

Caring Actions

Magazine voor en door de Caring Movement



Koeientaal

pagina 40

Imke de Boer
over voedselvisies

pagina 14

Acties voor
Vets, Farmers
en Doctors

pagina 12, 26 & 32

**Samen op weg
naar een houdbaar
voedselsysteem**



10

Anneke Kwee sloot zich bij Caring Doctors aan om het 'One Health'-begrip in actie om te zetten.



14
Wat hebben voedselvisies gemeen?

Imke de Boer onderzocht er vijftien en vertelt wat haar bevindingen zijn.

Lees Caring Actions online



34
Wroeten en zoelen

Voor de varkens op de boerderij van Kees Scheepens is dat heel gewoon.



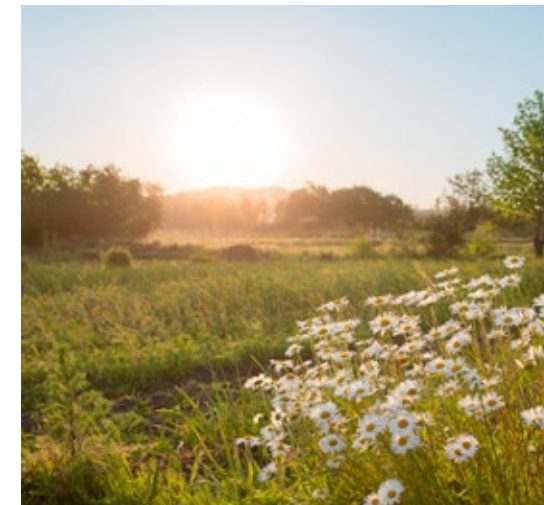
24
Pleegmoederschap

De boeren van burgerboerderij De Patrijs willen via een tussenfase overstappen naar het kalf bij de koe-systeem.

20

Een gezond dieet voor alle Nederlanders, met voedsel van eigen bodem. Kan dat?

Ja, dat kan, laat Urgenda zien in landinzicht.



Beste lezer,

Voor je ligt Caring Actions, een magazine van de Caring Movement. De beweging bestaat inmiddels uit boeren (Caring Farmers), zorgprofessionals (Caring Doctors) en dierenartsen (Caring Vets). De Caring Teachers zijn net begonnen en naar verwachting zullen zich in de komende tijd ook andere beroepsgroepen aansluiten, zoals de Caring Chefs en de Caring Dietitians. Wie dat niet beroepshalve doet, kan zich als consument met de Caring Movement verbinden (Caring Consumers).

'To care' betekent 'zorgen', in de zin van 'je ergens om bekommeren'. De mensen die aangesloten zijn bij de Caring Movement bekommeren zich om de gezondheid van mensen, om behoud van biodiversiteit, om het welzijn van dieren en om de toekomst van onze planeet. Om die leefbaar te houden, mensen op een duurzame manier van gezond voedsel te kunnen blijven voorzien, de natuur te beschermen en dierwaardig met dieren om te gaan, is een ommezwaai in de landbouw nodig en een transitie in ons voedselsysteem: naar minder dierlijke (20%) en meer plantaardige eiwitten (80%). De Caring Movement wil daar een aanjager in zijn.

Voor de Caring Movement is 'to care' een werkwoord: wie verandering wil, blijft niet aan de zijlijn staan, maar komt in actie. Dat dit op allerlei manieren kan en dat iedereen eraan kan bijdragen, bewijst dit magazine. Je vindt er interviews in met veranderaars, actiesuggesties, prikkelende informatieve artikelen, verrassende recepten en nog veel meer. Wees zelf een veranderaar, kom ook in actie en laat dit magazine daarbij een bron van inspiratie zijn. Wij wensen je veel leesplezier.

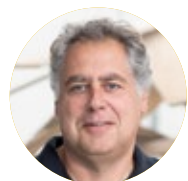
De voorzitters van de Caring Movement:



Patrick Deckers (CD)



Nicole de Schwartz (CV)



Ruud Zanders (CF).

Colofon

Caring Actions is een eenmalige uitgave van de Caring Movement en werd op 19 oktober 2024 uitgedeeld aan bezoekers van het Caring Congres in Utrecht. Het nummer werd samengesteld door Sanne Smeets (hoofdredacteur), Hanneke van Ormondt (redactieadvies), Else de Jonge (eindredactie) en Martijn de Kruif (art direction & vormgeving). Verder schreven aan dit nummer mee: Adriaan Antonis, Arabella Burgers, Leonie Cornips, Rineke Dijkenga, Louise Johansen, Klarien Kligen, Anneke Kwee, Franck Meijboom, Philip Lymbery, David Lijendijk, Esther Molenwijk, Marjolein de Rooij, Kees Scheepens, Nicole de Schwartz, Martina Vijver, Jan Dirk van de Voort & Marga Witteman. Foto cover: Lydia Pool (CV), Jorinde Schrijver (CF) en Janet Kwee (CD), fotograaf Sabine Grootendorst. Foto backcover: Anna Pijpers (CV), Jan Dirk van de Voort (CF) en Anneke Kwee (CD).

Caring Actions is een magazine van:



En verder

- 4 Zorgzame landbouw volgens Philip Lymbery
- 6 De bodem als levend wezen
- 8 Recept armeluispannenkoek
- 9 Federatie agro-ecologische boeren
- 12 Acties voor Caring Vets
- 16 Recept courgettecake

- 17 Hoe Denemarken boeren meekrijgt
- 18 Het ontstaan van Caring Vets
- 22 Meer Bomen Nu
- 23 Impact van bestrijdingsmiddelen
- 26 Wie zijn de boeren van Caring Farmers
- 28 Duurzaam samenleven met dieren

- 29 Recept vegan steak
- 30 Caring Dinners
- 32 Actielijst Caring Doctors
- 36 Hopen op een nieuwe Mansholt
- 37 Caring Consumers
- 38 Klimaatgesprekken
- 39 Broodje vegan
- 40 Koeientaal

- 42 Plantaardig eten in zorginstellingen
- 43 De podcasts van Studio Plantaardig
- 44 Studenten opleiden voor de transitie
- 46 Future Food
- 47 Barth-Misset Fonds

ZORGZAME LANDBOUW

Voor de toekomst van onze kinderen

Philip Lymbery is Global Chief Executive van Compassion in World Farming International en auteur van *Sixty Harvests Left: How to Reach a Nature-friendly Future*, (Bloomsbury, 2022).

In plaats van voedsel te maken, verspilt de industriële veehouderij het

Het was vroeg in de ochtend. Een tractor trok een ploeg voort, heen en weer, lijnrecht eenzame voren ploegend.

Achter de ploeg kringelden stofwolken op die het zonlicht vingen: een tijdloos symbool van het seizoen. Alleen ontbrak er iets: de ploeg werd niet gevolgd door krijsende meeuwen, op zoek naar wormen. Toen de tractor met de ploeg langs het voetpad kwam, kon ik de pas omgewoelde grond van bovenaf bekijken. En weet je wat ik zag toen ik naar beneden staarde? Niets. Geen wormen, geen kevers of andere insecten die wanhopig probeerden de weg terug te vinden naar hun ondergrondse schuilplaats. De grond was levenloos als dor zand. Ik had even goed op de maan kunnen lopen.

Olifant

Die akker had miljoenen wormen per hectare moeten hebben. Op elk stuk land ter grootte van een voetbalveld, zouden zich 13.000 verschillende organismen moeten bevinden met een gezamenlijk gewicht van een olifant: vijf ton. Maar in plaats daarvan was er niets.

De grond zou worden beplant met maïs: een gewas dat veel wordt gebruikt als veevoer en dat gekweekt wordt met behulp van chemische pesticiden en kunstmest. Geen wonder dat de grond dood was. Het deed me denken aan de grote groene oceanen van monocultuurmaïs in het middenwesten van Nebraska. Een groot deel van die maïs is bestemd

voor de voederbakken van industrieel gefokte kippen, varkens en koeien. Ik moest denken aan de veevoerplaatsen die ik er zag. Honderden koeien en kalveren in kale hokken, geen grassprietje te bekennen. In de hete zomerzon hadden ze geen spatje schaduw, in de brandende hitte probeerden ze in elkaars schaduw te komen, onrustig op zoek naar een plekje om te rusten.

Vier miljard mensen

Het was een van de vele schrijnende uitwassen van de industriële veehouderij waarvan het regime helaas ook het platteland van Europa teistert. In plaats van voedsel te maken, verspilt de industriële veehouderij het. Hopeloos inefficiënt. Door plantaardige producten in vlees om te zetten, verspilt de industriële veehouderij een hoeveelheid eetbare gewassen waarmee we vier miljard mensen zouden kunnen voeden: dat is de helft van de wereldbevolking. Daarmee bedreigt die industrie bovendien precies datgene wat we in de toekomst nodig hebben voor voedsel: grond. Terecht hebben de Verenigde Naties gewaarschuwd dat, als we

doorgaan met het uitputten van de aarde zoals we nu doen, we nog maar een keer of zestig kunnen oogsten. En als er geen grond meer is, is er geen voedsel meer. Game over.

De natuur terugbetalen

Om het tij te keren, moeten we afstappen van dit falende industriële model. Laten we in plaats daarvan landbouw omarmen die niet gebaseerd is op wreedheid, uitputting en achteruitgang, maar die de natuur terugbetaalt: die samenwerkt in harmonie met moeder Natuur door grond zodanig te gebruiken dat die oneindig duurzaam is. Zorgzame landbouw dus. Respect tonen voor het welzijn, de wensen, behoeften en gevoelens van dieren en boerderijdieren terugbrengen naar het land is ook een onderdeel van die prachtige, levensbevestigende en empathische oplossing. We kunnen allemaal bijdragen aan de transformatie van het platteland en daarmee aan een regeneratieve toekomst. Alleen op die manier bereiken we een stralende nieuwe dageraad, voor de toekomst van onze kinderen.

‘De bodem is een levend wezen’

Duurzaam boeren is óók goed voor de bodem zorgen. Jan Dirk van de Voort doet dat en vertelt hieronder over de positieve resultaten daarvan. ‘Ik ben me steeds meer gaan verbazen.’

Ik ben als boer geboren, zeg ik vaak. Daarom voel ik me op mijn plek in Lunteren, op boerderij De Groote Voort. Ik ben er de twaalfde generatie op rij die de grond rond de boerderij beheert. Mijn zoons Peter en David (de dertiende generatie), voelen zich ook verantwoordelijk voor het erfgoed. Met de bodem rond onze boerderij voel ik een diepe connectie. Ik zie die als een levend wezen. Ons bedrijf draait goed doordat de bodem goed functioneert.

Dilemma

We hebben 36 hectare blijvend grasland rond de boerderij. Bijna alle percelen zijn al die tijd niet bewerkt en hebben nu een heel oude grasmatt. Ongeveer twintig jaar geleden was ons begrazingssysteem zo ingericht dat een deel van deze 36 hectare niet werd geweid, maar gemaaid. In de winter liep ik de percelen af om te kijken welke in het voorjaar in aanmerking zouden komen voor beweiding en welke we zouden maaien. Ik stelde me voor dat de percelen waar de koeien niet zouden komen, de dieren zouden missen en nam me voor het in het volgende jaar om te draaien. Nadat dit jarenlang een dilemma voor ons was, beweiden we nu alle percelen. Het is de kracht van ons bedrijf; 100 procent vers gras, gevoerd in het voorjaar.

‘Op de pens’

Sinds ik de bodem goed observeer is er veel veranderd op ons bedrijf. Voor een betere bodem, zo ontdekte ik, moet je beginnen bij de voeding van de koe. Ik voerde de koeien, zoals de meeste boeren, ‘op de darm’. Snijmaïs en brok worden door koeien hoofdzakelijk in de darm verteerd. De hoge productie van onze veestapel is een gevolg van deze uitgekiende voeding. Maar de mest verteert niet goed. Vaak gaat het gras onder de koeienvlaai dood, een teken dat de mest niet aansluit bij het bodemleven.

Wij zijn onze koeien daarom ‘op de pens’ gaan voeren: vers gras, hooi, kuilgras en geplette granen. De melkproductie stortte in met een derde. De kaasmaaksters vroegen zich af of dit nog goed zou komen. Onze koeien bewezen echter dat dit de juiste weg was. Ontstekingen stopten, de mest stonk niet meer en de koeien werden alerter. We hebben uiteindelijk wel afscheid moeten nemen van de helft van de veestapel; verschillende dieren hadden genetisch geen goed ontwikkelde pens. Van de dieren die het nieuwe systeem wel aankonden, hebben we stieren aangehouden waar we onze veestapel mee vernieuwd hebben. De productie van onze koeien is nu hoger dan destijds. En dat op 100 procent vers gras.

Schimmelnetwerk

De bodem heeft zich intussen kunnen ontwikkelen door de goede mest, die de koeien allemaal zelf in het land brengen. Alleen in de winter verdelen we strolijke mest over het land om de wormen van voedsel te voorzien. Wij gebruiken inmiddels al twintig jaar geen antibiotica, wormmiddelen en andere niet-natuurlijke middelen meer. Voer en strooisel dat we aankopen zijn ook vrij van middelen. In de grond rond onze boerderij heeft zich een mycorrhiza schimmelnetwerk ontwikkeld, mycelium draden die met elkaar een netwerk vormen dat ik het ‘internet van de bodem’ noem. Met dit netwerk communiceren de planten onderling, het regelt het transport van mineralen, zet zonlicht en CO₂ om in suikers en het mijnt stoffen, zoals fosfaten, uit de grond.

Geen rekening

Dit voorjaar zijn onze koeien, die niet onthoord zijn, al op 5 maart naar buiten gegaan. Binnen een week haalden ze al 60 procent van hun behoefte uit vers gras. De productie van de dieren steeg met 15 procent door de kracht van het vers gegroeide gras. Dat is mogelijk



Jan Dirk van de Voort en zijn zoon Peter.

Ons huidige systeem heeft een lagere kostprijs dan dat van menig gangbaar werkende boer

dankzij de mycorrhiza schimmels. Groei komt uit stikstof, maar de bodemtemperatuur is zo vroeg in het voorjaar slechts 7 graden Celsius. Minerale stikstof wordt pas opneembaar bij een bodemtemperatuur van 11 à 12 graden.

