

## VLEISLOSE MAANDAE

**'Veldtog niks anders as anti-boerdery'**

Die veldtog vir vleislose Maandae lyk soos 'n grondvlakbeweging, maar is 'die werk van 'n goed gefinansierde aktivistegroep wat glansmense met misleidende aannames en halwe waarhede as woordvoerders gebruik om 'n anti-boerdery-denkkrigting te verkondig', sê 'n Kanadese vleisbemarkingsorganisasie.

**DIE** Amerikaanse regering het die veldtog om vleislose Maandae onder verbruikers aan te moedig in die Eerste en die Tweede Wêreldoorlog begin. Daarmee wou hy verbruikers aanmoedig om 'n patriotiese bydrae tot die oorlog te lewer en deur minder vleis te eet, die soldate wat oorsee geveg het, beter toegang tot voedsame kos, soos beesvleis, te gee.

Dié veldtog is nou terug, maar volgens die Kanadese vleisbemarkingsorganisasie Canada Beef Inc. is dit hierdie keer die idee van twee welaf New Yorkse sosiale vlinders wat 'n aantal diere-regte- en antivleis-programme ondersteun.

Anders as wat die aktiviste verkondig, is dit nie die doel van die veldtog om verbruikers te help om weloerwoë, gesonde of omgewingsvriendelike voedselkeuses te maak nie. Die eintlike doel is om mense sover te kry om op te hou om vleis te eet, met die uiteindelijke doel om diereproduksie heeltemal te beëindig, meen Canada Beef Inc.

'n Gesonde, gebalanseerde dieet is belangrik. Dit kan beesvleis en ander soorte vleis insluit, maar as 'n mens 'n gesonde, gebalanseerde dieet sonder vleis volg, is dit ook reg. Die sleutelfaktor is egter dat verbruikers se vermoë om die keuse vir hul gesin te maak, gebaseer moet wees op feitlike, geloofwaardige inligting en nie op die aanbevelings van glansmense nie.

Die bemarkingsorganisasie het nou 'n inligtingstuk versprei om die voordele van beesvleis te verkondig.

**GESONDHEID EN VOEDING**

Beesvleis word in Kanada se kosgids erken as deel van 'n gebalanseerde dieet. Maer beesvleis is propvol voedingstowwe wat mense elke dag nodig, soos sink vir gesonde groei, yster vir suurstof en proteïene om die liggaam te bou en te herstel.

Roovleis veroorsaak nie kanker of hartsiektes nie. Geen enkele voedselsoort kan kanker of hartsiektes voorkom nie. Die Europese ondersoekkommissie na kanker en voeding (EPIC), het 'n studie oor vleisverbruik en sterftes voltooi en gevind dat daar geen verband gevind kon word tussen die eet van roovleis en die oorsaak van dood nie, insluitend kanker en hartsiektes.

Daar is geen geldige wetenskaplike rede om roovleis uit 'n mens se dieet te laat nie. Die Europese studie het gevind dat daar hoër sterfgevallen voorkom by mense wat baie min of geen roovleis eet nie.

Die inname van matige tot hoër vlakke van proteïene kan selfs tot 'n verbetering in hartgesondheid lei. Die gemiddelde Kanadees verkry minder as 17% van sy/haar energie van proteïene. Die aanbevole hoeveelheid is 10% tot 35%. Studies het getoon dat 'n aantal kardiovaskulêre risikofaktore verminder kan word as koolhidrate met proteïen vervang word.

Die drie voorste risikofaktore vir siektes is hoë bloeddruk, tabakrook en alkoholgebruik, volgens die *Global Burden of Disease Study 2010*. Roovleis

was in die laaste ranglysposisie van 43 risikofaktore wat in die studie geëvalueer is. In die studie is diëte wat laag in vrugte en sodium is, uitgewys as die grootste risikofaktore vir siektes.

**OMGEWING**

Boere produseer al hoe meer met al hoe minder. In die vroeë 1900's het dit drie tot vyf jaar geduur om 'n bees in Kanada gereed te maak vir bemarking. Weens teling en moderne tegnologie duur dit vandag minder as twee jaar.

Dit is waar dat koeie water gebruik, maar hulle gebruik dit nie op nie, hulle leen dit net. Net 'n klein fraksie van die water wat hulle gebruik, bly in hul liggamete agter. Die meeste daarvan word weer in die omgewing vrygelaat en herwin. Dit verg byvoorbeeld 130 liter water om een kilogram beesvleis te produseer, maar 'n volwasse bees sal daaglik tot 66 liter water drink, na gelang van die weer. Daarenteen gebruik die gemiddelde Kanadees elke dag 350 liter water.

Kanada se beesvleisbedryf is vir net 0,05% van die produksie van kweekhuiskasse verantwoordelik. Die hele wêreld se beesvleisproduksie dra een persent by tot die produksie van kweekhuiskasse in die atmosfeer. Die gemiddelde daaglikse produksie van kweekhuiskasse deur 'n koei is gelykstaande aan dié van 'n voertuig wat 3,2 km ry. Om die waarheid te sê, 800 keer meer kweekhuiskasse word vervaardig wanneer 'n mens met sy motor na die winkel toe ry om kruideniers-

ware te koop, as wat nodig is om 'n hamburger te produseer.

Ongeveer 30% van Kanada se landbougrond is te heuwelagtig, klipperig, koud of nat om oeste te verbou. Dit is wel moontlik om dié grond te kultiveer vir die verbouing van oeste, maar so 'n proses sal lei tot die vernietiging van natuurlike habitat en natuurlewe. As hierdie grond deur grasvreters benut word, word die land se grond doeltreffend verdubbel vir die produksie van kos. Tot 85% van die kos wat deur beeste gevreet word, bestaan uit gras en plante wat nie deur mense geëet kan word nie.

**WERKGELEENTHEDE, DIE EKONOMIE EN ANDER VOORDELE**

Die beesvleisbedryf dra ongeveer R235 miljard (\$24,6 miljard) by tot die Kanadese ekonomie. Elke werkgeleentheid in die beesvleis-sektor lei tot 3,56 werkgeleenthede in ander sektore van die ekonomie en elke miljoen dollar in beesvleisverkope skep ongeveer 27 werkgeleenthede.

Die mediese wêreld maak op nuwe produkte van beeste staat vir baie medisyne en behandelings wat lewens kan red of lewens kan verbeter. Meer as 100 soorte medisyne wat deur mense gebruik word, is afkomstig van beeste, soos salf vir brandwonde, insulien en anti-verwerpingsmiddels vir die ontvangers van orgaanplantings.

Altesame 99% van 'n bees word benut. Dit sluit in die vervaardiging van skottelgoedseep, gelatien, vlekverwyderaars by wasgoed, kerse, kryt, reukweeters, verbande, toiletpapier en sporttoerusting.

Die vleislose Maandae-veldtog gaan nie net daarvoor om minder vleis te eet nie. As diereproduksie heeltemal beëindig word, sal dit 'n ernstige uitwerking op mense se daaglikse lewens hê. Vee speel 'n uiters belangrike rol in alle menselewens op vele vlakke.



**HIERDIE BLAD IS DEUR DIE ROOVLEISBEDRYFSFORUM GEBORG.**

BERIGTE IS DEUR DIE RPO GESKRYF EN VERSKAF. RIG NAVRAE AAN DIE RPO BY 012 348 1933.

E-POS: [rpo@lantic.net](mailto:rpo@lantic.net). WEBWERF: [www.rpo.co.za](http://www.rpo.co.za).