birthday2.qxp:Layout 1 22/11/07 15:59 Side 1

lev og lad leve

VINTER
2007
98. årgang

vegetaren



nr. 4

birthday2.qxp:Layout 1 20/11/07 17:49 Side 2

Vegetaren
ISSN: 1397-7989

Udgivet af:
Dansk Vegetarforening
Gribskovvej 21, 2. th.
2100 København Ø
Telefon: 70 22 40 01
www.vegetarforening.dk

Ansvarshavende redaktør:
Britt Søndergaard
redaktion@vegetarforening.dk
www.balancen.net

Kontingent:
studerende/pensionist 150,-
almindelig 200,-
husstand 300,-
udland 300,-
livslangt 2.000,-
abonnement alene 150,-

Annoncering, se
www.vegetarforening.dk
Deadline for næste nr.:
01.02.2008

Forsidefoto: Pukalski, UK

Produktion: ewa@vegetarforening.dk

Repro og tryk: Prinfomega

Bladet er trykt på miljøvenligt papir
og fremstillet efter normer,
der lever op til standarden i
det nordiske svanemærke

Eftertryk tilladt med angivelse af kilde

Dansk Vegetarforening er stiftet i 1896
og drives på frivillig, idealistisk basis

Medlem af Europæisk Vegetarunion
(EVU) og International Vegetarunion
(IVU)

Redaktionen er ikke nødvendigvis enig med de enkelte skribenter, som er ansvarlige for egne bidrag. DVF anbefaler ikke nødvendigvis annoncerede produkter.

En vegetar lever af planteføde (korn, frugt og grønt, bælgfrugter, nødder og frø) med eller uden mælkeprodukter og æg.

Vegetarer spiser ikke nogen former for kød, fjerkræ, fisk, skaldyr eller biprodukter fra slagtning af dyr.

Du bliver medlem ved indbetaling på gironr. 502-5656 (korttype 01) eller på bankkonto 8401 1053216

indhold
VEGETAREN

kære læser 3
fair trade - for fulde sejl 4
hvad er fair trade? 8
erklæring fra den europæiske vegetarunion 10
biodynamik i pagt med naturen 11
forbindelse mellem jord og immunsystemet 14
miljø og fødevareforsyning 16
læserbrev fra det grønne Island 17
kødspisning truer miljøet 18
kød, miljø, politik og medier 22
siden sidst 24
opslagstavlen 25
kort og grønt 26



111 års fødselsdag
11. december 2007

- læs mere på side 25

birthday2.qxp:Layout 1 20/11/07 19:32 Side 3

kære læser



Det var ment som en morsomhed, da Storm P i sin tid sagde om vejret: „Alle snakker om det, men ingen gør noget ved det!“

Dette ordsprog er mere aktuelt end nogensinde nu, hvor alle snakker om klimaforandringer, men ingen ved, hvad vi reelt kan gøre ved det udover måske lige at skrue ned for el og varme, mindske brug af vand og toiletpapir, skifte bilen ud med cyklen og bruge elspare-pærer… hvilket selvfølgelig også er vigtigt!

Men når vi i det større perspektiv ser på, hvilke faktorer der belaster miljøet mest, så kommer det nok som en overraskelse for mange, at produktionen af kød- og mælkeprodukter belaster vort miljø mere end noget andet.

»Husdyrbrug er én af de største bidragydere til det største af alle miljøproblemer, og det er nødvendigt at gøre noget omgående« lød det fra FAO, FN's fødevare- og landbrugsorganisation ved præsentationen af *Livestock's long shadow*, en omfattende og opsigtsvækkende rapport, som FAO for nylig har udgivet, hvori der bl.a. står, at 18% af de globale udslip af drivhusgasser stammer fra kød- og mælkeproduktion.

Uden sammenligning udgør dyrehold den største belastning af vores miljø, både hvad angår vandresurser, da der skal mange tusind liter vand til produktionen af et kilo kød, men også den intensive dyrkning af foderafgrøder med en kunstgødning, der er årsag til 65% af de globale udslip af lattergas, N20, en 296 gange mere potent drivhusgas end kuldioxid. Ifølge statistikken er kvægbrug den største årsag til global opvarmning, fordi den skaber mere drivhusgas end selv trafikken. Så man kan undre sig over, at ingen i forbindelse med al den fokus på klimaforandringer nævner vegetarisme?!

Det, der påvirker vort vejr og klima mest, er drivhuseffekten, også skabt af metan fra kvægbrug, der ifølge FAO er en 23 gange mere potent drivhusgas end kuldioxid. Produktionen af et kilo oksekød er skyld i en mængde drivhusgas svarende til det, som en gennemsnitlig europæisk bil udleder for hver 250 km, den kører.

Så når de fleste tror, at vi individer reelt ikke kan gøre noget ved problemet, så er det forkert! Vi er alle ansvarlige for miljøet og planetens fremtid og den bedste og mest effektive måde at gøre noget ved klimaforandringerne er at nedsætte sin samlede mængde drivhusgas. Eller med andre ord – droppe kødet!

Da miljø og bæredygtighed er tungtvejende argumenter for at blive vegetar, har vi i dette nummer fokus på miljø. Et sundt miljø og samfund bygget op i respekt for naturen og med bæredygtighed for øje er ikke alene grundlaget for at fastholde og forbedre vor velstand, men også en forudsætning for hele menneskehedens overlevelse. Vegetarisme kunne være en løsning!

Vort klima og hele planetens fremtid er noget, vi alle har til fælles og det er derfor med stor fornøjelse, jeg byder velkommen til dette miljønummer af vegetaren – velkommen til en grønnere planet!

Miljøvenlige hilsner

Britt Søndergaard



fairtradepeterendelig2.qxp:Layout 1 20/11/07 23:38 Side 4

Fair Trade
- for fulde sejl!

Af Peter Als

Den 4. oktober 2007 anløber verdens eneste Fair Trade skib Aalborg havn. Skibet, finske Estelle, ser umiddelbart ikke ud af noget særligt, men er på en klar mission i Danmark: At udbrede kendskabet til Fair Trade! For selvom landet er blandt verdens rigeste, har danskerne stadig noget at lære...



Historien tager dog sin begyndelse et helt andet sted, nemlig i 1800-tallets Indonesien under den hollandske kolonisering. Enhver god historie har en god helt og det har denne også. Denne finder vi i skikkelse af den unge hollandske embedsmand, Eduard Douwes Dekker, der er udsendt til at overvåge området Lebak.

Her opdager Dekker, hvordan børn dør af sult, fordi forældrene slaver i de hollandske koloniherrers marker. Opgaven er delegeret ud til de lokale høvdinge, der betales for at lade de indfødte arbejde i de hollandsk ejede marker og plantager. Dermed har de indfødte ikke tid til at passe sine egne jordlodder og da de heller ikke får en ordentlig løn er sult, sygdom og slaveri en selvfølge. De kan blot se på, mens hollænderne sejler det ene læs med kostbare afgrøder hjem efter det næste for videresalg til skyhøje priser.

Hvem er Max Havelaar?

Dekker nøjes dog ikke bare med at se på. Da han ikke får noget ud af at klage til det officielle Holland, beder han om at blive sagt op, rejser hjem og skriver i 1859 på sit lille tagkammer romanen 'Max Havelaar'. Romanen er et delvist selvbiografisk værk over hans opdagelser med karakteren 'Max Havelaar', som helten, der kæmper for de indonesiske bønders rettigheder. Bogen er samtidig et direkte angreb på forholdene i kolonierne og kritikken får lidt efter lidt fodfæste i og udenfor Holland. Der laves reformer og hollænderne ændrer den måde, kolonierne ledes på. Efterhånden tales ligefrem om disse som mønsterkolonier.

Hvad er Max Havelaar?

I dag er Max Havelaar, også kaldet Fair Trade, ikke længere en fiktiv person. Han er blevet til en international mærkningsordning. Men formålet er stadig det samme: At skabe mere lighed og retfærdighed for nogle af verdens fattigste småbønder og arbejdere i Afrika, Asien, Syd- og Mellemamerika, så vi kan nyde disse varer i bl.a. Danmark, men også i USA, Australien, Japan m.fl. med god samvittighed.

På den måde er danskerne med til at give mennesker rundt omkring i verdens udviklingslande noget at leve af. Men vi kræver også noget igen. Bl.a. skal produktionen foregå på naturens vilkår i

fairtradepeterendelig2.qxp:Layout 1 20/11/07 23:55 Side 5

så høj grad, at det oftest bedst kan betale sig at gøre produktionen økologisk.

Er Max vegetar?
Max er faktisk vegetar. Der findes ikke Fair Trade kød, men det skyldes nu mest praktiske omstændigheder. Der er formentlig ikke mange danskere, der vil betale dyrt for kød produceret i f.eks. Guatemala. Så Max har indset, at det ikke kan betale sig at producere Fair Trade kød – det ville være for dyrt og samtidig svært at producere bæredygtigt. Ligesom med almindeligt kød.