Vóór half april haalden onze dieren 100 procent van hun voeding uit gras. Mycorrhiza ontwikkelt zich vanzelf als je stopt met ploegen, geen schimmelwerende middelen meer gebruikt en ook de gift van minerale stikstof flink reduceert. Duits onderzoek laat zien dat dit pakweg acht jaar duurt, maar daarna ga je ervan profiteren en kun je koeien vroeg naar buiten doen en voeden met vers gras. Gras dat gevoed wordt uit de bodem, die ervoor zorgt dat het voldoende van de micro-elementen bevat die koeien nodig hebben. Ook wordt veel koolstof vastgelegd in de bodem. Leven in de bodem – wormen, springstaarten, bacteriën en schimmels – en erbóven – mestkevers, mestvliegen en roeken – doet goed werk en stuurt ons daarvoor geen rekening!

Holistisch systeem

De hele boerderij is een holistisch systeem, dat steeds weer nieuwe geheimen prijsgeeft. Wij mensen zijn hier een onderdeel van. Ik ben me als boer steeds meer gaan verbazen. Ons nu eenvoudige systeem heeft door zijn eenvoud een lagere kostprijs dan dat van menig gangbaar werkende boer. Producten uit dit natuurlijke systeem bevatten veel meer vitamines en mineralen, zijn smaakvoller en gezonder. Als we dit weer gaan waarderen dan kunnen we met elkaar een systeemverandering in gang zetten. De bodem vaart er wel bij!

Meer informatie

www.remeker.nl

De rijkdom van een armeluispannenkoek

Als ik een gerecht serveer, vind ik het altijd een *must* om er een kort verhaaltje bij te vertellen, om eten wat met zoveel inspanning – door de bodem, de zon, de boer en de teler – ‘een gezicht’ te geven. Geregeld neem ik daarbij het woord ‘armeluisvoedsel’ in de mond. En altijd zeg ik óók iets over de enorme rijkdom die juist dit voedsel kan schenken: voor de gezondheid van mensen en die van de bodem en voor de broodnodige diversiteit op het land. Boekweit, schorseneren, pastinaken, aardperen, rogge, peulvruchten/bonen: het zijn maar een paar van de voedingsmiddelen die vroeger als voedsel voor de armen te boek stonden.



Ingrediënten (ca. 6 pannenkoeken)

- 200 gram volkoren meelmix van verschillende meelsoorten
- circa 300 ml bron- of sodawater (naarmate het beslag indikt, voeg je extra bronwater toe)
- snufje zout
- olijfolie om in te bakken

Bereidingswijze

Bak de pannenkoeken op een laag vuurtje zodat ze mooi goudgeel worden. Blancheer in de tussentijd de groenten. Maak je pannenkoek met groenten op smaak met een frisse dressing.

Mijn favoriete feestmaal is een ‘armeluispannenkoek’, gemaakt van lokaal volkorenmeel (rogge, boekweit, haver, gerst, emmerkorn) die je belegt met allerlei geblancheerde seizoensgroenten (zo’n 300-400 gram per persoon). In de herfst zijn dat bijvoorbeeld pastinaken, pompoenen, bonen/peulvruchten (bruine, witte, veldbonen, lupine) wortelen en aardperen. De geblancheerde groenten breng je verder op smaak met een dressing en allerlei andere lekkernijen. Door voor de pannenkoek geen melk en ei te gebruiken kan iedereen – vegetariër, veganist én alleseter – aanschuiven bij deze feestelijke maaltijd, die een onvergetelijke smaaksensatie oplevert!



Rineke Dijkinga

is voedingsdeskundige, auteur van gezondheidskookboeken, biodiversiteitboerin-in-spe en trainer/spreker over gezondheid in relatie tot die van de aarde. Wil je meer weten over armeluisvoedsel? Scan dan onderstaande QR-code.



Yoghurt/hangop dressing

Ingrediënten (6 tot 8 personen)

- 500 ml (kokos)yoghurt of kefir hangop
- rasp van ca. 2 cm verse gemberwortel
- rasp van een biologische sinaasappel
- een eetlepel honing flinke scheut olijfolie
- peper en zout naar smaak

Bereidingswijze

Meng alle ingrediënten door elkaar. Proef en voeg naar hartenlust nog iets van de ingrediënten toe.

De finishing touch

Kies vervolgens je eiwitbron. Eet je met meerdere mensen, dan kun je kleine bakjes op tafel zetten met bijvoorbeeld feta, mozzarella, hangop/kwark of veganistische witte kaas, tempé/lupeh, gestoomde kip, ansjovis, sardientjes, geroosterde noten/pitten/zaden, gepocheerde eieren of gekookte bonenmix. Zet ook smaakmakers op tafel als olijven, pesto, kappertjes, artisjokken, zongedroogde tomaatjes, rucola, veldsla, postelein, kiemen, kruiden of microgroenten. En vergeet niet zout, peper, olijfolie en balsamico-azijn op tafel te zetten. Iedereen kan nu een maaltijd naar eigen smaak samenstellen.



Meer ruimte voor agro-ecologische landbouw!

Waarom wil het principe ‘de vervuiler betaalt’ maar niet landen in de landbouw?

Hoe kan het zijn dat biologische boeren, die geen chemische bestrijdingsmiddelen of biociden gebruiken, toch moeten betalen door een strook land te moeten opgeven als buffer? Terwijl chemieconcerns ondertussen belastingvoordeel krijgen? Hoe kan het dat producten die niet duurzaam zijn consumenten nog altijd minder geld kosten dan duurzame producten? Agro-ecologische boeren werken samen met de natuur en met de maatschappij, leggen koolstof vast in de bodem, produceren schoon drinkwater en faciliteren biodiversiteit. Agro-ecologische voedselproductie en -consumptie

verdient daarom meer plek in wet- en regelgeving, in de subsidiestromen en in het winkelschap. En het verdient veel meer ruimte in het landschap. Sinds 2018 werken Toekomstboeren, het CSA-netwerk, de BD-vereniging, het Biovegan-netwerk en vereniging De Biotuinders samen in de Federatie voor Agroecologische Boeren. Samen met Caring Farmers bouwen we aan een eerlijker voedselsysteem. Dat is niet alleen mooi om te doen, het is ook broodnodig.

Ben jij al aangesloten bij één van de lidorganisaties?

Dan steun je automatisch het werk van de Federatie. Wil je meer doen? Stuur ons een mail op info@federatieagroecologischeboeren.nl.

Je kunt ons volgen via [@agroecologie_boeren](https://www.instagram.com/agroecologie_boeren) en op www.federatieagroecologischeboeren.nl





Laten we zorgen dat mensen door goede voeding gezonder worden

Anneke Kwee is gynaecoloog (np) en bestuurslid van Caring Doctors.

ONE HEALTH

De zorg als aanjager

De zorg zou een leidende rol moeten nemen bij de transitie naar een gezonder voedselsysteem, betoogt Anneke Kwee.

Als gynaecoloog heb ik mij jarenlang ingezet om baby's een zo goed mogelijke start in het leven te geven. In de loop der jaren zag ik zwangere vrouwen ongezonder worden: meer overgewicht, vaker een hoge bloeddruk of zwangerschapsdiabetes. En dit gaat dan weer gepaard met meer keizersneden, te lichte, te zware en/of te vroeggeboren baby's, met alle zorgen en complicaties van dien. Uiteraard liggen hier diverse oorzaken aan ten grondslag en kunnen we die deels met medische technologieën behandelen.

Preventie

Dat voeding, vooral in de preventie, een essentiële rol kan spelen, werd echter noch in de opleiding noch in de spreekkamer besproken. Nog steeds is dit een *blinde vlek* in de geneeskunde. Bijzonder treffend vind ik de volgende opmerking van Wendel Berry (een Amerikaanse romanschrijver, dichter, essayist, milieuactivist, cultuur-criticus en boer): 'People are fed by the food industry, which pays no attention to health and are treated by the health industry, which pays no attention to food.' De zorg staat onder druk, mensen worden ouder en de zorgvraag vanwege zogenaamde welvaartsziekten (hart- en vaatziekten, diabetes type 2, bepaalde vormen van kanker) is hoog. We kunnen niet alles aan de achterkant meer oplossen, dus laten we zorgen dat mensen door goede voeding gezonder worden. Daar zijn in de eerste plaats mensen zelf, maar ook de zorg en de maatschappij bij gebaat.

Kwartjes

Als mens werd ik 35 jaar geleden vegetariër vanwege het dierenleed in de bio-industrie. Zes jaar geleden, toen tot me doordrong dat de zuivelindustrie ook met heel veel dierenleed gepaard gaat, besloot ik volledig plantaardig te gaan eten. Vervolgens groeide het besef dat ons op dierlijke producten gerichte voedselsysteem een groot aandeel in de klimaatcrisis heeft. De voordelen van een hoofdzakelijk plantaardig dieet voor de gezondheid, drongen als laatste tot me door. Ik vraag me nu echt af waarom deze kwartjes bij mij niet eerder vielen en waarom we hier als dokters zo weinig van weten en dus ook zo weinig mee doen. Een heleboel gemiste kansen.

Holistisch

Voor mij is nu alles bij elkaar gekomen; een hoofdzakelijk plantaardig dieet (80/20), van een gezonde bodem, voor een gezonde mens op een gezonde planeet. En de dieren die we dan toch nog in ons voedselsysteem houden, hebben een dierwaardig leven. Het begrip 'one health', waarbij we een holistische kijk hebben op ons hele systeem, omvat eigenlijk alles, een echte win-win-win. Ik ben bestuurslid van Caring Doctors geworden om deze kennis verder te verspreiden en ook daadwerkelijk om te zetten in actie en verandering. De zorg zou hier toch echt voorloper en aanjager in moeten zijn!

Ben jij werkzaam in de zorg of word je daarvoor opgeleid en wil je ook actie ondernemen?

Neem dan vooral contact op via www.caringdoctors.org. We helpen je graag om de transitie vooruit te brengen!

Kom in actie!

Caring Vets is een vereniging van dierenartsen die in 2017 is opgericht om met veterinaire expertise de belangen van dieren te behartigen.

De bij Caring Vets aangesloten dierenartsen doen dat door collega's en maatschappelijke en politieke organisaties te informeren en adviseren met wetenschappelijk onderbouwde kennis op het gebied van dierenwelzijn. De Caring Vets zijn onderdeel van de Caring Movement: de beweging die streeft naar een houdbaar voedselsysteem met zorg voor mens, dier en planeet. Ben jij dierenarts? Hiernaast een lijst met acties waarmee jij daaraan kunt bijdragen.



12

CARING VETS

1

Sluit je aan

Sluit je, als je dat nog niet gedaan hebt, aan bij de Caring Vets.

2 Voer, speeltjes en poepzakjes

Maak eigenaren van dieren duidelijk dat hun dier een ecologische pootafdruk heeft. Denk aan voer, speeltjes en poepzakjes.

5 Ontwormen

Ontworm op indicatie of op basis van ontlasting-of mestonderzoek.

3 Antiparasitica

Volg duurzame richtlijnen bij het voorschrijven van antiparasitica en deel het hoe en waarom hiervan met eigenaren.

4 Volg een cursus

van platform natuurlijke veehouderij www.natuurlijkeveehouderij.nl

6 Informeer jezelf

Kijk bijvoorbeeld eens naar de filmpjes van het project 'Koeientaal in beeld', op www.vakbondvoordieren.nl/koeientaal-in-beeld. Of lees de boeken van Frans de Waal, zoals *Zijn we slim genoeg om te weten hoe slim dieren zijn* en *Mama's laatste omhelzing*.

12 Inkoop duurzame spullen

Vraag je bij de inkoop van spullen af of ze duurzaam zijn, of je ze echt nodig hebt en of je het ook met minder zou redden. Kijk als iets kapot is of het reparabel is en koop niet meteen iets nieuws.

7 Spreek je uit

als je ziet dat het welzijn van dieren geschaad wordt.

13

8 Organiseer een wedstrijd

Organiseer een (foto) wedstrijd voor je klanten om bewustzijn te vergroten op het gebied van welzijn voor mens, dier en planeet.

10 Kampioen duurzaamheid

Ga na wie kampioen duurzaamheid is in jullie praktijk en hoe duurzaam jullie werkprocessen zijn. Pas ze waar nodig aan.

11 Deel duurzaamheidstips

met andere praktijken via social media of organiseer een meeting om ideeën uit te wisselen.

14 Plant een boom

Heb je ruimte? Plant een boom met www.meerbomen.nu.



Meer informatie
www.caringvets.nl

WAT VOEDSELVISIES GEMEEN HEBBEN

‘Je hebt verbinding nodig om verandering te creëren’

In opdracht van Foodhub legde Imke de Boer, samen met Kawire Gosselink, vijftien voedselvisies naast elkaar met de vraag: wat hebben ze gemeen? Esther Molenwijk vroeg De Boer naar haar bevindingen.

Jij schrijft dat het ons aan een breed gedragen visie op het voedselsysteem van de toekomst ontbreekt. Waarom hebben we een voedselvisie meer nodig dan bijvoorbeeld een landbouwvisie?

‘We hebben voedsel nodig dat gezond is voor onszelf en de planeet en dat geproduceerd wordt met respect voor dieren. Daarvoor moeten we niet alleen kijken naar andere productie-, maar ook naar andere consumptiewijzen. Naar het héle voedselsysteem dus.’

Met andere wetenschappers en praktijkexperts schreef je *Re-rooting the Dutch food system: from more to better*, je eigen voedselvisie, waarmee je in 2020 de Rockefeller Food System Vision Prize won. Wat was de aanleiding om de visies van andere partijen te gaan analyseren?

‘Ik sta nog steeds achter onze visie, maar ik realiseerde me ook dat niet iedereen er op dezelfde manier naar kijkt, hoewel de meeste mensen het tegenwoordig wel met je eens zijn als je zegt dat minstens twee derde van de eiwitten die we eten, plantaardig zouden moeten zijn. Dat was een aantal jaren geleden anders.

Het leek me goed te onderzoeken welke verschillende visies er zijn en waar die elkaar vinden. Ik vind het

belangrijk dat we onze ‘kampen’ af en toe verlaten en verbinding zoeken. Dat is nodig om verandering te creëren. Daarnaast hadden we in onze voedselvisie nog niet alle diversiteit aan oplossingsrichtingen ingepast, zoals precisiefermentatie en de rol van kassen. Ik leer veel van discussies met andersdenkenden.’

Jullie onderzochten vijftien visies, van het Groenboerenplan tot die van Rabobank en LTO. Waarover is iedereen het eens?

