14 september is de Verspillingsvrije Week. Deze week laten wij je zien hoe jij dit kan tegengaan! Want dat is niet alleen goed voor het milieu, maar ook voor je portemonnee! Lees meer op onze website: https://www.zuivelpak.nl/ #verspillingsvrij #SamenTegenVoedselverspilling #zuivelpak	
----	---------------	--	---	--

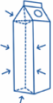
	9 sep t	Voedselvers pilling: vouwinstruc ties – Haal alles eruit wat erin zit!	Haal alles eruit wat erin zit! Yoghurt en vla pakken worden meestal niet goed leeggemaakt waardoor per pak tot wel een halve portie wordt weggegooid. Zonde! Zo haal jij wel alles uit je pak: 1. Schenk het pak leeg en vouw de zijkanten naar binnen 2. Maak het pak plat en duw vanaf de bodem de yoghurt of vla eruit 3. Vouw daarna het pak dubbel om echt alles eruit te halen Hoe snel kan jij een zuivelpak leegmaken? Lees meer op onze website: https://www.zuivelpak.nl/ #verspillingsvrij #SamenTegenVoedselverspilling #zuivelpak	https://www.youtube.com/watch?v=7_pw_ZMInBo 
--	---------------	---	--	---

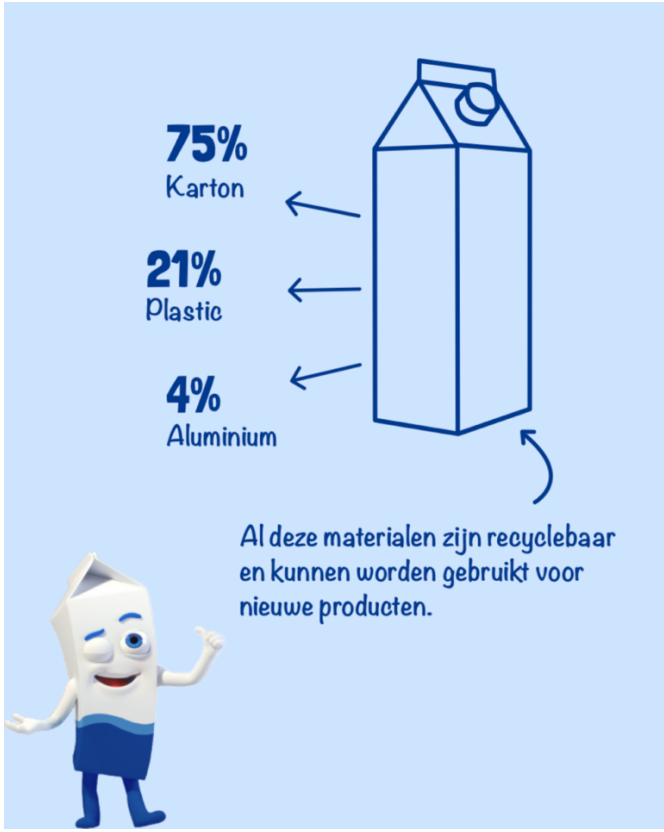
	10 sep t	Houdbaarheid: kijk, ruik, proef en vouw (THT en TGT-datum)	Kijk, ruik en proef! Op een verpakking staan vaak 2 verschillende datums die je helpen om te bepalen of een product nog goed is om te eten: een THT en een TGT-datum. De ‘Tenminste Houdbaar Tot’-datum geeft aan tot wanneer het product de beste kwaliteit heeft. Na deze datum neemt de kwaliteit af, maar is het wel nog voor een langere tijd prima te eten! Gooi het dus niet zomaar weg maar kijk, ruik en proef of het nog goed is! De ‘Te Gebruiken Tot’-datum is de laatste dag waarop het veilig is om te eten. Hou je dus wel goed aan deze datum! Lees meer op onze website: https://www.zuivelpak.nl/ #verspillingsvrij #SamenTegenVoedselverspilling #zuivelpak	Ten minste Houdbaar Tot-datum  Vaak goed na datum. Kijk, ruik en proef. Te Gebruiken Tot-datum  Gebruik vóór of op datum. Niet gebruiken na datum.
--	----------------	--	---	--

	11 sep t	Kijk, ruik, proef	Kijk, ruik en proef! 10% van de voedselverspilling bij consumenten thuis wordt veroorzaakt door onduidelijkheid over de verschillende houdbaarheidsdata. Dit staat gelijk aan ca. 60 miljoen kilo goed voedsel, 115 miljoen maaltijden ofwel 175 miljoen kg CO2 uitstoot per jaar. Daar valt enorme winst te behalen! Wat doe jij met een pak yoghurt dat over de datum is? Weggooien of opeten? Na de tenminste houdbaar tot-datum (THT) die op het pak vermeld staat, kan je het vaak nog prima eten. Door te kijken, ruiken én proeven kun je zelf beoordelen of je een product nog kunt eten na de THT-datum. Lees meer op onze website: https://www.zuivelpak.nl/ #verspillingsvrij #SamenTegenVoedselverspilling #zuivelpak
--	----------------	----------------------	---