Max er dog ikke veganer, idet læder, skind, horn mm. bruges til at lave f.eks. lædertasker, trommeskind og salt- og peberbøsser af horn. Men det skal selvfølgelig foregå med respekt for dyret samt naturens balance, hvorfor der ofte kun bruges bestanddele fra dyr, der er døde på naturlig vis.

Skaber Fair Trade ulige handel?
De fleste mener Fair Trade er en god opfindelse, men nogle økonomer argumenterer for, at Fair Trade også har en bagside, da det er i strid med de frie markedskræfter.

Fair Trade handler ikke kun om økonomi – men især om det!
Det er imidlertid vigtigt at forstå, at Fair Trade er mere end blot "fair handel" – det drejer sig om langt mere end blot økonomiske begrundelser, men også om menneskerettigheder, beskyttelse af unikke naturområder, større medbestemmelse i eget liv mm.

Desuden er det ikke i strid med de frie markedskræfter, da Fair Trade ikke er et unaturligt importforbud på visse varer eller en kunstig støtte til landbrugsprodukter, der ellers ikke ville kunne klare sig på det frie marked. Noget som EU paradoksalt nok benytter sig af overfor netop de Fair Trade producerende lande i form af toldmure og landbrugsstøtte til egne landmænd f.eks. for at holde afrikanske landbrugsproducenter ude af verdensmarkedet. EU bruger faktisk over en milliard kroner hver eneste dag på europæisk landbrugsstøtte, mens fattige afrikanske bønder oplever konsekvenserne i form af mindre produktion, lavere eksport, øget arbejdsløshed, fattigdom, sult og nød. De kan ikke konkurrere med den EU-støttede overproduktion, der dumpes i bl.a. Afrika, hvilket får priserne til at falde, hvormed den lokale fødevareproduktion giver underskud.

Det er bl.a. skyld i, at afrikanske bønder ofte er nødt til at slagte sine køer pga. EU-støttet mælkepulver til dumpingpriser. En EU-ko får faktisk 12-13 kr. i landbrugsstøtte, hvilket er ca. 100 gange mere end en afrikaner får i ulandsbistand. De unfair handelsregler koster verdens fattigste i omegnen af 100 milliarder dollars årligt – hvilket sjovt nok er ca. det samme, som de årligt modtager i ulandsbistand...

Derfor virker i-landenes ønske om at fremme u-landenes vilkår gennem bl.a. Fair Trade stadig en smule tomt, så længe de frie markedskræfter forhindres i at virke.

Fair Trade opfylder et behov!
Når befolkningerne i verdens lande i stigende grad kræver Fair Trade producerede varer, kan det dog godt give problemer visse steder i verden. Der hvor der udføres

Principper for Fair Trade

1. Respekt og omtanke for mennesker og miljø.
2. En fair betaling til producenter og andre handelspartnere. En fair pris skal sikre producenten en bedre betaling end den, der normalt opnås for tilsvarende arbejde/produkter på det lokale marked.
3. Fremme ordentlige arbejdsforhold. Arbejdsmiljøet skal som minimum opfylde lokale betingelser og regler.
4. Medbestemmelse. Producenter, frivillige og ansatte medarbejdere skal inddrages i de beslutningsprocesser, der vedrører dem.
5. Beskyttelse og fremme af menneskerettigheder.
6. Særlig opmærksomhed rettes mod at forbedre forholdene for specielt fattige og udsatte grupper inden for produktion og handel, fx kvinder og børn, samt oprindelige folk.
7. Omtanke for miljø og bæredygtig udvikling inden for alle led i Fair Trade-kæden.
8. Fremme af en bæredygtig udvikling ved at tilstræbe langsigtede og stabile handelsforbindelser.
9. Prioritering af produkter, hvor så mange led af forarbejdningsprocessen som muligt er foregået i oprindelseslandet.
10. Åbenhed og gennemsigtighed i alle led af organisationens opbygning og aktiviteter. Alle parter i Fair Trade-kæden er forpligtet til at give oplysninger videre til hinanden om deres produkter og markedsføringsmetoder, og om hvordan de opfylder Fair Trade-kriterierne.
11. Forpligtelse til at bidrage til oplysning, uddannelse og kampagneaktiviteter.

Kilde: Fair Trade Danmark

fairtradepeterendelig2.qxp:Layout 1 21/11/07 0:19 Side 6

slavelignende arbejde, der hvor man driver rovdrift på både menneskelige og naturlige ressourcer, her vil man blive ramt – på kort sigt – fordi efterspørgslen efter varerne herfra vil blive mindre. Men på længere sigt er det jo glimrende, at sådanne produktioner bliver færre og at man i stedet må omstille produktionen til at foregå på bedre vilkår.

Desuden har denne omstilling ikke noget med Fair Trade at gøre. Fair Trade er jo blot en mærkningsordning, der sikrer, at varerne bliver produceret efter bestemte retningslinier. Det er altså ikke Fair Trade mærkningsordningen i sig selv, der skaber forandringerne – det er de folk, der køber Fair Trade, der skaber forandringerne. Fair Trade skaber blot muligheden ved at stille et produkt til rådighed for dem, der ønsker det. Fair Trade opfylder et behov for at købe etisk bæredygtige varer.

Dem, der ikke har et behov for at købe etisk bæredygtige varer, kan stadig vælge dette. Der er ingen, der tvinger dem til at købe Fair Trade. Helt i overensstemmelse med de frie markedskræfter...

Fair Trade er bedre end ulandsbistand!

Fair Trade er ikke en slags ulandsbistand. Ulandsbistand kan naturligvis være rigtig godt, men har også sine mørke sider, da det kan umyndiggøre den lokale befolkning og gøre den afhængig af udefrakommendes hjælp. Der findes flere eksempler på velmente projekter, hvor de lokale får hjælp til f.eks. at bygge en brønd, men ikke vedligeholder den, da de "forventer", at der bare kommer et nyt projekt, et nyt bistandsprogram og gør det hele for dem. Fair Trade kræver derimod, at man arbejder for det. Og det er en essentiel faktor for, at et land, et område, en by eller et menneske kan udvikle sig.

Globen – vindue til verden

Det er også grunden til min første store rejse ud i den globale verden. Udvikling. Min egen og andres vel at mærke. I sommeren 2003 færdiggør jeg min uddannelse til pædagog. Men uddannelse er en ting og udvikling en helt anden, så jeg beslutter mig for at drage til Indien, hvor jeg lever som frivillig på et indisk børnehjem en tid.

Livet på børnehjemmet har på mange måder en sær art dobbelthed. Følelsen af både at være ensom, men også meget nær andre mennesker. Børnenes dagligdag med hårdt fysisk markarbejde, skolegang og ingen ejendele er omvendt proportional med den livsglæde, som de samtidig udviser. Selv vejret fremstår nærmest i modstrid med sig selv i form af kvalmende varme nætter med lyn, torden og monsunregn, der næsten fordamper inden den rammer jorden.

Selv oplever jeg flere forskellige slags sygdomme, er indlagt med drop på det lokale hospital på en gennemtæret træbænk og bliver opereret nogle centimeter ind i ryggen med en kniv i venteværelset uden bedøvelse. Jeg taber omkring 15 kg, lever af dårlig kvalitet ris tre gange om dagen i fire måneder, arbejder i markerne midt i eftermiddagsheden, står op kl. 04.00 hver dag for at bede på hindi og meget mere. Og... jeg savner det ... lidt om ikke andet. For det er i hvert fald mere ægte end at stå op, gå på arbejde, komme hjem og falde i søvn på sofaen foran fjernsynet.

Bæredygtighed til salg

Så da jeg sidst på året vender hjem til Danmark, har jeg en dybere forståelse af først og fremmest mig selv med i bagagen. Jeg ville – jeg vil – for alt i verden ikke døse livet hen i en rutineprægeret "sikker" hverdag, hvor jeg kommer længere og længere væk fra de ting, som jeg egentlig gerne vil. Væk fra mig selv.

Derfor har jeg heller ikke de store betænkeligheder, da jeg i foråret 2006 får et brev fra Fair Trade Danmark – paraplyorganisationen for Fair Trade butikker i Danmark. De søger nye medlemsbutikker og vil derfor gerne høre fra folk, der kunne være interesserede i at lave en Fair Trade butik sammen, bl.a. i Aalborg. Jeg springer straks til.

Tidligere huserede Fair Trade butikken Papaya i Aalborg, men konceptet slog aldrig rigtigt igennem. Var det mon alligevel for meget at gabe over? Var danskerne, var aalborgenserne, klar til Fair Trade? Mødet med Fair Trade havde givet mig nok at tænke over. Og ikke bare det – i løbet af processen var alle de andre interesserede faldet fra. Lige fra privatpersoner til foreninger. Så pludselig stod jeg alene med det. Hvis Aalborg skulle have en Fair Trade butik igen, så skulle det samtidig være den første private Fair Trade butik i Danmark. Kunne man det?