‘Eigenlijk kwamen de waarden in alle visies grotendeels overeen. Zo vinden alle partijen een gezonde bodem, schone lucht en schone wateren belangrijk. Gemeenschappelijk is ook de wens om dierlijke mest in de regio te benutten en om geen eindige grondstoffen meer te gebruiken. Maar wat dat precies betekent, is dan weer de volgende vraag. Je zou dit raamwerk kunnen gebruiken om interventies te toetsen, ook om te voorkomen dat je verder gaat op een doodlopende weg.’

Alle partijen, schrijf je, zouden van mening zijn dat we gewasbeschermingsmiddelen niet moeten gebruiken, of alleen maar als het heel bewust gebeurt. In de Europese Green Deal werd voorgesteld die in 2030 te halveren, maar de boeren, ook de Nederlandse, protesteerden hiertegen, waarna de Europese Commissie een streep door de plannen haalde. Hoe kan het dat de visie van gangbare boeren zo haaks op deze landbouwvisies staat?

‘Ik denk dat boerenprotesten van alle tijden zijn. Bij de ruilverkaveling waren er ook hevige protesten. Nu ik zelf tussen boeren woon, zie ik hoe boos en onzeker ze zijn over wat er over hen heen gekomen is de afgelopen jaren. Als er dan een paar mensen opstaan die zeggen dat die hele transitie onzin is, volgen anderen dat. Maar veel boeren zeggen: “Als ik met de helft van mijn koeien een goed bestaansmodel zou hebben, zou ik meteen beginnen. Alleen weet ik niet hoe.”’

Het lijkt alsof LTO dat wat ze in haar visie schrijft niet daadwerkelijk aan de boeren durft te verkopen. ‘Ja, de leiders ervan zouden het lef moeten hebben om duidelijk te maken waar hun achterban wél naartoe kan. Daarmee zouden ze hun boeren écht helpen. Als je blijft vechten tegen iedere verandering, help je ze van de regen in de drup. Ik heb daar problemen mee. LTO zou zich politiek meer moeten inzetten voor hōe we de verandering mogelijk kunnen maken.’

Zelfs de BBB is nu voor verkleinen van de veestapel. Ook daar gaat de LTO dan weer tegenin.

‘Ja, en dat neem ik de voorman van LTO bijzonder kwalijk. Ik snap niet dat je niet ziet dat een kleinere veestapel voor de boeren die overblijven een betere situatie oplevert.’

Over welk onderwerp lopen de visies sterk uiteen?

‘Het schaalniveau waarop we de kringlopen moeten sluiten. Ik lees vaak ‘in de regio’, maar wat is dat? Als je in Noord-Nederland woont, is dat Noord-Nederland en Noord-Duitsland bijvoorbeeld. En als je in Zeeland woont, kan België erbij horen. Maar daar spreken de visies zich niet altijd over uit, zoals ze dat ook niet doen over de rol van Nederland in de wereldvoedselproductie. Terwijl ik denk dat het gesprek daar wel over moet gaan.’

Als jij op de stoel van minister Wiersma zat, wat zou je dan nu, kijkend naar deze visies, doen?

‘Haha, ik moet er niet aan denken dat ik minister zou

zijn. Maar ik zou haar wel willen aanraden om toe te werken naar een veehouderij die in balans is met het land, waarvoor het voer grotendeels uit de regio komt en waarvan de mest terug kan naar het land. Dat betekent ook veel minder dieren. Zo werken we toe naar het sluiten van de nutriënten-kringloop in de regio. Ik snap dat dit alleen maar in kleine stappen kan. Ik zou het geweldig vinden om met de partijen waarvan we de visies bekeken hebben én de minister in gesprek te gaan en te kijken: waar gaan we nou met z’n allen naartoe en kunnen we een soort raamwerk ontwikkelen dat we als handvat gebruiken bij het nemen van beslissingen over de toekomst?’

Je vertelde me ooit dat je in je eigen moestuin last had van slakken. Heb jij toen uiteindelijk naar de spuit gegrepen?

‘Nee nee, dat doe ik echt niet. Ik raap ze op en doe ze in een emmertje. Laatst had ik er wel 150 in een half uur. Ik zette ze altijd aan de overkant van de sloot, maar tegenwoordig voer ik ze ook aan de varkens van de overbuurman, die vinden slakken heel lekker. En dan komen ze in elk geval niet meer terug. Inmiddels heb ik wel tijgerslakken ontdekt, die schijnen naaktslakken te eten. Dus die laat ik maar eens hun gangetje gaan, kijken wat dat doet.’

Wat zou je de Caring Movement nog willen meegeven?

‘Blijf met elkaar in gesprek, ook als je het niet helemaal met elkaar eens bent. Dat is de enige manier om samen de toekomst vorm te geven.’

Imke de Boer

is hoogleraar Dieren & Duuzame Voedselsystemen aan de WUR. Het onderzoek naar voedselvisies deed ze vanuit De Boer en Voedsel, haar adviesbureau. Kawire Gosselink, die meewerkte met het vergelijkend onderzoek van voedselvisies, werkt vanuit bureau Aardewerk en is onderzoeker en projectleider op het gebied van de voedseltransitie. Opdrachtgever Foodhub is een opleider in de voedsel- en landbouwsector, die met vernieuwend leiderschap en kennisontwikkeling meewerkt aan de voedseltransitie.

Vegan courgette-cake

De worteltaart is alom bekend. Veel minder bekend maar minstens zo lekker is de courgette-cake. Op onze groentepluktuin telen we een prachtige variatie aan groenten en kruiden en in de zomer is er overvloed, ook aan courgettes. Ik maak er soms hartige pannenkoekjes van, dan vinden mijn kinderen courgette ook ineens heel lekker. Maar favoriet bij ons thuis is de courgette-cake. Die kost een kwartiertje aan voorbereiding en is, de oventijd meegerekend, in een uur klaar!



voor een cake van twaalf mooie plakken

- een middelgrote courgette (3.5 ons)
- 1 zakje vanille suiker
- 90 gram rietsuiker
- 75 gr muesli
- 120 ml zonnebloemolie
- 200 gr (glutenvrij) zelfrijzend bakmeel
- 120 gram banaan
- eventueel 4 dadels zonder pit
- 2 theelepels kaneel

Bereidingswijze

- 1 Verwarm de oven voor op 180 graden. Was de courgette en rasp met schil. Knijp het vocht goed uit de courgette (bijvoorbeeld middels een zeef) en meng die in een kom samen met de suiker en de zonnebloemolie.
- 2 Prak de banaan en voeg die toe, samen met een snufje zout, vanillesuiker en kaneel. Meng met een houten lepel en voeg ondertussen de muesli en het bakmeel toe.
- 3 Liefhebber van dadels? Snij dan vier dadels in stukjes en voeg ze toe.
- 4 Schep het beslag in een met bakpapier beklede cakevorm. De cake kan nu de oven in.
- 5 Check na 45 minuten of de cake gaar is. Zo niet, laat 'm dan nog 10 minuten doorgaren.
- 6 Laat de cake afkoelen en snij aan. Eet smakelijk!



Beeld: Tessa Jol

Sanne Smeets

werkt als communicatie-medewerker bij Caring Farmers en is projectleider van Vers aan de Vecht, een kleinschalige groentepluktuin met zelfplukkers.

www.versaandevlecht.nl



EEN KIJKJE BIJ DE OVERBUREN

Denemarken: hoe je boeren meekrijgt

De intensieve veehouderij in Denemarken en die in Nederland kampen met vergelijkbare problemen: stikstofuitspoeling, ammoniakverdamping en hoge CO₂-uitstoot. Deze uitdagingen bedreigen de klimaat- en milieudoelstellingen en een gezond voedselsysteem voor mens, dier en planeet. Om een duurzamer voedselsysteem te ontwikkelen, is samenwerking met boeren cruciaal. Maar hoe krijgen we boeren mee in de plantaardige transitie? Louise Johansen schetst een aantal stappen die Denemarken met het oog daarop heeft gezet.

1 Het Deense netwerk voor plantaardige eiwitten

Dit netwerk, met een brede focus op plantaardige eiwitten, werd in 2020 opgericht. Alle belanghebbenden in de voedselwaardeketen werden uitgenodigd om kosteloos deel te nemen. Het netwerk heeft seminars, netwerkbijeenkomsten en matchmaking-evenementen georganiseerd en publiceerde inspiratiepapers. Zo bracht het partijen samen, voorzag die van kennis over de potentie van plantaardige eiwitten en inspireerde het tot nieuwe initiatieven. Een voorbeeld hiervan is een op peulvruchten gerichte samenwerking op Bornholm. Cruciaal voor het succes bleek een proactieve netwerkcoördinator, die nieuwe belanghebbenden uitnodigt en plantaardige maaltijden serveert om de interesse in plantaardige voeding te vergroten.

2 Center for a Plant-Based and Organic Future

In 2020 bundelden The Vegetarian Society of Denmark (DVF) en Organic Denmark (de één na grootste boerenorganisatie in Denemarken) hun krachten en richtten dit centrum op. Het doel:



Louise Johansen is socioloog en programmadirecteur bij de Vegetarian Society of Denmark.

een plantaardig en biologisch voedselsysteem ontwikkelen dat aansluit bij het EAT-Lancet scenario en bij de 17 Duurzame Ontwikkelingsdoelen van de VN. De samenwerking tussen deze twee partijen richting een duurzame toekomst is strategisch en logisch, niet in de laatste plaats omdat biologisch voedsel in Denemarken een sterke positie heeft.

3 Onderzoeks- en ontwikkelingsstrategie plantaardig voedsel

In 2021 publiceerden DVF, denktank Frej en de Deense Landbouw- en Voedselraad (de grootste boerenorganisatie in Denemarken) een gezamenlijke strategie voor hoe Denemarken kan uitblinken in plantaardig voedsel. De boerenvereniging, aanvankelijk sceptisch, werd door deelname aan netwerkevenementen en inspanningen van Frej overtuigd van de relevantie van deze agenda. De publicatie van deze strategie was een doorbraak; het

toonde aan dat plantaardig voedsel niet alleen een groene ngo-kwestie is, maar ook boeren ten goede kan komen. Dit bracht de plantaardige agenda meer naar de mainstream en wekte, zelfs aan de rechterkant van het politieke spectrum, de interesse van politici.

Financieel duurzaam

Bovenstaande initiatieven zijn voorbeelden van de manier waarop Denemarken de nieuwsgierigheid van boeren naar plantaardige voeding wist te wekken. Dit is bereikt met dialoog en inspiratie. Essentieel voor succes is echter ook het creëren van een markt voor gewassen die geschikt zijn voor menselijke consumptie. Dit maakt de overstap naar plantaardige productie ook financieel duurzaam voor boeren. Door samenwerking, onderzoek en marktontwikkeling zullen steeds meer boeren en andere belanghebbenden zich achter de groene agenda scharen en overtuigd raken van haar waarde, niet alleen voor het milieu, maar ook voor de eigen bedrijfsmodellen.

VERANDERING BEWERKSTELLIGEN

Pal staan voor het welzijn van dieren

Dieren hebben bewustzijn, gevoel en emoties. Dat is reden om ze met respect en waardigheid te behandelen. Dierenarts Arabella Burgers vertelt hoe ze collega's mobiliseerde en hoe daaruit Caring Vets ontstond.

Afgestudeerd als dierenarts met als specialisatie landbouwhuisdieren, is het altijd mijn motivatie geweest om me in te zetten voor het welzijn van dieren die gehouden worden in de intensieve veehouderij. Tijdens de studie bleek deze gedachte behoorlijk naïef. Ik vond het pijnlijk en moeilijk te zien hoe slecht het in de praktijk met het dierenwelzijn gesteld was en hoe we als dierenartsen in opleiding werden klaargestoomd om te werken in een systeem waarin dieren stelselmatig in hun welzijn worden aangetast.

Wettelijk vastgelegd

In 2016 nam de Tweede Kamer een motie aan om kalveren langer bij hun moeder te laten. De toenmalige staatssecretaris van Landbouw legde deze motie naast zich neer, mede op advies van dierenartsen. Terwijl we heel goed weten dat het voor koe en kalf veel fijner én gezonder is bij elkaar te blijven. Zoals dat ook geldt voor honden en katten. Bij die laatste is het nota bene wettelijk vastgelegd dat ze wekenlang bij hun moeder moeten blijven. Maar daar spelen geen economische belangen.

Positieve reacties

Teleurgesteld in de houding van onze beroepsgroep stuurde ik een opiniestuk naar de NRC, met een oproep aan dierenartsen om ook aan de belangen van het dier te denken. Op die publicatie kreeg ik veel positieve reacties van collega's, ook van gepensioneerde landbouwhuisdieren- en NVWA-dierenartsen, die geen direct commercieel belang meer hadden bij de veehouderij. Met het besef dat ik niet alleen stond, ging ik op zoek naar medestanders, om ons gezamenlijk uit te spreken tegen de structurele schendingen van dierenwelzijn in de intensieve veehouderij. Dit pleidooi, ondertekend

door zeventig collega-dierenartsen, werd ook in de NRC gepubliceerd en leidde tot de oprichting van de vereniging Caring Vets.

Niet tegen dierenartsen

Na deze publicatie bleek dat sommige landbouwhuisdieren-collega's zich persoonlijk aangevallen voelden. Dat was niet de bedoeling. Ons pleidooi was niet tegen dierenartsen of boeren gericht, maar tegen het veehouderijsysteem waarin zij vastzitten. We wilden duidelijk maken dat een dier bewustzijn, gevoel en emoties heeft en dat de intensieve veehouderij niet alleen dierenwelzijn structureel ernstig schaadt, het leidt ook nog tot gezondheidsrisico's zoals antibioticaresistentie, dierziekten en zoönosen.

Verandering bewerkstelligen

Het is een taak voor dierenartsen om mee te denken over hoe de toekomstige veehouderij er, gezien vanuit het dier, uit moet zien. Door ons als beroepsgroep uit te spreken en pal te staan voor het welzijn van het dier, kunnen we hopelijk wél verandering bewerkstelligen. Dierenartsenvereniging Caring Vets zet zich daarom in voor een transitie naar een extensieve en dierwaardige veehouderij, verbetering van dierenwelzijn in het algemeen en meer aandacht voor dierenwelzijn in de opleiding tot dierenarts. Ons doel is om te signaleren waar dierenwelzijn in het gedrang komt, dit bespreekbaar te maken binnen en buiten onze beroepsgroep en daarin te informeren en adviseren.