	12 sep t	Retailers met vouwinstruc ties	Vouwinstructies in supermarkten In steeds meer supermarkten zijn de vouwinstructies terug te vinden op de verpakking van drankenkartons. Bij PLUS, Jumbo, Albert Heijn en DIRK staan op een aantal yoghurt en vla pakken van het huismerk de instructies. Dit is handig voor consumenten omdat het zo gemakkelijk is om alles uit het zuivelpak te halen wat erin zit! Lees meer op onze website: https://www.zuivelpak.nl/ #verspillingsvrij #SamenTegenVoedselverspilling #zuivelpak	
--	----------------	---	---	--

	13 sep t	Recept	Yoghurt dip Het weekend staat voor de deur. Heb je zin in een lekker tussendoortje? Gebruik dan een restje yoghurt om een deze heerlijke dip mee te maken! Lekker met een stuk stokbrood of om verse groenten in te dippen. Lees meer op onze website: https://www.zuivelpak.nl/ #verspillingsvrij #SamenTegenVoedselverspilling #zuivelpak	 Yoghurt dip  10 minutes INGREDIENTEN • 125 gram yoghurt • Kruiden, zoals peterselie, dille of bieslook • Verse knoflook • Peper en zout • Citroensap Lekker met een stuk stokbrood of om verse groenten in te dippen! BEREIDING 1. Maak het pak yoghurt leeg met onderstaande vouwinstructies. 2. Snij de kruiden fijn. 3. Meng de kruiden en de geperste knoflook met de yoghurt. 4. Voeg de citroensap 5. En voeg naar smaak zout en peper toe.   
--	----------------	--------	--	---

	14 sep t	Recyclen: hoe en waarom recyclen?	Beter vouwen is beter recyclen! Wist je dat een drankenkarton grotendeels gerecycled kunnen worden? Vouw een drankenkarton helemaal plat wanneer je het weggooit. Een verpakking is namelijk beter te recyclen wanneer deze zo leeg mogelijk is. Ook past er zo meer in een vuilniszak. Vergeet niet de dop er terug op te doen, want die kan ook worden gerecycled. Een Nederlands gezin gebruikt jaarlijks zo'n 300 drankenkartons. Deze worden grotendeels gebruikt voor het verpakken van producten als melk, vla en yoghurt. Door drankenkartons te recyclen kunnen de waardevolle grondstoffen opnieuw worden gebruikt. Lees meer op onze website: https://www.zuivelpak.nl/ #verspillingsvrij #SamenTegenVoedselverspilling #zuivelpak	 75% Karton 21% Plastic 4% Aluminium Al deze materialen zijn recyclebaar en kunnen worden gebruikt voor nieuwe producten.
--	----------------	--	---	--

38	16 sep t	Terugblik op de Verspillings vrijeweek	De Verspillingsvrije Week zit er weer op! De zevende editie van de Verspillingsvrije Week zit er weer op! We hopen dat je deze week nieuwe dingen geleerd hebt om zoveel mogelijk zuivelverspilling te voorkomen. Hieronder zetten we de centrale tips nog even op een rijtje: • Vouw je zuivelpak om de laatste restjes eruit te halen en haal nog tot een halve portie eruit. Haal alles eruit wat erin zit! • Kijk, ruik en proef! Vaak zijn producten nog goed nadat de ten minste houdbaar tot-datum (THT) verstreken is. • Zet je zuivelproducten in de koelkast en zet deze op de juiste temperatuur: 4°C. De Verspillingsvrije Week zit erop en wij weten zeker dat alle restjes die in het zuivelpak zitten, er nu door jou uitgehaald worden! Lees meer op onze website: https://www.zuivelpak.nl/ #verspillingsvrij #SamenTegenVoedselverspilling #zuivelpak	
----	----------------	---	--	--

2. Persbericht

Vouwinstructies steeds vaker te zien op drankenkartons!

Van 8 tot en met 14 september organiseert stichting Samen Tegen Voedselverspilling de zevende editie van de Verspillingsvrije Week. Tijdens deze week worden consumenten aangespoord om verspilling van voedsel te verminderen via verschillende acties. Zuivelpak is voor het vijfde jaar trotse partner van dit initiatief.