Formål med Fair Trade

- at forbedre dårligt stillede producenters vilkår på markedet
- at fremme social lighed
- at beskytte miljøet
- at øge bevidstheden om de ulige handelsforhold mellem nord og syd
- at påvirke offentligheden gennem kampagner

Kilde: Fair Trade Danmark

fairtradepeterendelig2.qxp:Layout 1 21/11/07 0:39 Side 7

Kan man drive Fair Trade kommercielt i Danmark?
Sandheden er, at jeg ikke ved det. Men jeg ved også, at jeg er nødt til at prøve det. For det handler ikke om at gøre noget, der er sikkert og velafprøvet, men noget der giver mening for én selv. Og Fair Trade giver ikke blot god mening for mig og mange andre mennesker. Det er også noget, som kan blive en levevej – for mig og mange andre mennesker. Det føles ægte.

Så derfor i december 2006 står verdens første private Fair Trade butik i Danmark klar: Fair Trade Butik Globen. For det handler om verdenen.

...Estelle er på vej i havn. Hun og Max har vist sig at være et rigtig godt team. Hun informerer verden om de produkter, der produceres efter Max' retningslinier. I dag er hun nået til Aalborg, der som den eneste danske by i denne omgang får glæde af Estelle's budskab om en mere fair verden.



Estelle er verdens eneste Fair Trade skib og har med sit projekt "Make Fair Trade Greener" lagt til kajs i en stribe europæiske havne med det formål at øge folks viden om Fair Trade og bæredygtig udvikling. Estelle har i alle byer lagt op til et samarbejde med lokale NGOer (kort for non-governmental organization, på dansk oversat til ikke-statslig organisation, red.) og Fair Trade organisationer om at promovere Fair Trade og lave oplysningsaktiviteter med skibet som centralt trækplaster.

I Danmark tilbragte Estelle en spændende uge i samarbejde med Fair Trade Butik Globen, Amnesty International og SOS Børnebyerne. Livemusik, boder og hyggelige mennesker gav en god stemning, der gav Estelle mod på at komme til Aalborg igen til næste år. Måske allerede til sommer, hvor de også får brug for frivillige danske sømænd og -kvinder til at sejle med.

Læs mere om Estelle på hjemmesiden ***www.estelle.fi***

Fair Trade Butik Globen
Danmarksgade 43
9000 Aalborg

Sortiment indenfor Fair Trade Living, Dining, Playing, Writing, Styling og Dressing.

Åbner op for netsalg i 2008 på **www.ButikGloben.dk**

Fra 2008 tilbyder Fair Trade Butik Globen også mulighed for, at man kan blive forhandler af Fair Trade varer på nettet – uden lager, administration eller andet besvær.



Fair Trade varer...

fair trade

I landets Fair Trade butikker og shop in shops kan du købe et bredt udvalg af fødevarer, brugskunst, smykker, keramik, tasker, m.m., der er handlet efter Fair Trade principperne, som er:

- Fair pris - der sikrer producenterne en bedre betaling end normalt
- Faste indkøb og længerevarende samarbejde
- Gode arbejdsbetingelser – indflydelse på job og organisering
- Menneskerettigheder – der bl.a. sikrer at børnene kommer i skole
- Bæredygtig produktion – der belaster miljøet mindst muligt

Du kan købe Fair Trade varer i:
Allinge, Bogense, Broby, Brovst, Charlottenlund, Fredericia, Frederiksberg, Frederikssund, Faaborg, Høje Taastrup, Gedsted, Grevinge, Herlev, Herning, Holbæk, Hovedgaard, Karup, Kjellerup, København, Nakskov, Nykøbing Sj., Nuuk, Odense, Randers, Revsøre, Roskilde, Svaneke, Thisted, Thy, Vejle, Ølstykke, Århus og Ålborg.
Se adresser på **www.fairtrade.dk/butik** - Her kan du også se hvilke muligheder der er for at købe Fair Trade varer på internettet.

Med venlig hilsen

Peter Als, vegetar og indehaver af:
Fair Trade Butik Globen
Danmarksgade 43, Aalborg

GLOBEN

hvad er fair tradeendelig.qxp:Layout 1 21/11/07 1:28 Side 8

Hvad er Fair Trade?



Af Henrik Hedegard

Fair Trade indebærer, at bønder og arbejdere i de fattige lande får en retfærdig betaling for deres varer. **Fair Trade** er ikke ulandsbistand, men bæredygtig handel med ulandene for at sikre dem en bedre fremtid. Køber du Fair Trade-varer, skaber du grobund for en positiv udvikling både for mennesker og miljø. Fair Trade fremmer nemlig også økologi og bæredygtige produktionsformer af hensyn til miljøet, producenternes sundhed og velfærd. Fair Trade sikrer dig således varer af god kvalitet, som du kan købe med god samvittighed.

Max Havelaar

Max Havelaar er garantimærket for Fair Trade-handel på samme måde, som Ø-mærket er det for økologien. I Danmark findes mærket bl.a. på te, kaffe, chokolade, kakao, sukker og bananer. Max Havelaar Fonden sikrer, at de mærkede varer følger de internationale regler for garantimærket. Max Havelaar-mærket findes i 50 producentlande og 22 forbrugerlande, se **www.maxhavelaar.dk**.

Danmark

I Danmark findes pt. 12 Fair Trade-butikker, og stadig flere kommer til (herunder også Fair Trade 'shop in shops'). Butikkerne sælger ikke kun unikke varer, men også gode historier om producenterne i syd og deres levevilkår. Ofte arrangerer butikkerne foredrag, besøg fra producenter eller udstillinger.

P.t. får man Danida-støtte til etablering af nye butikker, hvorfor de søger flere interesserede. Nogle Fair Trade-butikker har ansat personale, andre butikker styres af frivillige.

Butikker og importører er samlet i Fair Trade Danmark, som i oktober 2007 blev medlem af den internationale Fair Trade-organisation IFAT (se næste side) og derfor arbejder på at integrere foreningens Fair Trade-kriterier med IFAT's standarder.

Max Havelaar-mærkede varer garanterer Fair Trade, men ude i verden er der mange varer, som Max Havelaar Fonden ikke har kapacitet til at mærke og kontrollere, men som Fair Trade Danmark alligevel importerer og klassificerer som Fair Trade på baggrund af egne besøg og erfaringsudveksling med den europæiske Fair Trade-bevægelse.

Det vurderingsgrundlag, der ligger til grund for godkendelsen, kan ses på den danske hjemmeside **www.fairtrade.dk**, hvor der også findes butiksliste mv.

Forleden meddelte radioavisen, at Fair Trade-handel var steget 40% på bare et år, og at Folkekirkens Nødhjælp, Forbrugerrådet og Max Havelaar i 2008 vil starte en fælles organisation, Etisk Handel.

København kandiderer nu til at blive Danmarks første Fair Trade-by. På opfordring af Max Havelaar og Mellemfolkeligt Samvirke vil overborgmester Ritt Bjerregaard arbejde for dette glimrende initiativ.

England

I år 2000 erklærede den lille nordengelske by Garstang med 5000 indbyggere sig som verdens første Fair Trade-by. Idag findes der 230 Fair Trade-byer og mange venter på godkendelse. Men dengang havde Garstang ingen kriterier at forholde sig til, intet netværk i ryggen, ingen Fair Trade-koordinator at ringe til.

Hvordan gjorde de?

Gennembruddet i Garstang skete efter 8 års kampagnearbejde i regi af en lokal gruppe for den engelske ulandsorganisation Oxfam. Garstang Oxfam Group prøvede at bevidstgøre lokalbefolkningen om

hvad er fair tradeendelig.qxp:Layout 1 21/11/07 15:01 Side 9

"Fair Trade sikrer dig varer, du kan købe med god samvittighed"

Fair Trade og arrangerede bl.a. "blind test" af kaffe, hvor Fair Trade-kaffen vandt. Den smagte altså lige så godt, kostede det samme og støttede bedre vilkår for fattige producenter. Så kunne der vel ikke være nogen tvivl? Men så let gik det ikke! I perioden 1997-99 prøvede lokalgruppen forgæves at overtale lokale cafeer og restauranter til at gå over til Fair Trade-produkter.



I 1999 prøvede gruppen at fremme sagen ved at fokusere på kakaobønder i Ghana. Udgangspunktet var kunstneren John Tullins udsagn: "9 ud af 10 kan lide chokolade, og den tiende lyver altid." De indgik bl.a. samarbejde om chokolade-tema med den lokale skole og ungdomsklub, og i Ghana med et chokolade-kooperativ, der er med til at producere Fair Trade-chokoladen Divine (fås også i Danmark).

Gruppen var også involveret i teaterprojektet "Hidden Brutality", der som yderpunkter sammenligner Fair Trade og slavehandel. Det var relevant, fordi Ghana og Garstangs naboby Lancaster i gamle dage var 2 af punkterne på den berygtede trekants-slavehandel. [1] Teaterstykket blev også vist i 2001 i Ghana og medførte et venskabssamarbejde mellem Garstang og en ghanesisk landsby.

Det endelige gennembrud kom dog først, da gruppen i 2000 inviterede til "retfærdig frokost".