Trots

In de rijke westerse landen is de keuze tussen voeding met of zonder dierlijke producten in feite een morele keuze geworden. Zeker nu steeds meer bekend is over cognitie en gevoelsleven van dieren en de invloed van ons huidige voedselsysteem op klimaat,



Arabella Burgers is dierenarts gezelschapsdieren en was tot 2024 voorzitter van Caring Vets.

Het systeem moet aangepast aan het dier in plaats van andersom

biodiversiteit en milieu. Maar ik begrijp dat afschaffen van consumptie van dierlijke producten nog een stap te ver is. Daarom ben ik zo trots op de oprichting van de Caring Farmers, Caring Doctors en onze Caring Movement. Gezamenlijk pleiten we ervoor om vruchtbare grond te gebruiken voor de productie van plantaardig voedsel voor mensen, en armere gronden terug te geven aan de natuur. En als we dan al dieren willen houden op deze armere gronden, dan extensief en afgestemd op de natuurlijke behoeften

en gedragingen van het dier: het systeem aangepast aan het dier in plaats van andersom. Om te beginnen laten we het kalf langer bij de koe, couperen we geen biggenstaarten meer en stoppen we met diertransporten over lange afstanden!

Cruciale rol

Door met z'n allen op te staan en ons uit te spreken, kunnen we een toekomst creëren waarin dieren met respect en waardigheid worden behandeld en waarin onze landbouwpraktijken duurzaam en ethisch verantwoord zijn. Laten we blijven vechten voor een systeem dat zowel mens als dier ten goede komt en waarin dierenartsen hun cruciale rol vervullen als beschermers van gezondheid en welzijn van dieren. Sluit je aan! Samen kunnen we een beweging bouwen die niet alleen praat over verandering, maar die deze ook daadwerkelijk realiseert.

Meer weten?

Kijk op www.caringvets.nl

LANDINZICHT VAN URGENDA

Zeven vinkjes voor een gezonde landbouw

Een gezond dieet voor alle Nederlanders? Met voedsel van Nederlandse bodem? Het kan! Urgenda doet er een concreet voorstel voor.



Stel je het volgende voor. De boeren in Nederland beheren samen 1,8 miljoen hectare grond. Stel dat we al deze boeren ieder jaar €1.000 per hectare geven, als ze met ten minste vijf van zeven vinkjes [zie kader] garanderen dat ze goed voor bodem, dier en natuur zorgen. Dat kost ons land dan maximaal 1,8 miljard euro per jaar, maar het levert 6 tot 12 miljard euro per jaar op. Dit zeven-vinkjesmodel is een stuk simpeler dan de ingewikkelde regels waar boeren zich nu aan moeten houden en levert de boer én de samenleving meer op. Anno nu gebruiken we driekwart van alle landbouwgrond in Nederland voor veevoer en een kwart voor de productie van voedsel voor directe menselijke consumptie. Daarbovenop is er 2,9 miljoen hectare

Zeven vinkjes: een nieuw verdienmodel voor veehouders en akkerbouwers

Boeren die aan ten minste vijf van de zeven onderstaande voorwaarden voldoen, krijgen jaarlijks een vergoeding van €1.000 per hectare grond, stelt Urgenda voor. Afgaand op het gemiddelde jaarinkomen van boeren in de afgelopen tien jaar, levert dat bijna een verdubbeling van hun inkomen op.

- ✓ Er wordt geteeld uit volle grond met niet-kerende grondbewerking
- ✓ Er wordt geen gebruik van kunstmest en geen preventief gebruik gemaakt van gif
- ✓ Op minimaal tien procent van elke hectare landbouw zijn landschapselementen te vinden zoals heggen, hagen, poelen, houtwallen, boomsingels en/of bloemranden.
- ✓ Bomen op en rond het land blijven minimaal twintig jaar staan.
- ✓ Er wordt bijgedragen aan een hoge biodiversiteit met bijvoorbeeld strokenteelt, een kleinschalige tuinderij, een gemeenschapstuin en/of een voedselbos.
- ✓ Er is sprake van extensieve veeteelt op oude of kruidenrijke graslanden.
- ✓ Vee brengt minimaal 3.000 uur per jaar in de wei door.

buitenlandse grond in gebruik voor ons veevoer. Als we ons dieet aanpassen naar een derde dierlijke en twee derde plantaardige eiwitten en stoppen met het exporteren van vlees, zuivel en eieren, dan kunnen we alle Nederlanders en hun (huis)dieren voeden van eigen land.

Dat kan dierwaardig én natuurinclusief: met heggen, hagen, voedselbossen en nauwelijks nog kunstmest en gif. Zo worden we als mens én als land gezonder en besparen we miljarden euro's op zorg- en milieukosten. Er blijven geen groene grondstoffen over voor chemie en kleding, maar er is wel voldoende ruimte over voor de teelt van bouwmaterialen (stro, miscanthus, hennep) voor 100.000 woningen per jaar. Als dat geen goed gesprek waard is.



Startpunt voor een gesprek

Het Urgenda-rapport *landinzicht* biedt een kwantitatief scenario voor de toekomst van de landbouw met behulp van het Agri-food-nature Transition Model (ATM). Informatieve stukken worden afgewisseld met interviews: 'kartrekkers en hoopkwekers van de toekomst' vertellen hoe zij bijdragen aan een gezonde landbouw en een betere voedselvoorziening. Het Urgenda-rapport is bedoeld als startpunt voor een gesprek over wezenlijke veranderingen in het landbouw- en voedselsysteem. Die veranderingen zijn nodig, omdat het huidige landbouw- en voedselsysteem leidt tot meer ongezondheid en kwetsbaarheid van mensen en natuur. Wil je meer weten over een systeem dat maximaal bijdraagt aan een goede gezondheid en welzijn van mens, dier en natuur? Vraag *landinzicht – Grond voor een vruchtbaar gesprek. Over een gezonde landbouw, natuur en voedselvoorziening* aan via urgenda.nl/landinzicht of scan deze QR-code.



Er is nu 2,9 miljoen hectare buitenlandse grond in gebruik voor ons veevoer

Bomen voor boeren, bodem en beterschap

Dat we meer bomen moeten planten voor de natuur en voor de biodiversiteit weten we inmiddels wel. Maar er zijn nog veel meer redenen!

Bomen helpen boeren, al zijn nog niet alle boeren op de hoogte van alle voordelen. Bomen gaan winderosie tegen, vormen habitat voor vele insecten en vogels die op hun beurt helpen met het bestrijden van plagen. Bomen bieden schaduw en voeding aan dieren, ze binden stikstof en leggen CO₂ vast. Hun bladeren zorgen voor bemesting en bomen en struiken zorgen tot ver in de akker voor een betere bodemgezondheid en leiden zo ook tot een betere gewasopbrengst. Door meer bomen te planten, kunnen kunstmest en bestrijdingsmiddelen achterwege worden gelaten. Voederhagen kunnen fungeren als medicijnenbank voor dieren. In de gezondheidszorg komt ook steeds meer aandacht voor bomen. Recente onderzoeken laten zien dat bomen in de stad werken als medicijn voor hart- en vaatziekten, dat meer natuur bijdraagt aan lagere zorgkosten, dat mensen gelukkiger worden van bomen en dat het gebruik van paracetamol lager is bij meer groen.

Caring Action met Meer Bomen Nu

Het planten van bomen, is dan ook een Caring Action die ik van harte aanraad. En eentje waar je vandaag nog mee kunt beginnen. Als je het

leuk vindt om dat samen met anderen te doen, kun je je aansluiten bij Meer Bomen Nu. Meer Bomen Nu verzamelt met vrijwilligers jonge boompjes en struiken op plekken waar ze geen kans hebben, en plant ze waar ze welkom zijn en groot kunnen worden. Meer Bomen Nu heeft al twee miljoen bomen en struiken gratis weggegeven dankzij de inzet van duizenden vrijwilligers. Zeker een half miljoen van deze bomen kwamen bij Caring Farmers terecht en dragen nu bij aan startende voedselbossen, groenere erven of heggen en hagen rondom akkers en weilanden.

Ecofitness

Juist in de winter is het belangrijk naar buiten te gaan. Meer Bomen Nu organiseert de hele winter door in

Niet bankhangen maar ecofitness: in de winter bomen (ver)planten is goed voor jezelf en voor de natuur

het hele land oogst- en plantdagen. Nadat een actieve vrijwilliger tot groot eigen genoegen tien kilo aan gewicht kwijtraakte, kreeg de campagne een tweede naam: 'eco-fitness'. Lekker samen met leuke mensen naar buiten in een tijd dat de meeste mensen te veel binnen zitten, is een geweldig medicijn tegen de welbekende winterdepressie.

Twijfel dus niet en kom in beweging voor Meer Bomen Nu: voor jezelf en voor dieren, klimaat en natuur!

Meer weten?

Kijk op www.meerbomen.nu



Marga Witteman werkt voor Urgenda en is projectleider van Meer Bomen Nu. Meer weten? Zie www.meerbomen.nu

Impact van bestrijdingsmiddelen

Bestrijdingsmiddelen brengen schade toe aan het milieu. Dat het lastig is daar precieze uitspraken over te doen, mag geen belemmering zijn voor onderzoek ernaar, vindt Martina Vijver.

Nederland waterland, Nederland boerenland. Het agrarisch grondgebruik in Nederland is intensief en het water is er altijd dichtbij. Voor de bescherming van onze gewassen tegen plagen, ziekten en onkruiden worden bestrijdingsmiddelen gebruikt. Onbedoeld kunnen deze stoffen terechtkomen in het omliggende milieu, zoals het oppervlaktewater. Naast landbouwkundig gebruik is er ook nog het gebruik van middelen door huishoudens voor bijvoorbeeld gezelschapsdieren en bij plaagbestrijding.

Tegenstrijdig

In de media komen veelvuldig onderling tegenstrijdige berichten voor. In sommige daarvan wordt gesproken over de zware belasting die bestrijdingsmiddelen voor het milieu betekenen, in andere legt men juist de focus op de vorderingen bij het terugdringen van milieubelasting. Weer andere beschrijven vooral het nut van bestrijdingsmiddelen in de intensieve landbouw en dan in relatie tot de voedselzekerheid.

Atlas

Het leek mij en mijn collega's van belang om, als je uitspraken wilt doen over de milieueffecten van bestrijdingsmiddelen, *feitelijke* metingen te doen en in kaart te brengen waar de residuen van bestrijdingsmiddelen worden aangetroffen, welke

concentraties er in het oppervlaktewater te vinden zijn en of er sprake is van normoverschrijdingen. De online atlas (zie kader) die we, uitgaand van die vragen, hebben samengesteld, is bedoeld als communicatie-instrument voor overheden, beleidsmedewerkers, boeren, toelatingshouders, ngo's en burgers.

Versimpeling

Ik benadruk dat laboratorium-gebaseerde resultaten met standaardtesten niet altijd representatief zijn

voor de impact die stoffen in het veld hebben – een laboratorium is immers een versimpeling van de complexe natuur en de vele duizenden ecologische interacties tussen beesten, planten en microben waarop gewasbeschermingsresiduen impact kunnen hebben, is niet na te bootsen. Dat de aanwezigheid van gewasbeschermingsmiddelen schade veroorzaakt aan planten en dieren is echter zonneklaar. Hoe groot deze schade is, is vaak moeilijk exact in te schatten, maar met behulp van voorbeelden en richtlijnen uit het EU-beleid zijn daar zeker een aantal kwantitatieve conclusies over te trekken.

Bestrijdingsmiddelen in het oppervlaktewater

Met de Bestrijdingsmiddelenatlas geven we een landelijk beeld van de bestrijdingsmiddelen in het oppervlaktewater. Dit leidt hopelijk tot beter beleid en gezonder water. Het zou geweldig zijn als ook in de Caring Movement de discussie gevoerd kan worden over hoe we met artsen, veeartsen en boeren kunnen samenwerken aan schoner water. Denk daarbij behalve aan schonere landbouw, ook aan reductie van (preventief) medicijngebruik zodat er minder medicijnen en minder ontwormings- en vlooiemiddelen in het milieu en water belanden. Zie: www.bestrijdingsmiddelenatlas.nl



Martina Vijver is wetenschappelijk directeur/hoogleraar Ecotoxicologie aan Universiteit Leiden.

OVERSTAPPEN NAAR KALF BIJ KOE

Het pleegmoeder-schap als tussenfase

Joanne Malotaux runt met acht anderen, waaronder veehouder Luuk de Gooijer, in het Gelderse Laren een ecologische ‘burgerboerderij’. Ze houden er zeventig koeien en willen op termijn graag een kalf-bij-koehouderij worden. ‘Dat blijft voor ons de stip op de horizon.’



Foto: Josine Breukink

‘De Patrijs is een gemengd bedrijf,’ vertelt Joanne Malotaux. ‘Toen wij het bijna twee jaar geleden overnamen was het een gangbare veehouderij. Wij maken er een agro-ecologisch, natuurinclusief bedrijf van. Dat betekent onder meer dat we werken zonder kunstmest en bestrijdingsmiddelen, ook humane producten telen zoals bonen, extensief vee houden en het land natuurvriendelijk beheren.’

Zelfbedieningswinkeltjes

Dat De Patrijs een ‘burgerboerderij’ is komt tot uitdrukking in de verschillende manieren waarop buitenstaanders worden betrokken bij de boerderij. In de boerderijwinkel op het erf en in vier zelfbedieningswinkeltjes in de omgeving, kunnen mensen kaas, vlees, brood en zuivel van De Patrijs kopen. ‘Er werken vrijwilligers in de winkeltjes en in onze zuivelmakerij en er is iemand die een

voorraadbeheersysteem voor ons ontwikkeld heeft. En ons erf is altijd open voor bezoekers.’ Op 22 september was er op De Patrijs een boerderijfestival met workshops en lokale producten. Ten slotte is het mogelijk De Patrijs financieel te steunen, door met de aankoop van een certificaat lid te worden van coöperatie De Patrijs. Joanne: ‘Zo nemen we burgers mee in onze wens een voortrekkersrol te nemen in de landbouwtransitie.’

Zichtbaar blij

De Patrijs herbergt zeventig melkkoeien. Die lopen zoveel mogelijk buiten in het grasland. ‘Op termijn zouden we graag een kbk (kalf bij koe)-boerderij worden. Nu blijven onze kalfjes drie dagen bij hun moeder,’ vertelt Luuk. ‘Daarna brengen we ze onder bij een groepje kalveren, op stro.’ In de dagen dat moeder en kind bij elkaar zijn, ontstaat er binding, ziet hij. ‘Als de koe terugkomt uit de melkstal, is het kalf zichtbaar blij.’ Een deel van de moeders

heeft het vervolgens zwaar met de scheiding. ‘Kalveren geven vaak geen kik, maar sommige moeders zoeken naarstig naar hun kalf. Ze brullen soms een hele dag.’

