

FAQ Donderdag Veggiedag

- **Mag ik op de veggiedag vis eten?**

Vegetarisch betekent geen vlees en geen vis. Ook de intensieve visvangst heeft een enorme impact op het milieu. Maar dat is een ander verhaal. Nu focussen we vooral op minder vlees eten. De impact op het milieu door mee te doen aan Donderdag Veggiedag is berekend op minder vleesconsumptie.

Over de impact op het milieu door visconsumptie vind je meer info op EVA's website (www.vegetarisme.be/mismetvis)

- **Waarom staat 1 dag geen vlees eten door alle Gentenaars gelijk aan hetzelfde CO₂-effect als 20.000 auto's in de garage laten staan?**

De hoge broeikasuitstoot van vlees is te wijten aan drie dingen:

1. de boeren en de winden van de koeien (daar komt methaan uit)
2. de mest die de dieren produceren (daar komt lachgas uit, geen lachertje voor het klimaat!)
3. de ontbossing voor veeteelt, en dus minder CO₂ die omgezet wordt in zuurstof

Deze drie factoren samen zijn verantwoordelijk voor 18% van alle broeikasuitstoot!

Dat is meer dan de hele transportsector samen.

Eén dag per week geen vlees eten staat gelijk aan een besparing van 170 kg CO₂ per persoon. Dat is evenveel als wanneer je dit jaar 1.100 km met de fiets zou rijden in plaats van met de wagen. Als 237.000 Gentenaars 1 keer per week geen vlees zouden eten, zou dat een even grote CO₂-besparing opleveren als wanneer we 18.000 auto's een jaar lang van de weg zouden halen.

Zijn er nog andere milieugevolgen van vleesconsumptie?

- 70% van het wereldwijde landbouwareaal gebruikt om dieren op te laten grazen of voor de teelt van veevoedergewassen.

- Wereldwijd kapt men voor vleesconsumptie jaarlijks drie miljoen hectare bos.

- De productie van vlees vereist ook enorm veel water, en dat is schaars geworden.

Bovendien is heel wat graan dat men zo aan dieren voedert, eten dat verloren gaat voor de mens.

- **Mogen we dan melk drinken of kaas eten? Dat komt toch ook van de koe? Of een ei, dat komt van de kip?**

Je mag eten wat je wil, maar het is wel zo dat plantaardige producten over het algemeen minder milieubelastend zijn dan dierlijke. Als je vlees gewoon vervangt door kaas of melk zal je niet veel gewonnen hebben. Vervang dus zoveel mogelijk door groenten, granen, peulvruchten...

- **Indien de overheid meer zou investeren in de landbouw in België, dan zouden we voor veeteelt toch niet moeten afhankelijk van Brazilië en dan zou de milieu-impact toch ook minder zijn?**

Er is in België eenvoudigweg geen plaats om het voeder te telen voor alle dieren die we hier grootbrengen en opeten, dus we moeten wel een beroep doen op grond in andere landen.

- **Veel vegetarische producten bevatten soja. Is dat dan wel toegelaten? De soja-teelt brengt toch het Amazone-woud in Brazilië in gevaar?**

De uitgebreide soja-plantages in het Amazone-gebied dienen voor 95% als voedergewassen voor de veeteelt. Slechts 5% ervan wordt gebruikt als plantaardig product voor consumptie door de mens. Met andere woorden, het is niet omwille van de vegetarische soja-producten

dat het Amazone-woud in gevaar komt. Producenten van vegetarische producten werken trouwens met soja van duurzame afkomst, die niet afkomstig is van ontboste gebieden. En de meeste soja wordt gebruikt als veevoeder. Met andere woorden: de meeste soja zit IN je vlees! Toch is het aan te raden vooral producten te gebruiken van hier (duurzame voeding) en dus niet te overdrijven met soja. Ook de transportkost drukt zijn stempel op de ecologische voetafdruk.

- **Kan ik mijn stuk vlees op mijn bord gewoon vervangen door een groentenburger?**

Aangezien het gaat over 1 dag in de week minder vlees eten, is het vervangen van vlees door een groentenburger zeker ok. Je moet er wel mee rekening houden dat indien je echt volledig vegetarisch zou eten, je de dierlijke eiwitten moet vervangen door plantaardige eiwitten via vleesvervangers zoals (1) peulvruchten zoals linzen, rode bonen, kikkererwten, witte bonen of (2) afgeleide producten zoals tofu, seitan, tempeh. Als je volledig vegetarisch eet, is het bovendien belangrijk dat je niet alleen vleesvervangers eet, maar vooral veel groenten, fruit en noten.