Garstang har et stort opland med mange bønder, og da Oxfam-gruppen også forstod disses interesse i en retfærdig afregning for deres produkter, bestod frokosten af både Fair Trade og lokalt producerede varer. Rektorer, købmænd, præster og bønder m.fl. var inviteret, og målet med frokosten var at få gæsterne til at forpligte sig til at købe Fair Trade-varer og støtte kampagnen for Garstang som verdens første Fair Trade-by. Det blev kort efter vedtaget på et folkemøde! Da havde 90% af byens ca. 100 næringsdrivende forpligtet sig til at købe Fair Trade-varer – og sælge dem, hvis det var naturligt indenfor deres branche.

Nu kan man i Garstang købe over 2000 Fair Trade-varer og disses årlige omsætning har rundet 200 mio. £. De har ofte besøg af politikere, journalister og idealister, der vil høre den inspirerende historie direkte fra de ildsjæle, der aldrig gav op!

Europa og globalt

Network of European WorldShops (NEWS) repræsenterer 2.300 europæiske Fair Trade-butikker med imponerende 100.000 medarbejdere (hovedsageligt frivillige), se hjemmesiden **www.worldshops.org**.

De 12 største importorganisationer fra 9 europæiske lande samarbejder desuden i European Fair Trade Association (EFTA) om import og lobbyarbejde i forhold til EU, se **www.eftafairtrade.org**.

Endelig repræsenterer The International Fair Trade Association (IFAT) både producenter, importører og andre Fair Trade-organisationer i hele verden med over 300 medlemsorganisationer fra 70 lande. IFAT godkender og kontrollerer, at disse organisationer lever op til IFAT's internationale standarder, se **www.ifat.org**.

Artiklen er skrevet med inspiration fra DVF's pengeinstitut Merkurs tidsskrift Pengevirke 3/2006, et temanummer om "Globalt og lokalt".

[1] Også Danmark har indtil for bare ca. 150 år siden i over 200 år været dybt involveret i den skamløse trekantshandel, se fx Thorkild Hansens spændende romantrilogi: *Slavernes Kyst, Slavernes skibe, Slavernes øer*, Gyldendal 1967, 1968, 1970.

evuendelig.qxp:Layout 1 21/11/07 16:31 Side 18

Erklæring fra Den Europæiske Vegetarunion (EVU) om sult i verden og FAO-rapporten

Oversat af Erik Weihrauch
fra "Natürlich Vegetarisch"
*- **www.vebu.de**.*

EVU arrangerer under mottoet EVU-Talks årlige arbejdsmøder for at lette og fremme samarbejdet med og mellem medlemsorganisationerne. Temaet for 2007 lød:

"Det vegetariske svar på verdens sultproblem". Efter afslutning af debatten blev det fastslået, at en vegetarisk ernæring byder på muligheden for at mindske den voksende trussel betragteligt.

De behandlede problemer er omtalt andetsteds her i bladet, men den Europæiske Vegetar Union kræver:

- at nationale og internationale beslutningstagere stopper tilskuddene til kødproduktion og i stedet investerer i stabile hjælpeprogrammer.
- at kødindpakninger bliver forsynet med advarsler om de farer, som kvægdrift forårsager for miljø og fødevaresikkerhed.
- at internationale organisationer og agenturer inddrager fordelene ved vegetarisk livsstil i fremtidige strategier for kampen mod sult.
- at det bliver anerkendt, at et sundt liv uden kød er muligt såvel som fordelagtigt for miljøet og tillader en mere retfærdig fordeling af naturens ressourcer.
- at tilbagevise enhver politisk vedtagelse om, at kødspisning skal være en samfundsmæssig norm.

Renato Pichler, præsident for
*Den Eurupæiske Vegetarunion **www.euroveg.eu**.*

FN's fødevare- og landbrugsorganisation, FAO, spørger, hvorfor tilstandene er sådan i dag. Deres svar lyder: "Offentligheden har en utilstrækkelig viden om problemets omfang. Formodentlig stemmer dette endog for flertallet af miljøaktivister og beslutningstagere, så de ikke er nok opmærksomme på den ret enorme påvirkning fra kvægdrift på klimaet, biodiversiteten og vandet."

FAO kræver også, at priserne på animalske fødevarer skal indbefatte omkostningerne fra miljøødelæggelser. Selvom en ødelagt regnskov ikke med nok så mange penge kan genetableres, ville dette tiltag være et vigtigt skridt derved, at de animalske produkter ville blive så meget dyrere, at forbruget ville favorisere miljøskånende planteprodukter.

"Alt, hvad der kommer direkte fra markerne, har en fremtid. Vi kan ikke ernære menneskeheden alene med produkter, som går over via dyrene. Det er en vanvittig ødselhed af energi og råstoffer og belaster miljøet".

Helmut Maucher,
tidl. chef for Nestlé



biodynamikendelig.qxp:Layout 1 22/11/07 3:31 Side 13

Biodynamik i pagt med naturen

"Landbrugets interesser er på alle leder og kanter sammenvokset med menneskelivet i et sådant omfang, at der faktisk næppe findes et område i livet, der ikke har et tilhørsforhold til landbruget."

- Rudolf Steiner: "Bidrag til en fornyelse af landbruget på åndsvidenskabeligt grundlag"

Denne sætning fra Rudolf Steiner den 7. juni 1924 sætter netop landbruget i pagt med mennesket og naturen. Det biodynamiske landbrug er inspireret af Rudolf Steiners 8 foredrag i tiden 7. juni til 16. juni 1924. Som på så mange andre områder gav Rudolf Steiner også impulsen til en fornyelse i landbruget. Steiner levede fra 1861-1925. Rudolf Steiner var et usædvanligt menneske med en stor viden, en evne til at indleve sig i andre menneskers virkelighed og levede et liv præget af den åndelige verden. En rigtig vismand, som ikke selv opfordrede nogen til noget som helst, men når adspurgt gav impulser til at forny samfundet på alle mulige måder. Han har bl.a. givet følgende fornyelser i samfundet: samfundsøkonomi, pædagogik, landbrug, teologi, samfundsvidenskab, medicin, eurytmi, kunst, arkitektur mv.

Det biodynamiske landbrug blev bragt til landet af Carl Vett, direktør for Magasin du Nord. Ud af de 19 stiftere af foreningen var ikke mindre end 12 ejere af herregårde. Det var med andre ord fra toppen af det danske samfund, at frøet til Danmarks første alternative jordbrugsbevægelse blev sået og gødet i 1936. Det biodynamiske landbrug gav endvidere den første impuls til den økologiske bevægelse. I dag er der ca. 29 biodynamiske landbrug i Danmark, og listen bliver heldigvis længere, da mange økologer stille og roligt skifter til at blive biodynamiske avlere. Foreningen for biodynamisk jordbrug er i vækst.

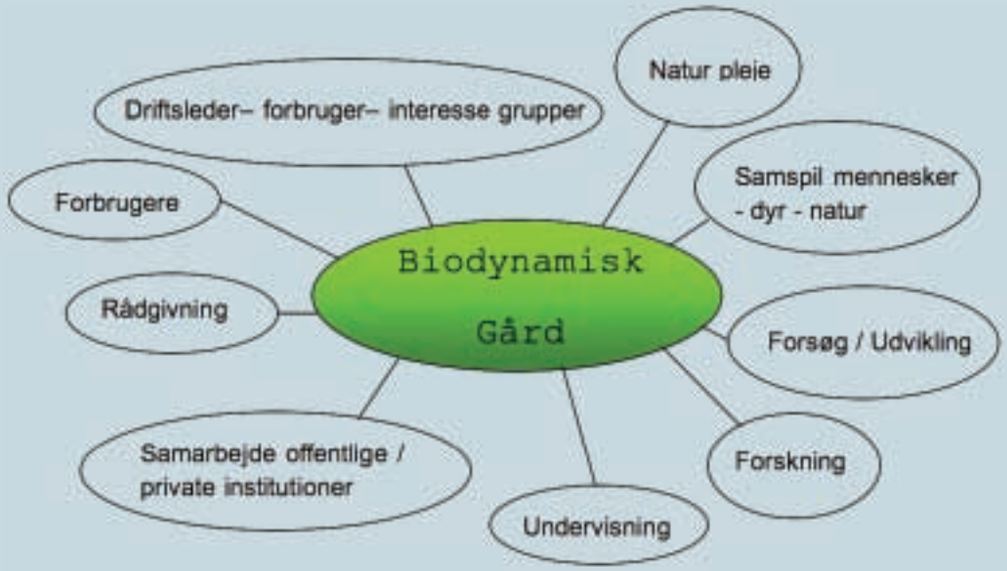
I grundtræk betragtes jorden i det biodynamiske landbrug som en stor levende organisme, som er i tæt samspil med resten af kosmos. Vi er jo alle klar over, at solen har en stor indflydelse på vores jord og også, at månen har en indflydelse. Månens indflydelse er jo almindelig accepteret på tidevandet, på kvindens menstruation, mange drømmer særligt ved fuldmåne og smerterne ved en del sygdomme bliver stærkere ved bestemte atmosfæriske påvirkninger.