Minder afzet

In een kbk-houderij blijven koe en vaarskalf drie maanden samen, jonge stiertjes mogen 35 dagen bij hun moeder blijven. Dat is fijn voor de dieren en leidt bovendien tot gezondere kalveren, zo heeft onderzoek uitgewezen. Maar een gangbaar veebedrijf omzetten naar een kbk-houderij vergt fysieke én financiële ruimte. ‘Je moet stalruimte hebben die voldoende vierkante meters heeft én zodanig is ingericht dat die voor volwassen koeien en kalfjes geschikt is,’ legt Luuk uit. ‘In onze huidige stal kunnen kalveren vast komen te zitten in het rooster of onder de mestschuif en kunnen ze de stal uitlopen.’ Een ander punt van aandacht is de melk die het kalf bij de moeder drinkt en die dus niet kan worden afgezet. Joanne: ‘Wij geven

Kalverliefde

Voor zuivel van koeien die hun kalfje na de geboorte drie maanden bij zich kunnen houden, kun je terecht bij Albert Heijn, bij Plus en sinds kort ook bij Jumbo. Bij verschillende filialen van deze supermarkten staan de biologische melk en yoghurt van Kalverliefde in het koelvak. Bij Kalverliefde, een initiatief van ondernemer Janina van der Drift, zijn vijf biologische kbk-boeren aangesloten. De melk van deze boeren wordt in een apart compartiment van de melkwagen geladen.

In de melkfabriek wordt het in een eigen container bewaard voor het in Kalverliefde-pakken terecht komt. Die laatste zijn te herkennen aan hun blauw met roze (melk) en groen met roze (yoghurt) opdruk. Hoe meer Kalverliefde-melk er verkocht wordt, hoe meer boeren kunnen omschakelen. Voor meer informatie over Kalverliefde, een kennismaking met de kalverliefde-boeren, data van kijkdagen en een overzicht van verkooppunten: www.kalver-liefde.nl

kbk-houderij als ‘stip op de horizon’ te houden. Een tussenstap zien ze in verzorging van kalfjes door een ‘pleegmoeder’. ‘Daarbij lopen drie kalveren bij één moeder,’ legt Luuk uit. ‘De pakweg 24 liter die de koe dagelijks geeft, wordt dan verdeeld over de drie kalfjes: ruim voldoende en soms eten ze er nog wat ruwvoer bij. Ze zijn bij een moeder en het verlies van melk voor de afzet is minder. Bij veehouders die het al zo doen blijkt het goed te werken.’ Ook voor het

realiseren van die tussenfase zijn stalaanpassingen en dus investeringen vereist. Joanne: ‘We zijn, als eerste stap, hard op zoek naar iemand die ons jongvee wil opfokken: een boer die onze vaarsjes na drie maanden en de gecasteerde stiertjes na 35 dagen overneemt. Dan kunnen wij de ruimte die we hebben eerst voor pleegmoederschap inrichten.’ Het realiseren van een écht kbk-systeem vergt vervolgens een grootscheepse verbouwing en nieuwbouw. ‘Vanzelfsprekend vergt dat ook flinke investeringen. In onze huidige situatie is dat nog niet aan de orde.’

Kaasaandeel

Een goede prijs krijgen voor de producten die ze leveren, is een eerste en harde voorwaarde voor het kunnen uitvoeren van hun plannen, zegt Joanne. ‘Als mensen ecologisch boeren en dierenwelzijn belangrijk vinden, moeten ze daarvoor willen betalen. Ze kunnen bijvoorbeeld een kaasaandeel bij ons nemen of meedoen met onze crowdfunding.’ Ook daarom vindt ze het belangrijk dat boeren verbinding leggen met burgers. ‘Als mensen zien hoe we werken en waaraan zij bijdragen door onze producten te kopen, wordt de bereidheid daarvoor een eerlijke prijs te betalen ook groter.’

Meer weten?

Kijk op www.depatrijs.eco

‘Bij veehouders die het al zo doen blijkt het goed te werken’

onze kalveren zes liter melk per dag en daarnaast eten ze vanaf ongeveer twee weken ruwvoer. Een kalf in een kbk-houderij drinkt vijftien liter per dag. Al met al kost een kalf drie maanden bij haar moeder houden ons aan verloren melkopbrengst 6 à 7 euro per kalf per dag. Nogal een kostenpost.’

Investerings

Dat er vooralsnog praktische hindernissen zijn, weerhoudt de boeren van De Patrijs er niet van een



WIE ZIJN DE CARING FARMERS?

Echte voorlopers

Jarenlang werd het publieke debat rondom de landbouw gedomineerd door enkele grote boerenorganisaties die vooral inzetten op het behoud van een grote veestapel inclusief de bijbehorende agro-industrie. De mening van biologische of andere duurzame boeren hoorde je haast nooit.



In 2019 kwam daar verandering in: de drie oprichters van Caring Farmers leerden elkaar kennen tijdens een denktank over de Kringloopvisie van minister Schouten. Zij zetten een eigen visie neer voor een voedselsysteem binnen ecologische grenzen, stuurden deze naar de krant en de beweging voor boeren die zich uitspreken voor verandering was geboren.

Niet wachten

Inmiddels zijn bij Caring Farmers 375 boeren aangesloten. Daar zitten hele kleine en hele grote bij. Wat ze delen is de zorg over de natuur, het klimaat en het welzijn van dieren in de intensieve veehouderij. En het lef om zich uit te spreken. Alle aangesloten boeren hebben de Caring Farmers Code ondertekend. Ze wachten niet op overheidsbeleid met het verduurzamen van hun bedrijf, maar pakken dat gewoon zelf aan.

Kennis delen

De Caring Farmers laten gevraagd en ongevraagd van zich horen aan praattafels, bij ministerie en provincies en in de (sociale) media en kwamen daarmee op de



eerste plek van de Trouw Duurzame 100 in 2022. De termen 'koplopers' en 'koploperbeleid' zijn niet meer weg te denken. Ze werken samen in campagnes zoals 'Kalfjes bij de koe' en 'Levende Zadenbank'. Gezamenlijk hebben ze veel belangrijke transitiekennis en er is veel innovatiekracht onder de Caring Farmers: de eerste vegan akkerbouwer, Kipster, hanencaravans, moederzorg bij kippen en melkkoeien, biologische bollenteelt, natuurbuurgerijen en voedselbossen. Ook experimenteren veel boeren met allerlei nieuwe vormen van financiering. Ze delen kennis onderling in appgroepen per sector en per provincie.

Ze vinden een leefbaar platteland erg belangrijk. Dat zie je aan de 111 boerderijwinkels, de Herenboerderijen, zorgboerderijen, boerderijcampings en de directe verkoop van landbouwproducten vanuit bijvoorbeeld gemeenschapstuinen.

Van groot tot klein

Caring Farmers-boeren zijn er van groot tot klein, van biologisch tot biodynamisch, Beter Leven-keurmerk en On the Way to Planet Proof. Sommigen zijn 'op weg naar' een keurmerk en anderen zijn te eigenwijs voor een keurmerk. Maar allemaal hebben ze een goed verhaal.

Er is veel innovatiekracht onder de Caring Farmers



Annette Harberink is directeur van Stichting Warmonderhof en oprichter en bestuurslid van Caring Farmers.

Bezoek eens een Caring Farmer

Kijk op de kaart voor Caring Farmers bij jou in de





Zorg, verwondering en dialoog

Hoe praten we over dieren? En hoe met elkáár over onze omgang met dieren? ‘Als we dieren in hun eigenheid zien, gaan we op een andere manier naar ze kijken.’

Het is opvallend dat we vaak over dieren spreken in instrumentele termen. Dat is het duidelijkst als het gaat om dieren in de veehouderij, waarin dieren als basis dienen voor voedsel. Als het om menselijke gezondheid gaat, beschouwen we dieren niet zelden als bedreiging. Bij vogelgriep of Q-koorts bijvoorbeeld, zijn dieren een ‘gezondheidsrisico’. Belangen van dieren verdwijnen, ten faveure van menselijke belangen, zo gemakkelijk naar de achtergrond. Zelfs in het zoeken naar duurzame oplossingen krijgen dieren een instrumentele rol toebedeeld, bijvoorbeeld als verwerker van reststromen. Maar we doen dieren tekort als we ze voornamelijk behandelen als veroorzaker van of oplossing voor menselijke problemen. Een duurzame omgang met dieren vraagt dat we dieren bekijken vanuit het perspectief van zorg en verwondering. Zorg is niet alleen praktische verzorging,

maar betekent ook geven om dieren. Verwondering, het andere aspect, houdt in dat we zien hoe bijzonder dieren zijn. Verwondering leidt tot bescheidenheid en zet ertoe aan dieren niet langer te instrumentaliseren of vermensen. Als we dieren in hun eigenheid zien, gaan we op een andere manier naar ze kijken. Verwondering leidt tot meer erkenning en ontzag voor dieren. Zorg en verwondering kunnen samen helpen innovatieve manieren te vinden om met dieren samen te leven. Dat is niet makkelijk en zeker niet als dieren een bedreiging vormen voor de gezondheid of als ze overlast veroorzaken. Of waar ze worden ingezet om hun nut, zoals in onderzoek of voor voedselproductie. De wens dieren in hun eigenheid te respecteren, kan dan makkelijk tot polarisatie leiden of verlamdend werken. De roep om dierproefvrije wetenschap bijvoorbeeld is een krachtig signaal, maar heeft impact op

Belangen van dieren verdwijnen gemakkelijk naar de achtergrond

onderzoekers die in alle zorgvuldigheid onderzoek met dieren doen. Er zijn goede gronden om te pleiten voor een volledig plantaardig dieet, maar op een veehouder die net heeft geïnvesteerd in de verbetering van dierenwelzijn, kan het een verlamdend effect hebben. Idealen nastreven vraagt om zorgvuldigheid en dialoog. Het gesprek zoeken met een breed publiek doet recht aan de diversiteit aan inzichten en opvattingen die er leven over het samenleven met dieren. Te vaak wordt het debat gedomineerd door de uiterste posities en zijn nuances zoek. Onderzoekers die met dierproeven werken, zijn niet per definitie tegenstanders van proefdiervrije alternatieven. Zoals een dierenarts die kritisch is op de veehouderij niet automatisch een tegenstander is van boeren. In dialoog kunnen we onze meningen toetsen aan andere opvattingen, die wellicht verscherpen of juist veranderen in de richting van de ander. Zo kan dialoog bijdragen aan een duurzame toekomst voor alle dieren.

Franck Meijboom
is hoogleraar Sustainable Animal
Stewardship aan Universiteit Utrecht.

Vegan steak met een sausje

Dit recept – voor vier personen en met een bereidingstijd van ongeveer een uur – maken we vaak, vooral als we vleeseters op bezoek krijgen. Makkelijk te maken, lekker hartig en met een stevige bite. Het is een perfecte vervanging van een gewone steak, probeer het ook eens!

Ingrediënten voor de steak

- een knolselderij
- 2 eetlepels olijfolie
- 1 eetlepel mosterd
- 1 eetlepel ahorn siroop
- 1 eetlepel sojasaus.
- Zout en peper

Bereidingswijze

- 1 Verwarm de oven voor op 200°C.
- 2 Snij de knolselderij in plakken van ongeveer 1 centimeter dik
- 3 Maak van de overige ingrediënten een marinade.
- 4 Smeer hiermee de plakken aan beide kanten in.
- 5 Bak de plakken 25 minuten in de oven.
- 6 Draai ze om en bak nog een keer 25 minuten.



Ingrediënten voor de saus

- 75 gram vegan boter
- 1 kleine ui, gesnipperd
- 2 tenen knoflook, in kleine stukjes
- 1 eetlepel mosterd
- 1 eetlepel misopasta
- ½ eetlepel currypoeder
- ½ eetlepel gedroogde tijm en rozemarijn
- zout en peper
- sap van een halve citroen
- 1 eetlepel agave siroop
- 150 ml vegan room

Bereidingswijze

- 1 Bak de ui en de knoflook in de boter.
- 2 Voeg vervolgens de andere ingrediënten toe.
- 3 Laat de saus 5 minuten zachtjes koken.
- 4 Schenk de saus over de steak en geniet!



Nicole de Schwartz
is voorzitter van Caring Vets.

CARING DINNERS

Een ‘planeet-aardig’ dieet

De afgelopen decennia is het voedselsysteem veranderd. Boeren werken steeds intensiever en telen steeds minder verschillende soorten groenten, granen en aardappelen. De industrie verwerkt deze producten en maakt ze houdbaar. Dat is handig voor de supermarkt die graag werkt met voorspelbare en grote stromen. Ondertussen verarmt het aanbod aan vers en gezond voedsel en nemen de voedselgerelateerde gezondheidsproblemen toe. In de zorg dringt dat maar langzaam door. De Caring Movement organiseert daarom Caring Dinners.



Het lijkt zo vanzelfsprekend. Wat je eet, heeft invloed op je gezondheid. Toch lijkt deze simpele wijsheid niet altijd door te dringen tot de medische zorg. Om daar verandering in te brengen, hebben de Caring Doctors een manifest uitgebracht met de titel *Ons huidige voedingssysteem, geënt op met name dierlijke eiwitten, is onhoudbaar voor mens, dier en de aarde*. Dat inmiddels door honderden zorgprofessionals is ondertekend. En, niet onbelangrijk, de Caring Doctors bieden ook een alternatief: het zogenaamde ‘Planetary Health Diet’ van de EAT Lancet Commissie.

Welvaartsziekten

Vaak is het krachtiger om iets te laten zien dan het uit te leggen. Iets ervaren maakt doorgaans meer indruk. Dat geldt ook voor proeven. Tijdens de Caring Dinners gebeurt precies dat.



Zorgprofessionals kunnen er letterlijk voedsel proeven wat bijdraagt aan een gezond lichaam. Dat gebeurt in brede zin: de aanwezigen eten en proeven niet alleen, maar horen ook van alles over de herkomst van het voedsel. Waar en hoe wordt het verbouwd? Waarom doet deze boer het op deze manier? Tot slot is er aandacht voor de samenstelling van ingrediënten en gerechten, in relatie tot gezondheidsproblemen waar we als samenleving steeds vaker mee te maken hebben. Ons huidige, op vooral dierlijke eiwitten geënte



Een gezond mens begint met een gezonde bodem

voedselsysteem en overconsumptie creëren toenemend welvaartsziekten zoals overgewicht, hart- en vaatziekten, diabetes type 2, beroertes, gewrichtsklachten en kanker.

