

Welk DIEET, welke IMPACT?

Als alle Europeanen vegetarisch zouden eten - geen vleesproducten en eieren -, dan behaalt de EU al voor 2020 de helft van de milieudoelstellingen. Hieruit blijkt duidelijk dat het eten van vlees een forse druk legt op het milieu.

Verzadigd vet

Door te veel verzadigd vet te eten lopen mensen meer risico op hart- en vaatziekten.

Broeikasgassen

95% van de broeikasgassen bestaat uit koolstofdioxide, lachgas en methaan.

Ruimte

Gronden om gewassen op te laten groeien zijn concurrerend met ruimte om vee op te laten rondlopen. Door de groeiende middenklasse die meer vlees eet wereldwijd wordt dit een steeds groter probleem.

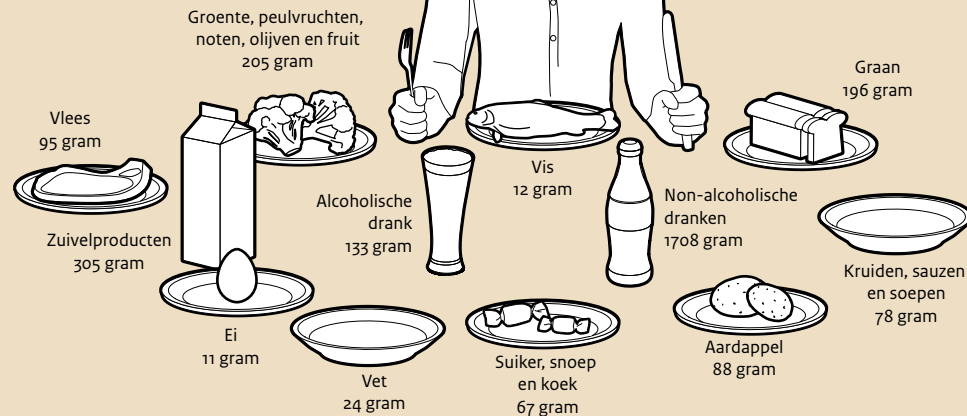
Water

De productie van landbouwgoederen voor de Nederlandse consumptie draagt bij aan watertekorten in de wereld, bijvoorbeeld in Spanje.

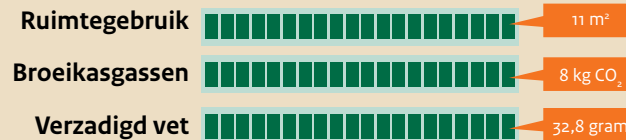
Grondstoffen

Landbouw maakt intensief gebruik van grondstoffen, zoals brandstof en fosfaat in kunstmest.

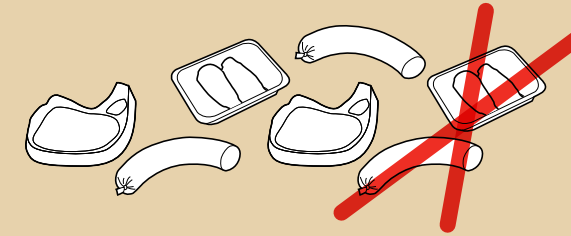
Gemiddeld dieet van een Nederlander per dag



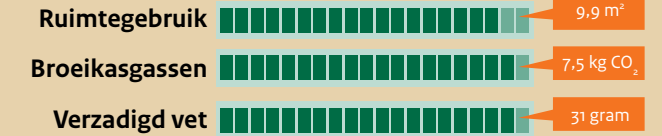
Per persoon per dag:



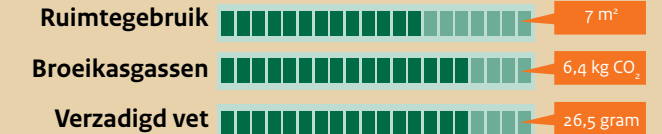
Flexitarisch: 2 dagen per week geen vlees



Per persoon per dag:



Vegetarisch



Richtlijn Voedingscentrum