Menneskelivet er et mikrokosmos, og det efterligner makrokosmos. Steiners viden omkring astronomiske betragtninger er den dag i dag blevet sammenlignet med den allernyeste forskning – og er blevet bekræftet!

Men Steiner tænker også på de andre planeter: Venus, Merkur, Mars, Jupiter og Saturn. Med månen og solen er der hermed i alt påvirkning af 7 forskellige "planeter". Deres baner og indstråling på Jorden har stor betydning i forhold til dyrkelse og behandling af marker. Det vil kun være muligt at forstå plantelivet ved at tage hensyn til, at alt det, der er på Jorden, egentligt kun er en afglans af det, der foregår i kosmos.



biodynamikendelig.qxp:Layout 1 21/11/07 17:41 Side 14



Ethvert landbrug bliver betragtet som en i sig selv afsluttet individualitet. Man ønsker, at der er dyr på gårdene, da disse dyrs samspil med jorden giver de bedste forhold for jordkvaliteten. Dyret spiser græsset, mærker hvad jorden mangler og kompenserer for det i afgivelse af gødningen. Dette er bevist ved målinger. Derfor er det så vigtigt, at køerne befinder sig på den jord, hvortil de skal afgive gødningen. Jordbunden er et ægte organ, som skal behandles ordentligt og levende.

Det er også en af grundene til, at der efterhånden ved mange forsøg og målinger kan måles så meget mere liv i produkterne fra de biodynamiske landbrug. Der anvendes i dag 2 anerkendte metoder til at måle livsenergien i produkterne, som anvendes både på universiteter og i forskningen. Tænk livet kan faktisk måles og dokumenteres!

Et landbrug er som sagt en levende individualitet, og det medfører, at biodynamikerne ikke "kun" dyrker markerne. Herunder ses vedtægterne i et biodynamisk landbrug i Danmark.

Her er tale om virkelige naturforpagtere samt et fantastisk samspil med det omgivende samfund. Landmændene elsker deres jord og behandler den ordentligt. Steiner mente også, at enhver landmand skal meditere over og med sine marker:

"For ser De, det er nu ikke så dårligt, når den, der skal bedrive landbrug, kan meditere…Så er der pludselig så mangt og meget som man ved. Det dukker op. Så ved man mangt og meget om de hemmeligheder, der råder på godserne og på bondegårdene."

Rent praktisk kan man se på nogle af de krav, der stilles til et økologisk landbrug i forhold til et biodynamisk landbrug, hvorledes der er en dybere pagt med naturen.

De internationale Demeter regler stiller krav udover økologireglerne, bl.a.:

- Længere omlægningstid
- Særlige biodynamiske præparater skal anvendes for at styrke livskræfterne i kompost, jord og planter.
- Der skal være husdyr på gården.
- Dyrene må kun få biodynamisk og økologisk dyrket foder.
- Køer må ikke afhornes og skal have levevilkår, så deres horn ikke giver problemer.
- Ingen brug af gylle fra konventionelle gårde.
- Ingen dampbehandling af jorden.
- Mælkeprodukter må ikke homogeniseres
- Korn må ikke formales på en hammermølle, men fortrinsvis på stenkværn
- Ingen brug af mikrobølger.
- I alt er 10 tilsætningsstoffer tilladte (mod 38 i økologiske produkter og 374 i konventionelle).

Køerne skal have horn, og det har en helt særlig betydning i landbruget. Hornet henter en helt speciel kraft til både mælken og til gødningen. Man kan få en idé om dette ved at se nærmere på et horn. Tænk, at der er den samme type væv i hornet som i hjernevæv!

Præparaterne er også et helt specielt element ved det biodynamiske landbrug. Der er 2 marpræparater – humus og kiselpræparatet samt 6 kompostpræparater, nemlig røllikeblomster, kamilleblomster, brændenælde, egebark, mælkebøtteblomster og baldrianblomster. De 6 kompostpræparater er lægeplanter, som har et særligt forhold til mineraler i jorden, fx brændenælde til jern og egebarken til kalk. Markpræparaterne sprøjtes direkte på jorden. Næsten halvdelen af det, vi møder på jorden, består jo af kisel, så det er meget naturligt at berige jorden på denne måde. Gødningen ned-

biodynamikendelig.qxp:Layout 1 21/11/07 18:02 Side 15

gravet i jorden giver i forhold til planeternes indvirkning en helt speciel livskraft til jorden. Gødningen bliver aldrig sprøjtet direkte ud på jorden, men bliver behandlet efter en helt speciel metode således, at den ender op som den smukkeste mørke muld, inden den spredes ud på marken. Som en biodynamisk bonde sagde til mig: "at køre gødningen direkte fra stalden ud på jorden ville være ligesom at servere råt kød på tallerkenen" (specielt denne bemærkning glemmer jeg som vegetar aldrig).

Steiner forudså allerede i 1917 følgende, som straks får mig til at tænke på GMO:

"Og der vil komme endnu flere ting, som menneskene ud fra denne deres videnskab vil tænke over. De vil analysere, hvad næringsmidlerne består af og fabrikere kemiske næringsmidler uden anelse om, at kemiske næringsmidler ikke i samme betydning er næringsmidler som de, naturen leverer, til trods for at de kan bestå af det samme stof."

Kilde: "Den spirituelle baggrund for den ydre verden" side 22.

Og omkring ernæring:

"Det vigtigste er, at de ting, der når frem til mennesker, er de mest gavnlige for dets tilværelse. De kan jo fremavle alle mulige frugter, der ser strålende ud på marken eller i frugthaven, men for mennesket er de måske kun noget, der fylder i maven, og som ikke fremmer dets indre tilværelse på organisk måde."

Rudolf Steiner var selv vegetar. Da han var utrolig fordomsfri, er det svært at finde noget omkring hans personlige mening vedrørende det at være vegetar. Dog har jeg fundet følgende:

"Hvis man kan, føler man sig stærkere, når man er blevet vegetar, fordi man så ikke mere er henvist til at aflejre fremmed fedt i sig, men kun sit eget fedt. Derved føler man sig stærk.

Jeg kan nok sige, at jeg ved det fra mig selv. Jeg havde ikke kunnet klare den anstrengende tilværelse, jeg har ført i lange tider, ja, i de sidste 24 år, på nogen anden måde. Jeg kunne f.eks. ikke have rejst hele natten og alligevel holde foredrag næste dag. Det er jo sådan, at det, man må gøre, når man er vegetar, fratages én, hvis man først lader dyret gøre dette arbejde".

Kilde: "Ernæringsforedrag" side 32.

Som vegetar hænger mit bevidste valg i livet tæt sammen med at vælge biodynamiske varer til vores husholdning. Denne artikel er skrevet i kærlighed og taknemmelighed til det biodynamiske landbrug, som i årevis har kæmpet for at holde livsnerven og forblive idealister. Jeg har ikke selv haft fingrene i jorden, men ønsker på alle mulige måder at støtte det biodynamiske både ved at købe deres produkter samt at gøre opmærksom på deres fantastiske indsats.

Det biodynamiske landbrug kæmper en brav kamp for at gøre noget godt for jorden og for at berige denne, således at de kan fremelske sunde fødevarer, der smager godt og som forbrugerne kan udvikle sig af. De har brug for vores støtte og vi – vores børn – Jorden har brug for det biodynamiske.

Med hjertelig og naturlig hilsen
Christina Helen Kirstinesgaard
www.kirstinesgaard.dk

Verden bag rum og tid

Den menneskelige bevidstheds grænser i det hinsidige og det dennesidige er fastlagt gennem tid og rum. Men der eksisterer også en helt anden verden.

Bestil en gratis introduktionsbrochure

LECTORIUM ROSICRUCIANUM
Det Gyldne Rosenkreuz' Internationale Skole
Søborg Hovedgade 119, 3. mf.
2860 Søborg • Tel.: 6077 1256
www.rosenkreuz.dk
chr@rosenkreuz.dk

HAVTANG.DK
Specialbutik for tangprodukter:
madvarer-kosttilskud-kropspleje
www.havtang.dk

Clairvoyance og spirituel rådgivning via telefon.

150 kr. pr. 15 minutter.

Kontakt Helle Westergaard på tlf. 60 46 12 56

www.hellewestergaard.dk

Forbindelse mellem jord og immunsystemet

Af Lars Bo Sørensen



Lars Bo Sørensen, har bestået en amerikansk eksamen i holistisk ernæring. Eksamenen fra The American Naturopathic Commission, se **www.ancb.net/CNW.html**, har givet ham den anerkendte betegnelse: CNW®, der betyder Certified in Nutritional Wellness. Holistisk ernæring er en videnskab, der handler om at bruge diæt, sundhedskost og kosttilskud for at rense, genopbygge og afbalancere det hele menneske. Holisme betyder også, at valg af kostplan må forbindes med din krops tilstand, følelser, ånd og omgivende miljø. Lars Bo læste om holistisk ernæring på *Clayton College of Natural Health*.