Zwitsers zakmes

Een Caring Dinner vindt telkens plaats op het erf van een Caring Farmer: een boer die biodiversiteit, gesloten kringlopen en dierenwelzijn hoog in het vaandel draagt. Er zijn inmiddels drie succesvolle edities geweest. De aftrap was in mei 2024 bij Kwekerij Ekologisch van biodynamisch groenteteler David Luijendijk in Zuid-Holland. Begin september was Jorinde Schrijver gastvrouw voor een maaltijd op haar familieboerderij De Lepelaar. Jorinde vergelijkt de biodynamische bedrijfsvoering met ‘een Zwitsers zakmes’: ‘Het boeren op deze manier heeft heel veel verschillende functies en zoveel voordelen voor de maatschappij, dat is moeilijk in een notendop te vatten. In de kern gaat het erom dat de aandacht voor een gezonde bodem leidt tot een weerbaar en vitaal gewas dat weer bijdraagt aan de gezondheid van de mens in de breedste zin van het woord.’ Midden september namen boerin Josephine Schuurman en melkveehouder Jan Dirk van de Voort de gasten mee voor een rondleiding over de duurzame en gemengde boerderij Eyckenstein in Maartensdijk. Hier ging het over de rol van het dier, het schimmelnetwerk in de bodem en het eten van kop-tot-kont.

Nadruk op plantaardig

Een gezond mens begint met een gezonde bodem, want het darmbioom wordt mede bepaald door het microbioom in de bodem. Dat is zonneklaar voor de artsen en boeren aangesloten bij Caring Doctors en Caring Farmers. Hoe wij ons huidige voedselsysteem inrichten, heeft grote impact op de aarde, de dieren én op de gezondheid van mensen. En dat laatste bepaalt hoe hoog de zorgkosten en de zorglast voor de gehele samenleving zijn. Het wetenschappelijk onderbouwde Planetary Health Diet van de EAT-Lancet commissie – door de Caring Movement vertaald in ‘planeetaardig dieet’ – is flexibel en biedt richtlijnen voor verschillende voedingsgroepen die samen een optimaal dieet vormen voor zowel de menselijke gezondheid als milieuduurzaamheid. Het legt de nadruk op een plantaardig dieet: volkoren granen, fruit, groenten, noten en peulvruchten vormen het grootste aandeel van de geconsumeerde voedingsmiddelen. Vlees, eieren en zuivel maken ook deel uit van het dieet, maar in aanzienlijk kleinere hoeveelheden. Aan de dierlijke eiwitten stelt de Caring Movement als voorwaarde dat de dieren die ze leveren een dierwaardig bestaan leid(d) en met buitenlucht, moederzorg en volop ruimte voor natuurlijk gedrag.

Patrick Deckers en Ruud Zanders zijn oprichters van respectievelijk Caring Doctors en Caring Farmers. Hou de website van de Caring Movement in de gaten voor een volgende serie Caring Dinners in 2025.

Kom in actie!

Caring Doctors zet zich in voor de noodzakelijke transitie naar een hoofdzakelijk plantaardig voedsel-systeem: voor mens, dier en natuur.

Wat kun jij, binnen jouw cure- of care-zorginstelling, je kennisinstelling, de bezoekerskeuken, de personeelskeuken of de patiëntenkeuken, doen om de transitie een duwtje te geven? De transformatie naar een hoofdzakelijk plantaardig voedselsysteem betreft verschillende aspecten van de foodservice: van menuplanning tot inkoop, van keukenpraktijken tot opleiding van personeel, van patiëntenvoorlichting tot betrokkenheid van de gemeenschap. Hiernaast een aantal acties waarmee jij hieraan kunt bijdragen.



1 Lees ons manifest

en meld je aan bij Caring Doctors. Zo blijf je op de hoogte van alle ontwikkelingen rond de voedseltransitie naar hoofdzakelijk plantaardig.

2

Motiveer je collega's

Motiveer collega-zorgprofessionals om zich ook aan te melden: hoe meer mensen, hoe groter de impact!

3 Deel en reageer

Caring Doctors deelt berichten via social media (vooral via LinkedIn). Deel ze en reageer erop!

5

Caring Doctors binnen jouw zorginstelling

Organiseer dat Caring Doctors aan tafel komt binnen jouw zorginstelling: Caring Doctors bestaat onder meer om werknemers en beleidsmakers in de zorg te adviseren en zo nodig te ondersteunen bij het versnellen van de transitie.

Meld je aan

Meld je bij ons als jij namens Caring Doctors een voordracht wilt houden over (een aspect van) de voedseltransitie naar hoofdzakelijk plantaardig.

6 Pleit voor plantaardige voeding

Pleit ervoor dat de voeding op alle congressen en recepties binnen jouw zorginstelling hoofdzakelijk plantaardig is. Bied niet alleen vegetarisch aan, de overconsumptie van zuivel is ook niet gezond en niet duurzaam.

7 Beleidsplan op laten nemen

Laat, voor zover dat nog niet gedaan is, in het beleidsplan van jouw instelling opnemen dat jouw zorginstelling een Planetary Health Diet (EATLancet 80/20)-ziekenhuis wordt.

8 Tijd voor doelen

Besteed vijf uur per jaar aan Caring Doctors-doelen. Al meer dan 2300 zorgprofessionals hebben zich aangemeld. Als iedereen die vijf uur aanhoudt, zetten we samen 1500 werkdagen in die impact hebben.

9 Stappenplan

Open via onderstaande QR-code een uitgebreide lijst met een stappenplan voor jouw zorginstelling en tips voor thuis, je tuin en je inkopen.



‘Future generations will judge us not by what we say, but what we do.’

www.caringdoctors.org
welkom@caringdoctors.org



Meer compassie, minder stress

Kees Scheepens is sinds 38 jaar varkensdierenarts en binnen zijn familie de negentiende generatie boer in het Brabantse Best-Oirschot. Zijn missie: het varken emanciperen.

In mijn veterinaire leven hebben varkens altijd de *hoofdrol* gespeeld, in positieve maar ook in negatieve zin. Tijdens de uitbraak van de varkenspest eind jaren ‘90 heb ik als veearts samen met mijn collega’s 130.000 gezonde biggen moeten euthanaseren, in opdracht van de toenmalige minister van Landbouw. Ik was echter dierenarts geworden om dieren te genezen en niet om ze te doden en vond wat ik deed middeleeuws beulswerk. Vol gewetenswroeging stapte ik uit de praktijk en verliet de maatschap. Ik raakte in een ernstige gezondheids crisis. Na diep graven in mijn geest werd het me helder dat het mijn echte roeping was om als

eigenzinnige dierenarts én als boer met hart en ziel zorg te dragen voor het welzijn van – primair mijn eigen – varkens. Ik wilde, kort gezegd, het varken, ons slimste landbouwhuisdier, *emanciperen*.

Varkenssignalen

Mijn focus als dierenarts kwam daarmee meer te liggen op het gedrag en welzijn van varkens en dat voelde heel goed. Met het concept ‘Varkenssignalen’ (praktijklessen voor diergericht varkenshouden, waarover inmiddels ook vier boeken zijn uitgebracht) heb ik de hele wereld afgereisd en minstens 25.000 varkenshouders en hun adviseurs de nieuwste ethologische inzichten bijgebracht. De ‘varkensfluisteraar’ was geboren, ook door de studie die ik maakte van de grote hoeveelheid vakkennis die er inmiddels was over het gedrag en welzijn van die slimme dieren. Na mijn afstuderen in 1986 was die knowhow geëxplodeerd.

Wroeten en zoelen

Ook mijn focus als boer kwam te liggen op het gedrag en welzijn van het varken en ik besloot te gaan zoeken naar een boerderij waar ik mijn Berkshire-varkens ‘outdoor’ kon houden. Met heel veel geluk vond ik een leegstaande landgoedboerderij. Al dertien jaar mag ik daar bij mijn eigen dieren het natuurlijke gedrag van varkens aanschouwen. Het varken in de hoofdrol, maar nu in positieve zin. Vanaf de start van de boerderij hebben mijn varkens een uitmuntende gezondheid gehad door de afwezigheid van de belangrijkste bedrijfsgebonden kiemen en een robuuste genetica. Het is voor mij volstrekt duidelijk en inmiddels ook wetenschappelijk bewezen dat



Dr. Kees Scheepens is mede-oprichter van Caring Vets en bestuurslid van Caring Farmers.

een hoge mate van welzijn, wat samenhangt met de mogelijkheid natuurlijk gedrag te vertonen, zorgt voor een hogere afweer. ‘Wroeten’ (het met de neus omploegen van de aarde) en ‘zoelen’ (een modderbad nemen) zijn bij mij en mijn dieren niet alleen rare woorden, maar vooral geliefde daden!

Intelligent varkenstoilet

Ik wist dat varkens van nature zindelijk zijn en toen ik bij mijn eigen varkens in het veld duidelijke poep- en plasgebieden zag, ben ik gaan experimenteren met een intelligent varkenstoilet. Door conditionering en beloning met hazelnoten van correct excretie-gedrag heb ik de basis gelegd voor een varkenshouderij met vrijwel geen ammoniakuitstoot. Door het varken

‘Wroeten’ en ‘zoelen’ zijn bij mij en mijn dieren niet alleen rare woorden

steeds weer de hoofdrol te geven, ga ik nu, vol vertrouwen, een volgende fase in. In samenwerking met Kipster (de groenste en meest kipvriendelijke pluimveehouderij ter wereld) ga ik het *Pigster*-concept in de markt zetten. Emancipatie gaat hand in hand met commercialisatie!

Hartenkreet

De schrijver Leo Tolstoy schreef ooit: ‘Compassie voor dieren is zo natuurlijk voor ons dat we alleen ongevoelig kunnen worden voor hun lijden en dood door tradities of zelfhypnose.’ Ik sluit graag af met een hartenkreet aan veeartsen en boeren: Hervorm de tradities van dierenartsen en boeren en stop met zelfhypnose!

Goed gehouden

De varkenshouderij van Kees Scheepens voldoet aan de standaarden van Goed Gehouden. De in oprichting zijnde website Goed Gehouden is een initiatief van Caring Farmers. Consumenten kunnen er informatie vinden over veehouders die voldoen aan de hoogste voorwaarden op het gebied van dierenwelzijn en dierwaardig produceren en nagaan welke daarvan aan huis zuivel en vlees verkopen. De betreffende veehouders kunnen er onderling informatie uitwisselen, bijvoorbeeld over ‘best practices’. www.goedgehouden.nl

VAN ‘NOOIT MEER HONGER’ NAAR ‘NOOIT MEER ZIEK’

Hopen op een nieuwe Mansholt

Wie zijn de mensen die ons voedsel verbouwen? Het zou een alledaagse vraag moeten zijn bij de supermarkt, aan de marktkraam, in de broodjeszaak en in het restaurant. Ken ik de boer of de boerin, weet ik iets van de manier van telen en wat vind ik van die manier? Helaas is de prijs voor de meeste mensen het enige wat telt. Dat je bij de een minder en bij de ander juist wat meer krijgt voor hetzelfde geld. Het zit er bijna ingebakken. Soms komt er bij mij in de boerderijwinkel een enthousiaste nieuwe klant. Die heeft dan lang gezocht naar een zaak waar je gifvrije groente kunt krijgen, vol met echte vitaminen. Die gaat de winkel leeg kopen, denk ik dan. Maar nee, een zakje chips en, na veel aandringen, vijf tomaatjes. En wat vond u ervan, volgende week weer? Nou, dat weten ze dan nog niet.

De mens is een gewoontedier. Het kost veel moeite om dingen anders te doen dan je altijd gedaan hebt. Wat vinden anderen ervan, straks is het niet lekker en is die groente niet na een dag al verlept? En die prijs..... Is het die wel waard? Draag ik daarmee echt bij aan dierenwelzijn? En hoe zit het nou echt met de invloed op natuur, kringloop, stikstof, waterkwaliteit, mijn gezondheid?

Ondanks die reserves om dingen anders te gaan doen, zijn er boeren, tuinders, kwekers en telers die besloten hebben om diervriendelijk en duurzaam voedsel te gaan verbouwen. Daar is geen drift reducerende spuitdop subsidie aan te pas gekomen. Wel doorzettingsvermogen en de durf om dat wat

een ander wél doet, niet meer te doen. En dat wat een ander niet doet, juist wél te doen. Veranderen, soms tegen de stroom in. Ondertussen gelukkig wel met een steeds groter wordende groep mensen: consumenten, burgers, concullega's en zelfs wetenschappers.

Het wordt tijd dat we ons gaan onderscheiden

‘Erven, verwerven en besterven,’ zegt mijn vader altijd. De jaren ‘60 waren de jaren van de schaalvergroting en efficiëntie. Maar megabedrijven en goedkoper voedsel liggen achter ons. Dat kunnen ze in het buitenland ook. Het wordt tijd dat we ons gaan onderscheiden. Ik hoop op een nieuwe Mansholt. Maar dan met ‘nooit meer ziek’ als leus, in plaats van ‘nooit meer honger’.

Hoe mooi zou het zijn als wij als boeren, tuinders, telers en kwekers op een volhoudbare manier – dat wil zeggen: mét de aarde en binnen de grenzen van de aarde – voedsel kunnen blijven produceren? Dat we een volgende generatie de kneepjes van ons vak weten bij te brengen, onze financiële broek kunnen ophouden en ook nog de natuur kunnen laten floreren? Het leven kunnen leven, met voedsel als verbindende factor.



David Luijendijk

is eigenaar van kwekerij EkoLogisch. Zijn bedrijf bevindt zich in de lintbebouwing van de van oudsher bekende tuindersbuurt van Roelofarendsveen. Hier teelt David sinds 2007 volgens de principes van de biologische landbouw en sinds 2018 biologisch dynamisch. David is lid van het bestuur van Caring Farmers.



Steun de Caring Movement: word Caring Consumer!

