



Waar kan ik gifvrij voedsel kopen?

Bij de teelt van groenten en fruit wordt gebruik gemaakt van bestrijdingsmiddelen (fungiciden, herbiciden, insecticiden, nematiciden en rodenticiden) om gewassen te beschermen tegen ziekten, plagen en onkruid. Dus kunnen op groenten en fruit residuen van bestrijdingsmiddelen zitten. Er is wetgeving voor het gebruik van bestrijdingsmiddelen van groenten en fruit. Ook zijn er limieten voor de resten die mogen achterblijven op het product. Echter, de toegestane normen staan ter discussie, en de gangbare normen houden geen rekening met kwetsbare groepen zoals jonge kinderen en zwangere vrouwen. Gifvrije voedselproductie draagt bij aan een lagere CO2 footprint dan gangbare landbouw want de productie en het gebruik van bestrijdingsmiddelen kost veel energie.



In onderzochte aardbeien zijn gemiddeld 3 verschillende bestrijdingsmiddelen per bakje aangetroffen, en 1 tot 3 PFAS-pesticiden. Iedere gangbare aardbei overschreed de toegestane limiet van 0,01 mg/kg voor bestrijdingsmiddelen in voeding voor jonge kinderen. PAN-NL adviseert consumenten, vooral zwangere vrouwen en gezinnen met jonge kinderen, om alleen biologisch geteelde aardbeien zonder chemische bestrijdingsmiddelen te kopen. [Zie PAN rapport.](#)

De wetenschap is steeds duidelijker over de schadelijke effecten van bestrijdingsmiddelen. Er zijn effecten op mensen (denk aan kanker, autisme en neurodegeneratieve ziekten zoals Parkinson), op de natuur (met name insecten, maar bijvoorbeeld ook vissen en vogels), en het milieu (zoals bodem en waterkwaliteit). Pesticiden worden kilometers ver van de bron teruggevonden, in de natuur, het milieu, de slaapkamer, huisstof en zelfs in luiers van baby's. De toelatingsprocedure kijkt in beperkte mate naar bovenstaande effecten en/of gebruikt daarbij niet de meest recente wetenschappelijke inzichten.

Er zijn steeds meer inzichten in de schadelijke effecten van een optelsom (cumulatie) ofwel 'cocktail' van (residuen van) verschillende bestrijdingsmiddelen. De effecten van residuen kunnen elkaar zelfs versterken.



Ook bevatten 37 pesticiden die in de EU zijn toegelaten PFAS (poly- en perfluoralkylstoffen), waarvan [het RIVM](#) de schadelijke effecten op mens, dier en milieu heeft benoemd:

- Niet of nauwelijks afbreken in het milieu (ze zijn persistent)
- Schadelijke effecten in mensen en het milieu (ze zijn toxisch)
- Zich gemakkelijk en snel verspreiden in het milieu (ze zijn mobiel) en/of
- Schadelijke effecten kunnen zijn op het immuunsysteem en op kwetsbare groepen.

Heeft goed wassen van groenten en fruit zin? Nee, veel bestrijdingsmiddelen dringen door de hele vrucht heen. Bijvoorbeeld om hartrot te voorkomen. Dan heeft wassen of schillen geen zin want het gif zit in het hele product.

Biologische productie wijze

Bij de teelt van biologische groenten en fruit worden ziekten en plagen ten eerste voorkomen, bijvoorbeeld door wisselteelt. Onkruidbestrijding wordt mechanisch gedaan, zoals wieden. Het bestrijden van ziekten en plagen wordt gedaan met natuurlijke (niet chemische) methoden. Daarbij horen ook biologische bestrijdingsmiddelen en kunnen natuurlijke vijanden worden ingezet.

Er is discussie of je de wereld kan voeden met biologische landbouw. In ieder geval is het aandeel biologische consumptie in Nederland nog erg laag (slechts 3% in 2024) en kan veel hoger.

Waar vind ik in Wageningen gifvrije groenten en fruit?

Winkels met biologisch producten

In Wageningen en omgeving zijn er de volgende biologische winkels:

- [Odin Wageningen](#) - Wageningen
- [Ekoplaza Bennekom](#) - Bennekom
- [Home - De Gieterij](#) in Wageningen, ook zero waste dus zonder verpakkingsmateriaal

Duurzame telers en boeren

In de omgeving van Wageningen vind je veel duurzame telers en boeren die biologische groenten, fruit, en kruiden verbouwen of vee houden. Hieronder worden de belangrijkste genoemd:

- [De Hooilanden](#) - Wageningen
- [Stichting De Hoge Born - Zorgboerderij en Biologische Tuinbouw](#) - Wageningen
- [De Nieuwe Ronde](#) - Wageningen
- [Ommuurdetuin](#) – Renkum
- [Tuinderij De Stroom – Biologische groenten en fruit](#) – verkooppunt in Wageningen
- [Zuivel - vlees - groente - fruit - brood - Veld en Beek](#) – verkooppunt in Wageningen

Duurzame voedselmakers



Bijzonder is de [Vereniging StreekWaar](#), een vereniging van circa 40 voedselmakers in de regio rond Wageningen, Ede, Renkum en een stukje Betuwe. De leden zijn niet alleen boeren en tuinders, maar ook verwerkers (zoals de molen, kaasmakers, bakkers, bierbrouwers), winkels en cateraars. De leden produceren volgens de principes van agro-ecologie en houden zich aan afspraken op het gebied van milieu, biodiversiteit en dierenwelzijn. Enkelen zijn ook biologisch gecertificeerd.

Biologische keuze in supermarkten

Veel supermarkten in Wageningen en omgeving bieden zowel gangbare als biologische producten aan. Maar let op de keurmerken! Betrouwbaar zijn Bio Logisch en Biologisch, beiden met het EU blad. Demeter is voor biologisch-dynamisch.



Twijfelt u over een keurmerk? Kijk dan op het overzicht van keurmerken in groenten en fruit op de [Milieukeur website](#). Niet betrouwbaar is bijvoorbeeld Planet-Proof.



Groenten en fruit met de minste risico's: de pesticiden eetwijzer

Het beste is om groenten en fruit bij voorkeur biologisch te kopen want daar worden geen chemische bestrijdingsmiddelen gebruikt. Dat is de beste keus voor mens en natuur. Maar het kopen van biologische producten is niet voor iedereen mogelijk. Wel kan iedereen groenten en fruit kiezen met de minste risico's.

FRUIT	Gemiddeld aantal residuen
pruimen*	1,8
meloenen*	1,8
blauwe bessen	2
perziken*	2,5
nectarines*	2,5
frambozen*	2,6
peren	3,3
appelen	3,4
druiven*	3,4

[De Pesticiden Eetwijzer](#) is een online tool van PAN-NL die consumenten transparantie verschaft. Met de gegevens kunnen consumenten bewuster kiezen voor groente- en fruitsoorten. Gebaseerd op 3.000 metingen van de Nederlandse Voedsel- en Warenautoriteit (NVWA), geeft de eetwijzer aan hoeveel pesticiden gemiddeld op verschillende soorten groente en fruit zitten. Er zijn nu ook overzichten die per maand worden geactualiseerd. Zo kan je overal en altijd een bewuste keuze maken.