Menneskets immunsystem er uløseligt forbundet med planetens immunsystem. Så lang tid jordens muldlag er sundt, vil menneskets immunsystem være sundt. Men når jorden er syg, er menneskets immunsystem sygt. Når vi kan acceptere den sandhed, at planeten, jorden, vandet og hele universet er levende systemer, ligesom kroppen er sammensat af levende systemer, vil det blive logisk at leve efter naturens love.

Vi er skabt af jordens støv

Bibelen siger, at mennesket er skabt af jordens støv. De samme kemiske elementer, der findes i jorden, finder vi i vores krop. Den eneste forskel mellem kemiske elementer i jorden og mennesket er, at den menneskelige molekylstruktur er mere kompleks. Menneskets krop kræver næringsstoffer, der findes i forskellige fødevarer. Når man er vegetar eller veganer, har man brug for næringsstoffer fra grønsager, frugt, korn, bønner og nødder. Men alle dyr får deres næringsstoffer direkte eller indirekte fra planter, og alle planter får deres næring fra jordens muldlag. Derfor kan en jord, der er fattig på mineraler, være den største årsag til sygdomme, som vi kender dem i dag.

D.W. Cananaugh M.D. fra Cornell University i USA sagde følgende: "Der findes kun et samlende begreb for sygdom, hvilket er fejlernæring. Alle menneskelige sygdomme og lidelser kan føres tilbage til fejlernæring." Mere enkelt sagt; grønsager, frugt, nødder og korn dyrket på næringsfattig jord frembringer fejlernærede mennesker. Og sygdomme lever af at plyndre fejlernærede menneskekroppe.

En sund plante kræver bl.a. følgende mikronæringsstoffer: magnesium, zink, jern, kobber, calcium, bor, mangan, molybdæn, selen, kobolt og krom. Hvis et af disse mikronæringsstoffer mangler, vil menneskets immunsystem blive svækket.

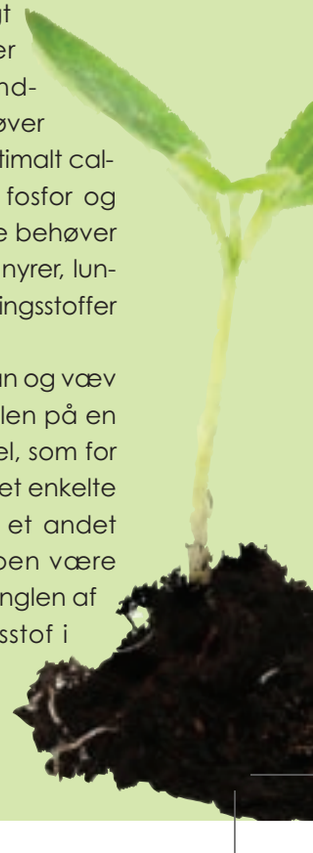
Menneskets bestanddele

Hvilke kemiske bestanddele findes i mennesket? Den tyske kemiker Wilhelm Koenig lavede en oversigt over menneskets kemiske bestanddele såsom ilt, kulstof, brint, calcium, kvælstof, fosfor, klor, svovl, kalium, fluor, magnesium, silicium, jern, jod og mangan.

Når kroppen mangler blot et af disse stoffer, bliver menneskets forskellige vævstyper for hud, nerver, muskler samt binde- og støttevæv mindre modstandsdygtig overfor sygdom og immunsystemet bliver hermed også svækket. Cellernes basiske funktioner forringes og forskellige sundhedsproblemer begynder at vise sig som sukkersyge, kræft og andre fysiske tegn på virus og bakterielle infektioner. Jordens mangel på kun ét næringsstof svækker immunsystemet, fordi næringsstoffer i kroppen kombineres for at danne livsvigtige hormoner, enzymer og proteiner. Hvis kroppen mangler for eksempel zink og krom, kan den ikke fyldestgørende nok producere insulin, et hormon nødvendigt for sukkeroptagelse i kroppens celler.

Som bekendt består vores krop af forskellige organer og væv. Og hvert særligt organ og væv behøver særlige kemiske bestanddele. For eksempel behøver hjertet for at fungere optimalt calcium, jern, magnesium, fosfor og kalium. På samme måde behøver kroppens blod, knogler, nyrer, lunger og lever særlige næringsstoffer for at fungere optimalt.

Fordi det enkelte organ og væv er følsomt overfor manglen på en særlig kemisk bestanddel, som for eksempel f.eks. zink, vil det enkelte organ i modsætning til et andet organ eller væv i kroppen være mere sårbart overfor manglen af et særligt mikronæringsstof i



muldjorden. Hvis hjertet er berøvet calcium, jern, fosfor og kalium, vil det udføre sin funktion på ringere vis. På samme måde med kroppens lever. Hvis leveren er berøvet zink, selen, svovl og jern vil den udføre sin funktion på en doven, langsom og mangelfuld måde og være for svag til at forsvare sig selv og desuden have forringet evnen til at reparere ødelagt væv. Leverens funktion er filtrering, galdeproduktion, omsætning af kulhydrater, fedtstoffer og proteiner, regulering af blodsukker, destruktion af erytrocytter, aktivering af D-vitamin, inaktivering af hormoner, neutralisering af giftstoffer og deponering af sukker og andre vitaminer som fx B12. Leveren har disse funktioner 24 timer i døgnet, 365 dage om året og for potentielt mere end 100 år. For at kunne udføre alle disse funktioner, behøver leveren næringsstoffer. Leverens behov for mineraler, aminosyrer og vitaminer formodes at komme fra planter, der for deres del burde få dem fra muldlaget.

Så kroppens immunsystem eller enhver andet system eller organ i kroppen blive sårbart, hvis kosten er mangelfuld på naturlige kemiske elementer, der er nødvendige for at ernære kroppens cellevæv. Derfor kan en sygdom opstå i en del af kroppen og ikke i anden del.



God muldjord danner et sundt immunsystem

God muldjord består af 45 procent mineraler og en teske af frisk økologisk jord (kompost jord) indeholder flere levende små gavnlige dyr end størrelsen på jordens samlede befolkning, hvilket i skrivende stund er 6.640.416.295 mennesker.

Forestil dig at berøre en sådan mineralfyldt og levende jord. Denne berøring vil give dig din første lektion i, hvad du behøver at vide for at styrke dit immunsystem. Vort immunsystem er forbundet med planeten Jorden, af hvis støv vi er skabt. Jorden har sit eget immunsystem, et system som beskytter og regenererer sig selv. Hvis vi ødelægger dette system inklusiv vores muldjord gennem kunstige gødninger eller kemkalier, er det uundgåelige resultat vores egen degeneration. Vores opgave er i dag at genopbygge og beskytte det globale immunsystem.

Så hvordan kan vi styrke vores immunsystem? Det første skridt hen imod et sundt og virksomt immunsystem, der kan hjælpe os i vores kamp imod degenerative sygdomme såsom sukkersyge, infektioner og kræft, er at spise økologiske produkter fra en sund jord med de nødvendige næringsstoffer, bakterier og svampe.

Hvad er Clayton College of Natural Health?

Mere end 1.300.000 danskere - eller hver fjerde indbygger - benytter sig af alternative behandlingsformer hvert år. I USA søger mere end 100 mio. amerikanere alternativ behandling hvert år. Siden 1980 har kandidater fra Clayton College i USA hjulpet med at lede denne naturlige sundhedsrevolution. Clayton College of Natural Health, ***www.ccnh.edu****, har mere end 25.000 studerende og kandidater. Skolen underviser i naturlig sundhed, traditionel naturlægekunst (naturopathy) og holistisk ernæring. Skolens undervisningsprogram er med til at møde et voksende behov i befolkningen for alternative behandlingsformer.*

Om du søger en anden karriere, at tilføje ny viden til din nuværende uddannelse om ernæring og diætetik eller ganske enkelt vil lære at tage ansvar for din egen sundhed og lære at praktisere sunde vaner for dig selv og din familie, så har Clayton College of Natural Health et internet fjernstudium, hvor du læser i dit eget tempo. Læs mere om dette fjernstudium på hjemmesiden ***www.ccnh.edu****.*

Kandidater fra Clayton College of Natural health, der er interesseret i en amerikansk eksamen med udstedelse af en attest, kan opnå retten til at anvende specifikke betegnelser. Efter bestået eksamen, giver the American Naturopathic Certification Board den anerkendte betegnelser: CNW. CNW er forkortelse for "Certified in Nutritional Wellness" og er en betegnelse for en kandidatgrad i Master of Science i holistisk ernæring.

Har du, dine børn eller slægtninge problemer med akut bronkitis, bihulebetændelse, blærebetændelse, bumser, børnesår, halsbetændelse, forkølelse og feber. Og tager du, dine børn eller slægtninge antibiotika dagligt, så vær med til at gøre en forskel og overvej min filosofi. Min tilgang til at gøre en forskel er følgende:

- *Den aktive patient, der er velorienteret om sin egen sygdom og sine behandlingsmuligheder*
- *Undersøg, hvad man kan gøre for at forbedre sine ernæringsmæssige og immunbiologiske ressourcer*
- *Blive videbegærlig om valgmuligheder, man kan bruge i stedet for antibiotika*
- *Være overbevisende, når man fortæller andre om, hvad man har lært*

Disse fire punkter vil også hjælpe dig, dine børn og slægtninge til at gøre en forskel.