STEUN ONS WERK RICHTING EEN DUURZAAM EN GEZOND VOEDSELSTEEEM



Als consument kun je elke dag kiezen voor een duurzamer voedselsysteem. Kijk eens kritisch naar je eigen boodschappenmandje. Naast voedsel kopen dat bijdraagt aan een beter voedselsysteem kun je de Caring Movement ook direct financieel steunen. Binnen de Caring Movement werken verschillende beroepsgroepen, waaronder boeren en artsen, samen aan een gezond en houdbaar voedselsysteem. De Caring Movement organiseert evenementen zoals het Caring Actions Congres en de Caring Dinners (zie pg. 28 van dit magazine), maar ook webinars en andere

inspirerende bijeenkomsten. Met publicaties en actieve deelname aan het publieke en politieke debat, genereren we aandacht voor de broodnodige transitie. Dit kunnen we niet alleen. Daarom doen we een beroep op iedereen: word Caring Consumer en steun ons werk met een eenmalige of reguliere donatie. Elke bijdrage is van harte welkom. Veel dank!



Vuistregels voor een goed gesprek

Het veranderende klimaat en de opwarming van de aarde kan tot verhitte debatten leiden. Dat zien we ook steeds vaker in discussies over landbouw en natuur. Hoe voer je een goed gesprek, ook als je het radicaal met elkaar oneens bent? Bij KlimaatGesprekken leren mensen om op een verbindende manier een gesprek te voeren. Dit zijn de vuistregels.



Plant een zaadje

Verwacht geen acute verandering. De eerste verandering is niet zichtbaar: dat is een intern proces. Iemand kan alleen zichzelf overtuigen!

Beweeg mee met weerstand

Concentreer je op de onderliggende waarden en gevoelens. Wat vindt je gesprekspartner belangrijk? En maakt hij/zij zich helemaal niet druk om klimaatverandering?



Luister, luister en luister

Ook non-verbaal. Eerst begrijpen, dan pas begrepen worden. Toon empathie, incasseer, bied steun en oordeel niet.



Wees mild,

accepteer ambivalentie. Accepteer dat we allemaal gemengde gevoelens hebben en worstelen met innerlijke conflicten en (werk) dilemma's.



Praat vanuit je hart

Zeg wat je voelt. Vanuit je hart spreken zorgt voor verbinding. Hoe meer iemand zich begrepen voelt, hoe meer iemand openstaat voor reflectie en verandering.



Volg onze gratis E-course over het klimaatgesprek

Neem deel aan onze interactie informatiesessie of schrijf je in voor de nieuwsbrief



Duurzame 100

KlimaatGesprekken is opgericht in 2016 en gebaseerd op de beproefde Engelse methode 'carbon conversations'. Inmiddels heeft de organisatie vijfhonderd coaches opgeleid en staat die al vier jaar achterein in de Duurzame 100 van Trouw. In 2022 ontving KlimaatGesprekken de DuurzameDinsdagprijs. De methodiek van KlimaatGesprekken is sinds 2023 integraal onderdeel van de masteropleiding Klimaatpsychologie en -gedrag aan de Hogeschool van Amsterdam.



Met het concept Broodje Utrecht wordt lokaal eten hapklaar gemaakt. Broodje Utrecht is een initiatief van Provincie Utrecht, MVO Nederland en Eric van Veluwen.

Met een broodje de provincie Utrecht mooier eten

TIP VOOR PROVINCIEHUIZEN, GEMEENTES EN ZORG-INSTELLINGEN: SERVEER OOK HET BROODJE UTRECHT!

Gastronomisch genoeg

Lokaal, duurzaam en supersmaakvol. Broodje Utrecht combineert producten van lokale boeren die duurzaam werken. Met hart voor natuur, dier en bodem. Betaalbaar, een gastronomisch genoeg voor de hongerige Utrechter, met een eerlijke prijs voor de boer. Zo staan wij in Utrecht achter die boer die het net even anders doet.

Broodje Utrecht vegan

De nieuwste versie van het broodje is veganistisch. Er zit tomatenhumus op van Groentegoed, een bedrijf dat streeft naar volledig Nederlandse kikkerwten,

lokale gegrilde groenten en rode ui van landgoed Zuylestein en het geheel is afgemaakt met relish van Twisted. Dit alles komt bij elkaar op een prachtig biologisch zuurdesembroodje van de Veldkeuken.

Het kan anders!

De landbouw in Nederland loopt tegen de grenzen van de natuur aan. Dat terwijl meer dan de helft van ons land bestaat uit landbouwgrond. Een steeds grotere groep boeren laat zien dat het anders kan. Door het kopen van hun producten draag je eraan bij dat de grond herstelt. Goed doen door een lekker broodje te eten. Waar is het wachten nog op?

Meer info?

Neem contact op met Tibo Verburg:
t.verburg@mvonederland.nl

POSITIEF WELZIJN

Wat wil de koe?

Dieren zijn autonome wezens. Ze hebben een wil, emoties en beschikken over een taal waarin ze zich verrassend gedifferentieerd kunnen uitdrukken. Voor een dierwaardige veehouderij is kennis daarover cruciaal.

Al in 1859 toonde Darwin aan dat mensen en andere dieren veel overeenkomsten hebben. In zijn *Over het ontstaan der soorten* stelt hij dat de mens niet alleen voorouders, maar ook lichamelijke eigenschappen met andere dieren deelt. Ook beschrijft hij dat andere dieren emoties en gedragingen hebben die overeenkomen met die van de mens. Het onderzoek van Darwin leert dat mens en dier ‘in den aard’ overeenkomstig zijn. Dat andere dieren ook pijn ervaren bij lichamelijke verminkingen hoeft dus geen betoog en dat ze ook geestelijk kunnen lijden, staat al vast omdat zij, net als mensen, dieren zijn.

Tweedeling

Ondanks Darwins bevindingen richt de wetenschap zich in de 21^e eeuw nog steeds op de verschillen tussen mensen en andere dieren. Illustratief daarvoor is de indeling van wetenschappen in, enerzijds, menswetenschappen (zoals psychologie, filosofie, sociologie, taalwetenschappen en antropologie) en, anderzijds, natuurwetenschappen (waaronder biologie). Die tweedeling heeft de aanname dat mensen en andere dieren wezenlijk van elkaar verschillen in stand gehouden en sterk bijgedragen aan de ondergeschikte rol die veel dieren in onze samenleving hebben.



Koeien kunnen zich collectief verzetten tegen het werk dat ze moeten uitvoeren



Collectief verzet

Door werkende dieren een vorm van arbeidsrechten toe te kennen, kunnen we die ongelijkwaardigheid een beetje rechte trekken. We geven dieren in dat geval rechten en verplichten de werkgever naar zijn medewerkers te luisteren en hun inbreng mee te nemen in de bedrijfsvoering. Onderzoek op een melkveebedrijf in Frankrijk heeft laten zien dat koeien heel goed begrijpen wat er van ze verwacht wordt en dat ze uitstekend in staat zijn hieraan mee te werken. Ze gaan naar de melkmachine als het tijd is en naar buiten als het moet. Maar ze weten ook hoe ze samen moeten werken om het werk te saboteren. Zo blokkeren ze de gang naar de melkmachine om het werk te vertragen, of pretenderen bepaalde aanwijzingen van de boer niet te begrijpen. Sommige weten zichzelf te verstoppen voor de boer. Met andere woorden: koeien kunnen zich collectief verzetten tegen het werk dat ze moeten uitvoeren. Ze willen hun eigen keuzes maken en eisen hun vrijheid op zelf beslissingen te nemen.

Lege voerbak

Gedragsonderzoek kan inzicht geven in waarom een koe weigert zich te laten melken of naar de stal te gaan. Taalwetenschappelijk onderzoek naar de loeigeluiden die koeien maken, kan die geluiden

vertalen en aantonen of en wanneer die pijn, stress, opwindend, plezier of angst uitdrukken. Wie de taal van een koe begrijpt, zal initiatieven van het dier beter begrijpen en kan daarop adequaat reageren. Ons koeientaalproject laat zien dat koeien communiceren: met elkaar, met hun kalveren en met de mensen op het erf. Dat ze wijzen naar een lege voerbak, de boer bij binnenkomst in de stal groeten en protesteren als ze geïnsemineerd worden. Onderzoek naar taal bij dieren wijst uit dat kippen, koeien en varkens in verschillende situaties uitingen doen met specifieke betekenissen – net als mensen dus. Zij brengen hun wensen en vragen tot uitdrukking of delen iets mee, bijvoorbeeld over de emoties die ze ervaren: geluk, plezier, ongemak, pijn, stress of angst. Door onderzoek te doen naar de verschillende geluiden die dieren maken en naar het lichaamsgedrag dat ze daarbij vertonen in specifieke situaties, zullen we dieren steeds beter begrijpen als handelende wezens en toenemend zicht krijgen op wat de emotionele toestand van een individueel dier is op een bepaald moment. Voor een dierwaardige veehouderij, waar positief welzijn de norm is, is dit soort kennis cruciaal. En als de dieren daar geluk en plezier ervaren, zullen ze dat niet alleen elkaar, maar ook aan ons communiceren.

Meer weten?

- Cornips, Leonie (te verschijnen). *The semiotic repertoire of the dairy cow(s). Language in Society*
- Cornips, Leonie (2024). *How (dairy) cows and humans intertwine languaging practices: recurrent vocalizations are not the same. Language as an ecological phenomenon. Languaging and bioecologies in human-environment relationships*, redactie Vork Steffensen, Döring, en Cowley, p. 29-53. London: Bloomsbury.
- De Rooij, Marjolein (2023). *Hoeveel vakantiedagen heeft een varken?* Uitgeverij Noordboek, Gorredijk
- Vakbond voor Dieren (2024). *Koeientaal in beeld. www.vakbondvoordieren.nl/koeientaal-in-beeld/*



‘Verleiden is belangrijk’

Marco Lagrand verduurzaamt de zorg binnen Noordwest Ziekenhuisgroep. In twee jaar kreeg hij voor elkaar dat 95 procent van het voedingsaanbod er vegetarisch is.

‘Na een loopbaan in het bedrijfsleven wilde ik iets doen met maatschappelijke impact. Ik had een ernstig ongeluk gehad en moest zeven maanden revalideren. Je gaat daardoor anders tegen het leven aankijken en ik wilde iets teruggeven. Duurzaamheid had al lang mijn belangstelling. Ik heb twee kinderen en zou de planeet graag een beetje beter achterlaten dan ie nu is.’

‘In ziekenhuizen valt er op het gebied van duurzaamheid nog het een en ander te verbeteren, dus toen ik bij Noordwest aan de slag kon, heb ik daar vol op ingezet. Noordwest heeft ziekenhuizen in Alkmaar en Den Helder en daarnaast een aantal buitenlocaties. Ik kijk over de volle breedte naar wat er duurzamer kan en dus ook naar voeding. Ik werk er nu twee jaar en het voedingsaanbod aan de patiënten is inmiddels voor 95 procent vegetarisch.

Van de patiënten eet 75 procent ook daadwerkelijk vegetarisch en datzelfde geldt voor 92 procent van het personeel. Er is geen ziekenhuis in West-Europa dat ons dat kan nazeggen.’

‘Bij het bepleiten van een plantaardiger voedingsaanbod heb ik veel profijt gehad van het feit dat ik een bedrijfskundige achtergrond heb. Zo had ik verschillende managementfuncties bij Ahold. Daardoor weet ik dat verleiden belangrijk is. Mensen willen vooral lekker eten en of daar dan wel of geen vlees in zit, maakt helemaal niet zoveel uit. Dus ik heb regelmatig proefsessies georganiseerd, onder meer met de Raad van Bestuur, het verplegend personeel en de cliëntenraad. Dan zie je dat mensen vaak vooroordelen hebben over vegetarisch eten en dat ze het niet saai vinden, zoals ze verwachtten, maar juist

Mensen hebben vaak vooroordelen over vegetarisch eten

heel lekker. Ook moet je, denk ik, niet expliciet wijzen op het feit dat een gerecht vegetarisch is. Wij hebben bijvoorbeeld soep, saucijzenbroodjes, roti en een stoofpotje zonder vlees op het menu staan, maar daar staat het woord ‘vegetarisch’ niet voor. De meeste mensen eten deze gerechten met smaak. Bij de laatste meting onder patiënten kreeg ons voedingsaanbod een positieve beoordeling.’

‘Er komen geregeld ziekenhuisvertegenwoordigers bij ons kijken en ik geef in zorginstellingen door het hele land workshops over meer plantaardig voedsel. We doen dat gratis als Noordwest, omdat we het maatschappelijk belang zo groot vinden. Binnenkort ga ik, samen met de stichting Voeding Leeft, binnen Noordwest Ziekenhuisgroep een tiendaags voedingsexperiment doen rond bewust eten, met vegetarische maaltijden, geen tussendoortjes, geen suiker, weinig koffie, geen alcohol. Daar kijk ik wel naar uit. Er doen mensen uit de hoogste managementlagen aan mee. Volgens mij is het belangrijk dat die het goede voorbeeld geven. Ik heb de ambitie om van Noordwest het meest duurzame ziekenhuis van Nederland te maken en hoop daarmee ook de rest van de zorgwereld te inspireren. Uiteindelijk moeten we, niet alleen in de zorg maar overall, van een strategie voor duurzaamheid naar een duurzame strategie. Duurzaamheid als onderdeel van ons DNA, daar zou ik naartoe willen.’

PODCASTS STUDIO PLANTAARDIG

Verbeter de wereld met vork en mes

Vleesverslaafd, dat zijn we. Want terwijl het bewijs zich opstapelt dat een plantaardiger menu beter is voor mens, milieu en dier blijft de gehaktbal ons heilig. Waarom is het toch zo verschrikkelijk moeilijk deze verschuiving te maken?



In de podcast Studio Plantaardig duik ik in een van de grootste opgaven van deze tijd: de eiwittransitie. Gaat onze verandering komen van een moreel besef of toch van vernuftig gemaakte vervangers? Gaat de vleesindustrie mee in de verandering of probeert-ie ‘m juist te saboteren? En kunnen kinderen op een plantaardig menu ook gezond zijn?

In de podcast spreek ik wetenschappers, beleidsmakers, boeren, activisten en de voedingsindustrie. De interviews worden afgewisseld met reportages. Zo bezocht ik de slagersvakbeurs met de vraag ‘zou het een onsje minder mogen?’ en het wereldvleescongres waar vlees ‘niet het probleem is, maar de oplossing’. Luisteraars kregen een kijkje in het laboratorium van Those Vegan Cowboys, waar kaas binnenkort zonder koeien gemaakt wordt. Ook ging ik op bezoek bij de bisschop, want horen Gods schepselen wel op ons bord? En jaweker, de vissen komen ook aan bod.