Voedselverspilling in Nederland

De gemiddelde Nederlander verspilt per jaar 30 kilo goed voedsel, en daarvan is zo'n 3 kilo zuivelproducten: dat staat gelijk aan 3 pakken yoghurt! Het is belangrijk om voedselverspilling zo veel mogelijk te voorkomen omdat het nadelig is voor de portemonnee en schadelijk voor het milieu. Sinds 2015 is voedselverspilling onder consumenten met 23% afgenomen: een goede ontwikkeling! Maar nog steeds zijn veel consumenten niet bewust van de hoeveelheid eten dat ze verspillen¹. Uit een onderzoek van het Voedselcentrum eerder dit jaar bleek dat veel mensen het weggooien van eten dat niet meer goed is geen voedselverspilling vonden, zoals een boterham met schimmel erop (76%) of melk die over de datum is (41%). Daarentegen vinden mensen het weggooien van eten dat overblijft na een maaltijd wel voedselverspilling, namelijk een restje pasta op je bord (71%) of restjes uit de koelkast (83%). Het weggooien van eten is altijd zonde en zuivel behoort tot de top 5 meest verspilde producten². Daarom vraagt Zuivelpak deze week extra aandacht voor het verminderen van verspillen van zuivel!

Vouw en haal alles eruit wat erin zit!

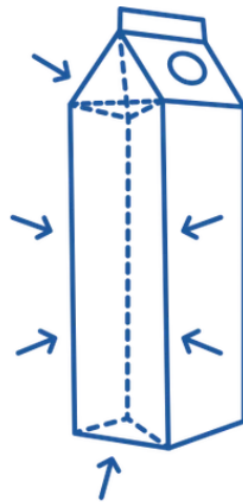
De vouwinstructie voor zuivelverpakkingen is steeds vaker te zien in het schap! Bij PLUS, Jumbo, Albert Heijn en DIRK staan op een aantal yoghurt en vla pakken van het huismerk de instructies. Dit is handig voor consumenten omdat het zo gemakkelijk is om alles uit het zuivelpak te halen wat erin zit. Een eenvoudige manier om minder zuivel te verspillen is het goed vouwen van het pak. Yoghurt en vla pakken worden

¹

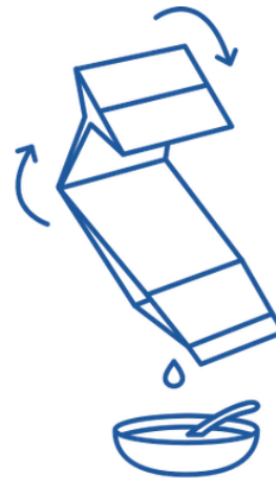
<https://www.voedingscentrum.nl/encyclopedie/voedselverspilling.aspx#:~:text=Niemand%20wil%20echt%20verspillen,de%20factsheet%20Voedselverspilling%20door%20consumenten>

² <https://www.voedingscentrum.nl/encyclopedie/voedselverspilling.aspx#:~:text=De%20vijf%20meest%20verspilde%20productgroepen,groente%20en%20fruit%20juist%20meer>

meestal niet goed leeggemaakt. Door de instructies te volgen haal je mogelijk nog een halve portie uit het pak. En daarmee voorkom je onnodige verspilling van goed voedsel! Ook is het belangrijk om een drankenkarton helemaal plat te maken wanneer je het weggooit. Een verpakking is namelijk beter te recyclen wanneer deze zo leeg mogelijk is. Ook past er zo meer in een vuilniszak. Vergeet niet de dop er terug op te doen, want die kan ook worden gerecycled.



**Schenk het pak leeg en
vouw de zijkanten naar
binnen.**



**Maak het pak plat en duw
het laatste restje eruit.**



**Vouw de verpakking
dubbel en haal alles eruit
wat erin zit.**

Tot wanneer kan je zuivelproducten consumeren?

Minder zuivel verspillen doe je door alles uit het pak te halen en door het slim vouwen van het zuivelkarton. Vaak gooien mensen ten onrechte eten weg, namelijk omdat ze denken dat het niet meer goed is om te eten. Daarom is het belangrijk dat je altijd zelf *kijkt, ruikt en proeft* om te checken of het product nog goed is. Kijk daarom eerst naar de data op de verpakkingen: de 'Tenminste Houdbaar Tot'-datum en de 'Te Gebruiken Tot'-datum. De 'Te Gebruiken Tot'-datum is de laatste dag waarop het veilig is om het product te consumeren. Het is daarom belangrijk om je goed aan deze datum te houden. De 'Tenminste Houdbaar Tot'-datum geeft aan tot wanneer het product de beste kwaliteit heeft. Na deze datum neemt de kwaliteit af, maar is het wel nog voor een langere tijd goed om te eten!

Vind ons online!

Volg dan onze social media pagina's of neem een kijkje op onze website: www.zuivelpak.nl. Voor eventuele vragen kunt u contact opnemen via info@zuivelpak.nl.

Samen halen we alles eruit wat erin zit!

Zuivelpak is een initiatief van de zuivelindustrie, de supermarktbranche en producenten van drankenkartons. Eerdere campagnes hebben consumenten geïnformeerd over het gebruik van hernieuwbare grondstoffen voor drankenkartons en de recycling van kartonnen drankverpakkingen.