Lars Bo Sørensen Ph.d. er en personlig og professionel coach og foredragsholder for at skabe balance mellem krop og sind. Centralt beliggende i Storkøbenhavn.

Ring for privat konsultation eller foredrag, studiekreds på 46565102 - **www.ihelife.com**

Som led i afgangseksamen tilbydes studiekreds i immunsystemet og foredrag om: ernærings-, psykologiske og livsstilsfaktorer, der leder til infektioner og hvordan man styrker immunsystemet med alternative midler mod almindelige sygdomme.

Miljø og fødevareforsyning

Mange mennesker giver, når man plæderer for dyrs rettigheder, det svar, at "man hellere burde gøre noget for mennesker, som lider. Hvad med sultende børn i Afrika f.eks.?". Man kunne som filosoffen Peter Singer nemt vende spørgsmålet om og spørge kritikeren: "hvad gør du for mennesker, som nødvendiggør, at du deltager i undertrykkelsen af dyr?".

Sagen er dog den, at vegetarisme og veganisme faktisk er væsentlige skridt i retning af at afhjælpe store kilder til menneskelig lidelse såsom sult og forurening. Ligeledes er en vegetabilsk diæt billigere og vil give enhver, som er bekymret for menneskelig lidelse, flere penge at donere til den sag, han/hun finder mest værdig.

Gandhi sagde: "Den rige mands ko stjæler den fattige mands brød". I denne sætning fortælles historien om, hvilket fråds produktionen af animalske ingredienser er. I produktionen af kød mistes væsentlige mængder af de proteiner og vegetabilske kalorier, som dyrene opfedes med. Konverteringsraten varierer fra dyr til dyr, men selv den mest effektive, som er kyllingen, bruger ca. 20 gange så meget foder, som mennesket får igen som kød. Ca. halvdelen af kyllingens foder kunne være spist af mennesket[1].

Hvordan dette spild påvirker verdens fødevareforsyning, kan illustreres af, at Nordkorea i 1997, mens landets befolkning sultede, eksporterede 1000 ton majs til fjerkræindustrien i Japan.[2] Under sultkatastrofen i Etiopien i 1980'erne gjorde det samme sig gældende. I dag sulter 800 millioner mennesker og 1.6 milliarder er underernærede, mens 35-45% af verdens marker ifølge World Watch Institute anvendes til at dyrke foder til dyr[3].

Dette er naturligvis også et fordelingspolitisk spørgsmål, men at produktionen af animalske fødevarer er behæftet med spild, er uomtvisteligt. Ligesom det er givet, at denne problematik vil blive desto mere påtrængende, når jordens befolkningstal stiger til ca. 12 milliarder mennesker i løbet af det næste århundrede[4].

En undersøgelse for FN af professor Peter Uvin fra Brown University beregner, at Jorden kan understøtte en befolkning på 6,3 milliarder mennesker, hvis disse ernærer sig udelukkende af en plantebaseret kost, mens jorden kun har plads til 4,2 milliarder, hvis blot 15% af kosten er animalsk og 3,2 milliarder, hvis 25% af de spiste kalorier er animalske[5].

Der er muligvis håb om, at vi kan øge produktionen af fødevarer ved udnyttelse af genteknologi, bedre sprøjtemidler og dyrkningsmetoder. Spørgsmålet er om vi skal vente på mirakler fra naturvidenskaben, som ingen ved om de kan producere, når vi allerede har en enkel løsningsmodel. Enhver reduktion i anvendelse af animalske produkter har en direkte positiv effekt på verdens fødevareforsyning.

Artiklen er fra Studerende for etisk behandling af dyr på
www.angelfire.com/electronic/sebd/SEBD_vegetarisme.htm

Noter:

1. D'Silva, Joyce: The Meat Business
2. The Independent d. 18 juli 1997
3. Facing Food Scarcity, Worldwatch, November/december 1995.
4. Pimentel, David et. al. "Food, Energy and Society". 1996.
5. FAO 1993 (FAO er FNs fødevare- og landbrugsorganisation)



LÆSERBREV om det grønne Island

17.07.2007



Jeg har lige været på Island - og det var vidunderligt på alle måder! Ikke mindst for en vegetar at finde mange vegetariske restauranter og velassorterede helsekostforretninger på hvert et hjørne, hvor vi i hvert fald så 3 indenfor en ret lille radius.

Af restauranter kan vi især anbefale en, der var så god, at vi spiste der 4 gange på 6 dage. Det var egentligt ærgerligt, at den var så god, så vi ikke kiggede lidt mere efter alle de andre! Sikke et luksusproblem! Den hedder det mærkelige navn: One woman Restaurant eller på islandsk: A Naestu Grosum. Den er vegansk, makrobiotisk og international. Adressen er lige midt i Reykjavik: Laugervegur 20B i smukke lokaler på 2. sal. Det var ikke specielt dyrt, ca. 120 kr. for tre retter med salat, brød og hummus til. Og der var mange mennesker!

Det var i det hele taget nemt at få vegetarmad, også på sådan et sted som Den Blå Lagune, der er et rigtigt turiststed, fik vi en rimelig frokost. Her var et par gode vegetarretter på menukortet, igen til en rimelig pris, stedet og islandske priser taget i betragtning. Dejligt! Lagunen ligger i nærheden af kysten, ikke langt fra Keflavik lufthavnen. Lagunen er opstået i forbindelse med, at man borede efter de varme kilder i undergrunden til geotermisk opvarmning af Reykjavik. Det rene "spildevand" fra anlægget blev ledt ud over de forrevne lavaklipper, og da det er meget kiselholdigt, lukkede det efterhånden sprækkerne og dannede en sø eller "lagune". Den nydannede sø/lagune blev hurtigt et udflugtsmål for indbyggerne i Reykjavik pga. det stadig meget varme vand. I de senere år er stedet for alvor kommet i turistindustriens søgelys, og der er nu tilknyttet både restaurant og helseshop, hvor der sælges kiselprodukter m.v. Stedet søges også af psoriasispatienter pga. den helbredende virkning på huden.

Alting virker så rent på Island, luften er vidunderlig klar, og gejsere og vandfald er fantastiske. Jeg kan kun anbefale landet til alle interesserede. Det virker som Island er et foregangsland for nytænkning. Ja - Island, som er geotermisk opvarmet, er et dejligt land. Luften er ren, der er ingen jernbaner, ingen olieforurening, bortset fra bilernes udstødning, og med en befolkning på knap 300.000 bliver det ikke nogen belastning i samme grad som i resten af Europa.

Venlig hilsen
Inge-Lise Knudsen

P.S. Se evt. andre adresser på vegetarrestauranter både på Island og rundt omkring i Europa på www.happycow.net/europe, hvor du vil opdage, at der under Island er anbefalet hele 8 vegetarrestauranter, hvilket viser vi herhjemme igen er håbløst bagud.... Lad os gøre noget ved det!



bombe2.qxp:Layout 1 21/11/07 22:43 Side 24

Kødspisning truer miljøet



Af Gunder Frederiksen



Vi har hørt en masse om, at drivhuseffekten kan true livet på jorden. Men nu meldes der om endnu en fare for menneskeheden. Noget så banalt som udslip af tarmluft – prutteri…Tag den med ro kære læser! Det er ikke din sparsomme leverance, der tænkes på. Vi mennesker er nok metanluftproducenter, men vor produktion er minimal i forhold til f.eks. køernes.

I USA er man så småt ved at være opmærksom på den snigende bøvse- og pruttefare. En amerikansk fødevareekspert sammenligner en bøf med en Cadillac: "Først blev vi i USA "hooked på" (afhængig af) de benzinslugende biler på grund af illusionen om billig og evigtvarende olie. Nu er det så myten om ubegrænset og billig korn", siger han.

Over 90% af det amerikanske korn bruges til dyrefoder, men "de utaknemmelige husdyr" giver ikke meget igen. Kun et kilo kød for 16 kilo korn ender på spisebordet. Men det er endnu værre: "i processen spildes uanede mængder vand og tonsvis af kunstgødning, medens enorme skyer af metangasser fra milliarder af slagtedyrs vedholdende bøvse- og prutteri udgør en stadig større belastning på klimaet."

FNs klimapanel har, som det sikkert er velkendt, fokus på nedbringelse af CO2-udledningen primært fra biler og energisektoren, men nu er der også fokus på endnu et problem: "Den hyperpotente drivhusgas metan er i dag langt over det naturlige niveau. Man vurderer, at metan udgør ca. 20% af de samlede drivhusgasser, men da gassen er op mod 21 gange mere skadelig end CO2, står det for en endnu større del af skaderne" (Dagbladet INFORMATION d. 14/5-07).