Naast Studio Plantaardig presenteer ik samen met Pablo Moleman van Proveg de nieuwste ontwikkelingen en inzichten over de eiwittransitie in de podcast ‘Het Vegan Journaal’. Wil jij meer weten over hoe we de noodzakelijke verandering kunnen realiseren en hoe het menu van de toekomst eruitziet? De podcastafleveringen zijn in alle podcast apps te vinden, onder de naam Studio Plantaardig.

Esther Molenwijk

is podcastmaker, oprichter van Dutch Harvest Hemp Tea en medewerker bij Stichting Food Revolution

EEN VEEHOUDERIJ IN TRANSITIE

Boeren voor morgen!

De kennis van dierenartsen is cruciaal bij de overgang naar een meer duurzame en diervriendelijker veehouderij. Aan de faculteit Diergeneeskunde van de Universiteit Utrecht worden studenten opgeleid om de transitie te steun en mee richting te geven. Ook onderzoek draagt eraan bij.

Jorn Vernooij van onderwijsboerderij De Tolakker leert studenten zien hoe goed bodembeheer bijdraagt aan herstel en behoud van biodiversiteit.

Het zijn spannende tijden voor de Nederlandse veehouderij. Met een knap staaltje vakmanschap en in samenwerking met de dierenartsen van onze landbouwhuisdieren, hebben onze veehouders in de afgelopen 75 jaar het veehouderijsysteem op ongekende wijze weten te optimaliseren om voedsel tegen een betaalbare prijs en met een maximale kwaliteit te kunnen produceren. Grote successen kunnen echter ook een keerzijde hebben. Het huidige veehouderijsysteem draagt direct en indirect bij aan klimaatverandering en vermindering van biodiversiteit. Dierenwelzijn is onder druk komen te staan. De Europese Unie en Nederland hebben daarom doelen geformuleerd voor de bijdrage die de landbouw moet leveren aan het reduceren van onze broeikasgasemissies. Daar komt de nitraatrichtlijn bij, een veranderend mestbeleid en de opdracht om de veehouderij diervriendelijker te maken.

Unieke expertise

Als docenten en onderzoekers van de Sustainable Ruminant Health (SRH) groep van de faculteit Diergeneeskunde van de Universiteit Utrecht willen we dit niet alleen ondersteunen, maar we willen ook mede richting geven aan de gewenste transitie. We werken op een faculteit met unieke expertise in diergezondheid en dierenwelzijn. Een faculteit die zich realiseert dat ze zelf ook moet veranderen. En dat we heel veel kunnen bereiken als we de handen ineenslaan met de verschillende actoren. Dat is wel gebleken bij het terugdringen van antibioticagebruik. Wat nodig is, is goede samenwerking met de praktijk, innovatief onderzoek en onderwijs dat diergeneeskundige talenten opleidt die de transitie



Vivian Witjes bestudeert tijdens haar promotieonderzoek de effecten van circulair veevoer op diergezondheid en welzijn van varkens en pluimvee, met behulp van innovatieve sensor technieken

mee kunnen dragen. Daar gaan we voor! We organiseren bijvoorbeeld dialogen, waarbij heel breed wordt uitgenodigd: van vertegenwoordigers van Wakker Dier tot BBB-Kamerleden. Wij geloven namelijk dat we af

moeten van polarisatie en dat we alle perspectieven nodig hebben. We doen onderzoek naar belangrijke onderwerpen, variërend van klauwgezondheid, stikstofuitstoot en zoönose tot manieren om AI in te zetten om dierenwelzijn te monitoren. In ons onderwijs maken we ruimte voor duurzaamheids- en welzijnsvraagstukken.

'Living lab'

Onze eigen onderwijsboerderij zetten we hierbij in als een 'living lab'. We experimenteren met verschillende gewassen, leggen ecologische verbindingstroken aan en monitoren de effecten op biodiversiteit. We onderzoeken het welzijn van onder meer kippen en koeien. Alle masterstudenten (eerste jaar) werken gedurende vijf weken tijdens het basis-coschap landbouwhuisdieren aan een project getiteld 'Een veehouderij in transitie: wat wordt jouw rol als dierenarts?', met onze eigen boerderij als uitgangspunt. Als onderzoeksgroep ontwikkelen we momenteel

Wij geloven dat we alle perspectieven nodig hebben

een onderzoeksprogramma genaamd 'Boeren voor Morgen', waarbinnen we verder willen pionieren met veehouderijsystemen waarin het dier centraal staat en waarbij boer, burger en ecosysteem wel varen. Geïnspireerd door onze studenten en door interne en externe dialoogsessies werken we onder meer aan onderzoekslijnen rond thema's als Kalf bij Koe, gehoornde koeien, nieuwe duurzame stalsystemen en voerstrategieën.

Toonaangevend

Willen we de transformatie maken naar een duurzamere en diervriendelijker veehouderij, dan is kennis van dierenartsen onontbeerlijk. We willen helpen de kennislacunes te dichten, zodat we in ons land kunnen 'boeren voor morgen' en internationaal – ook in deze transitie – toonaangevend zijn.

Adriaan Antonis is universitair docent bij de Sustainable Ruminant Health (SRH) groep, afdeling landbouwhuisdieren, van de Faculteit Diergeneeskunde van de Universiteit Utrecht.



ONDERZOEK,
ONDERWIJS EN
SAMENWERKING
VOOR DUURZAME,
GEZONDE EN EERLIJKE
VOEDSELSYSTEMEN

Future Food Utrecht

Wij zijn een community van gepassioneerde onderzoekers, we zijn afkomstig van alle zeven faculteiten van de Universiteit Utrecht en we geloven in de waarde van en de sterke behoefte aan interdisciplinair onderzoek naar en onderwijs over voedselvraagstukken. Wij richten ons op drie kernthema's:

- 1 Nature Inclusive Agriculture
- 2 Feed, Food & Health
- 3 Inclusive Transformation of Food Systems.

Het is een van onze belangrijkste ambities om transformaties van voedselsystemen vanuit een geïntegreerd perspectief te benaderen en dus nemen we alle drie de thema's in al onze analyses op. We werken samen aan onderzoeks- en

onderwijsprojecten (zie de drie kaders), maar we organiseren ook verschillende activiteiten – seminars, workshops en een jaarlijkse conferentie – voor en met onze externe partners en de regio Utrecht.

Future Food Utrecht

was de trotse gastheer van de 1000 Caring Actions-conferentie op 19 oktober 2024 op het Utrecht Science Park.

Nationaal Groeifonds *RE-Ge-NL*

Re-Ge-NL is een Nationaal Groeifonds-programma dat zich richt op regeneratieve landbouw in Nederland. Doel van dit project is een transitie te stimuleren naar een winstgevender en maatschappelijk ondersteund landbouwsysteem dat zich richt op bodemverbetering en natuurherstel. Re-Ge-NL is ontwikkeld door Next Food Collective, Universiteit Utrecht, Wageningen Universiteit en de Universiteit Groningen, in samenwerking met 54 partners uit het hele voedselsysteem, waaronder boerencoöperaties en netwerken.

De contactpersoon van de Universiteit Utrecht voor *Re-Ge-NL* is dr. Jerry van Dijk, Copernicus Instituut, Faculteit Geowetenschappen.

Healthy food: (im)possible marketing

Met dit project willen we manieren ontdekken om gezond en duurzaam eten tot norm te maken voor Nederlandse consumenten en voedselproducenten. Gefinancierd door het strategische thema *Pathways to Sustainability* van de Universiteit Utrecht, zetten we een mix op van onderzoek, onderwijs (voor professionals en middelbare scholieren) en publieke betrokkenheidsactiviteiten zoals een food fashion show. Bij dit project zijn onderzoekers betrokken van Farmaceutische Wetenschappen, Sociale Wetenschappen en de Utrecht School of Economics, evenals externe partners van de Healthy Food Coalition, het Louis Bolk Instituut, de Keukentijgers en U-Talent.

De contactpersoon van de Universiteit Utrecht voor *Healthy food: (im)possible marketing* is dr. Prescilla Jeurink, Farmaceutische Wetenschappen, Faculteit Bètawetenschappen.

Follow the Food

Binnen het wereldwijde voedselsysteem leeft de ambitie om, binnen de planetaire grenzen, voldoende en gezond voedsel te leveren en tegelijkertijd goed om te gaan met vraagstukken rond ongelijkheid, voedselverspilling en oneerlijke prijzen voor lokale producenten. Het project 'Follow the Food' gaat de werking van wereldwijde voedselsystemen in kaart brengen: landbouwproductie, verwerking, handel en consumptie van voedsel. Voedselproducten met zogenaamde geografische aanduidingen (zoals Gouda Holland, Taleggio, Kakao Berau) zullen worden gebruikt als een lens om de duurzaamheids- en gelijkheidsuitdagingen van wereldwijde voedselsystemen te doorgronden en aan te pakken. Bij dit project zijn onderzoekers betrokken van de faculteiten Geesteswetenschappen en Geowetenschappen en van de Utrecht School of Governance.

De contactpersoon aan de Universiteit Utrecht voor *Follow the Food* is dr. Martijn Huysmans, Utrecht School of Economics.

BARTH-MISSET FONDS: VOOR DIERENWELZIJN IN DE VEEHOUDERIJ

Tussen praktische vooruitgang en lonkend vergezicht

Toen ik in de jaren '80 studeerde bij Else Barth, hoogleraar Logica & Analytische Filosofie, duwde ze mij op een dag na een college Animal Liberation in handen. Het boek van Peter Singer, de filosoof die het speciësisme-begrip muntte, maakte zo'n indruk op me dat ik, toch al geen grootverbruiker, de consumptie van vlees voorgoed achter me liet.

Barths begaanheid met het lot van dieren was groot. Ze vond onze omgang met wezens die, net als wij, stress en pijn kunnen ervaren en een schakering aan emoties kennen een urgent probleem, ons gebrek aan consideratie ermee een schandvlek. Hoewel dieren in haar geschreven werk weinig aandacht krijgen, sloten haar verbaal beleden opvattingen over de behandeling van dieren in met name de intensieve veehouderij aan bij haar filosofische werk. Dat was voor het grootste deel een logische analyse van cognitieve rechtvaardigingen voor wat zij 'onderdrukkingsverschijnselen' noemde: denkwijzen die, vaak ten faveure van een hoger doel, minachting voor (groepen van) individuen legitimeren of zelfs aanmoedigen. Bij haar logische en argumentatieve analyse daarvan richtte ze haar pijlen vooral op seksisme, racisme en antisemitisme. Dat speciëcisme in dat rijtje thuishoort, moge duidelijk zijn.

Else Barth overleed in 2015, enkele maanden voor haar man Henk Misset, die hoogleraar economie was. Ze lieten samen een substantieel vermogen na en wilden dat dit zou worden aangewend voor de

verbetering van het welzijn van dieren in de intensieve veehouderij. Uit die bijzondere nalatenschap is het Barth-Misset Fonds ontstaan. Sinds 2018 geeft dat, door middel van een aanvraagronde, jaarlijks tussen de 2 en de 2.5 ton financiële steun aan projecten – inmiddels 27 – die aansluiten bij de missie.

Else Barth vond ons gebrek aan consideratie met het welzijn van dieren een urgent probleem

Als bestuur proberen we bij de selectie van projecten een passende balans te vinden tussen projecten die, uitgaand van de situatie zoals ie nu is, tot concrete verbeteringen leiden en projecten die niet direct effect hebben op dierenwelzijn, maar die wel perspectief openen op mogelijke scenario's voor een toekomst waarin we dieren dierwaardig behandelen. Zo steunden we Eyes on Animals bij hun streven hittestress tijdens transport op de kaart te krijgen, maar ook een

onderzoek van Wageningen Universiteit naar de rol die boeren in de toekomst zouden kunnen innemen bij de productie van kweekvlees. We gaven Wakker Dier geld voor een mediacampagne die supermarkten moest bewegen te stoppen met het verkopen van kippenvlees zonder een BLK-keurmerk en steunen de Caring Farmers (met onder meer een jaarlijkse bijdrage aan het Caring Congres), niet in de laatste plaats omdat dieren op de boerderijen van de daarbij aangesloten boeren naar buiten mogen en natuurlijk, soorteigen gedrag kunnen vertonen. Maar we zijn ook medesubsidiënt van de documentaire die Kadir Lohuizen met stichting The Food Revolution maakt en die draait om de vraag of we de wereld van voedsel zouden kunnen voorzien zonder daarvoor dieren te exploiteren.

Naast financiële steun aan dit soort projecten, proberen we vanuit het Barth-Misset Fonds een bijdrage te leveren aan het maatschappelijk debat over onze omgang met dieren. We sponsoren met het oog daarop de bijzondere boekenreeks over dierenrechten van Uitgeverij Noordboek en organiseren regelmatig excursies en themadagen. Wie meer wil weten over onze activiteiten en/of overweegt een aanvraag in te dienen, kan alles daarover vinden op onze website: www.barthmissetfonds.nl

Else de Jonge is bestuurslid van het Barth-Misset Fonds.



De Caring Movement bedankt haar sponsors

Wist jij dat je als boerenondernemer en Caring Farmer ook terecht kunt bij provincie Utrecht? De relatiebeheerders van het Vraagbaak Landbouw- loket zijn hét centrale aanspreekpunt voor al je vragen over bijvoorbeeld beleid, vergunningverlening en subsidies. Daarnaast beschikt de provincie Utrecht over een team onafhankelijke plattelandscoaches die je kunnen helpen bij het maken van belangrijke keuzes. Iedere coach heeft een eigen specialisme. De een weet het fijne van nieuwe verdienmodellen zoals voedselbossen of het werken in de korte keten, de ander kan je uitstekend adviseren bij het zoeken naar een nieuwe functie voor de lege schuur op je erf, en weer een ander is expert in bedrijfsoverdracht. Samen met je coach onderzoek je wat bij jou past als Caring Farmer, wat de juridische kaders zijn van een plan en of het rendabel en/of praktisch haalbaar is.



Marjan Minnesma: 'Samen sneller duurzaam' is het motto van Urgenda. De Caring Movement doet precies dat: samenwerken voor een snellere transitie van het voedselsysteem. Dat zorgt niet alleen voor gezondere mensen en dieren, maar ook voor meer brede welvaart en het halen van klimaat- en natuurdoelen.



Stichting de Hoorn ondersteunt initiatieven voor een zorgzame en rechtvaardige toekomst.



Foto: Sabine Grootendorst