Stigende velstand medfører stigende kødspisning

Hvis du, kære læser forventer (som også jeg kunne være tilbøjelig til), at stigende velstand medfører øget oplysning og hermed sundhedsoplysning og voksende vegetarisme, så tager vi sørgeligt fejl. Det går direkte den modsatte vej. Øget velstand og bevægelse fra det hårde og kaloriekrævende arbejde til stillesiddende byliv har betydet, at især kinesere og indere langsomt er begyndt at omlægge til mere kødbaseret kost. I Indien, som ellers har tradition for vegetarisme, er kyllingeproduktionen således fordoblet mellem 2000 og 2005. Og alt tyder på, at det fortsætter med uheldige konsekvenser for miljøet til følge.

Arealer til dyrkning af foder til de kødproducerende dyr kræver fældning af de skove, der gør stor nytte ved at optage de klimaskadelige gasser samtidig med, at dyrene prutter og bøvser stadig større mængder metangas ud i atmosfæren. FNs klimaeksperter advarer mod, at fremskrivning viser, at problemet er stigende. Forbruget af produkter fra dyr vil betyde stigende udledning af metan. Og en overvejende del af "hunden ligger begravet" hos forbrugeren i den rige og mest kødspisende del af verden.

Kødproduktion kræver enorme mængder vand

Men det er ikke kun klimaet, der må lide under den stigende trang til at spise kød. Med stigende velstand følger voksende kødkonsumering. Ved årtusindskiftet stod landbruget for hele 70% af verdens vandforbrug, og det er stadig globalt set den største forbruger af ferskvand. Og det er menneskenes enorme kødforbrug, der har det største ansvar for det. Fra vugge til grav kræver kolossale mængder vand, idet såvel græsningsarealer, dyrkning af foder samt slagtning og forarbejdning alle er stærkt vandkrævende processer: Iflg. Information d. 14. maj 2007 s. 4 kræver hvert kilo produceret oksekød 43.000 liter vand. (En anden oplysning i samme avis lyder på 10.000 liter vand pr. produceret kilo oksekød, men alligevel store mængder). Også kyllingeslagteriet kræver store mængder vand (1590 liter pr. slagtet kylling, hvor der i 2005 blev slagtet 48 millioner fugle).

bombe2.qxp:Layout 1 21/11/07 23:20 Side 25

Og samtidig lever flere end 2,3 milliarder mennesker i 21 lande, hvor vand er en mangelvare. Mon ikke der er brug for en ressourceregulerende instans på globalt plan?

Og ifølge FN-panelet vil den globale opvarmning kun forværre denne situation. Til sammenligning kræver det "kun" 95 liter vand at producere et kilo hvede, og et kilo kartofler kræver kun 500 liter. Et lille regnestykke viser altså, at man får 86 kilo kartofler for det samme vandforbrug, som det kræver at producere 1 kilo kød. En anden kilde nævner, at der på en hektar jord kan dyrkes 10.000 kilo kartofler, men kun 82 kilo kød.

Flerdobling af kødforbruget

Men kødspisende mennesker er endnu større syndere mod naturen, skriver den amerikanske ernæringsforsker Francis Moore Lappe, der er forfatter til bestselleren "Diet for a Small Planet", der udkom i 1971. Senere er kødproduktionen flerdoblet – i nogen grad på grund af den især, men ikke kun i Amerika, så populære hamburger. Og denne skadelige udvikling ventes at fortsætte. FNs fødevare- og landbrugsorganisation (FAO) forventer, at produktionen af kød flerdobles over de næste 50 år – fra 229 millioner ton i 2000 forventes verden således i 2050 at "producere" omkring 465 millioner tons kød (med mindre et vegetarisk kvantespring ganske uventet skulle ske). Et gigantisk massedrab på uskyldige individer. I forhold her til er den sparsomme vegetarisme f.eks. i England og Danmark som en dråbe i havet.

En tikkende bombe

Også på det jordbrugsvidenskabelige forskningscenter i Foulum forskes der i, hvilken påvirkning produktion af et enkelt kilo kød, kylling eller grøntsager har på miljøet. Herfra hedder det ifølge Information: "Behovet for foderarealer bliver stadig større, og vi ser store naturområder blive inddraget til foderarealer. Det er klart, at der her ligger en tikkende bombe i forhold til udledningen af drivhusgasser. Der er ingen grund til at tro andet". Produktion af sojabønner til dyrefoder bliver stadig større, og det betyder, at store naturområder bliver inddraget til foderarealer. Arealer, der er opdyrket med soja, er næsten tredoblet siden 1997, især i Sydamerika, hvor det fortrænger regnskoven, som sammen med andre skove faktisk kan betragtes som Jordens livsvigtige lungesystem, uden hvilken Moder Jord simpelt hen vil få åndenød og dermed være i livsfare. Fortsætter dette pres på Jordens lunger, må vi forvente, at hun vil reagere. Det kan f.eks. ske ved voldsomme jordskælv eller andre naturkatastrofer.

Det er stadig de store kødproducerende lande med USA, Australien og Argentina i spidsen, der konsumerer flest bøffer, hedder det i Information. Men det er endnu mere foruroligende, at folkerige lande som Kina og Indien i stigende grad skifter linser og bønner ud med kød. Øget velstand viser sig at medføre øget kødspisning. Og eftersom man må regne med, at traditionelt ret fattige lande f.eks. i Østen og Afrika efterhånden vil opleve større velstand, må man altså her i kølvandet af den stigende velstand forvente øget kødspisning med de mange negative konsekvenser til følge. Vi må stadig regne med, at kødspisning også i Vesten har førsteprioritet. Til fester og højtider er kødspisning stort set en selvfølge – i "kristelige" som i alle andre kredse.



Vegetarisme

Vegetarismen har trange kår. Og reklamering for vegetarisme giver ikke rigtig bonus. "Er vi alle nødt til at blive vegetarer?", hedder det pessimistisk i Information. Og svaret lyder fra FAO, at "der skal i hvert fald nye boller på suppen". De miljømæssige omkostninger pr. husdyrenhed må halveres, hvis vi vil forhindre, at skadevirkningerne vokser ud over deres nuværende niveau, lyder det fra FNs fødevareorganisation. Den amerikanske miljøforkæmper Jeremy Rifkin siger: "Vi er nødt til at mindske vor kødnarkomani med samme alvor, som vi arbejder på at reducere vores afhængighed af olie".

Næsten daglig hører vi gennem medierne om mennesker, der dør af sult. Statistikken siger således, at hvert år dør 13 millioner børn under fem år af sult. Og samtidig anvendes over halvdelen af verdens kornproduktion til opfedning af slagtedyr. Det er regnet ud, at såfremt amerikanerne blot nedsatte deres kødforbrug med 10%, ville der frigives så meget vegetabilsk protein (som nu ædes af slagtedyr), at det kunne brødføde 60 millioner mennesker. Og tilsvarende ville det naturligvis gælde for andre lande. Ikke færre end 90% af vestens mark-

bombe2.qxp:Layout 1 22/11/07 1:07 Side 26

LÆSEPROBLEMER

Vi tog et skridt for at hjælpe vores børn!
Efter at år med en pige, der var trist når lektierne skulle findes frem, oplever vi i dag en pige, der kan læse i aviser, læsebogen og TV helt selv. *Pia's forældre*

Gå ind på www.studiehuset.dk og se, hvad FEGU kan gøre for dig eller dit barn.

FEGU Tlf. 38 87 86 26
Kontortid man.-fre. kl. 14-18
"Vi kan hjælpe"

arealer anvendes direkte eller indirekte til at dyrke foder til slagtedyr.

Det amerikanske Miljøforsknings Institut "World Watch" taler om truslen fra det voksende antal mennesker og husdyr, der i verden truer det globale miljø i form af 1) afskovning 2) overgræsning og 3) forurening.

Er menneskene nødt til at blive vegetarer?

"Er vi så nødt til alle til hobe at blive vegetarer?" hedder det. Spørgsmålet vil nok kalde smilet frem hos mangen en vegetar. At vegetarisme blot skulle være noget, man kun vil tage alvorligt, hvis man bliver nødt til det, siger noget om den almindelige holdning til vegetarisme og sund levevis. Det har alt andet end første prioritet. Det opleves stadig i vide kredse som noget fjernt. Ikke noget man uden videre gør, fordi man kan se fornuften i det, fordi det er sundt, eller fordi man har lyst til det, eller synes, at det kunne da være spændende. I heldigste fald kan man måske nok finde på at lægge et salatblad eller et par kogte gulerødder på tallerkenen.



Ikke desto mindre må menneskehedens generelle spisevaner gradvis bevæge sig mere og mere i retning af vegetarisme, for der er jo mange andre grunde end miljøet, der taler for en ændret livsstil, der også omfatter vegetarisme. Det opdager man gradvis, når man først er begyndt at tænke i disse baner og især, såfremt man gennem læsning eller på anden måde sætter sig ind i denne nye livsstil. For en ny livsstil er det faktisk eller bliver det i al fald, når man først er kommet over den første tilvænningsfase, som vel at bemærke også bør være gradvis, da man i modsat fald kan blive udsat for visse mindre problemer, f.eks. mangel på B12 vitaminer.

Er man først blevet rigtig vegetar, opleves det absolut tilfredsstillende. Der tænkes ikke her blot på den sundhedsmæssige og æstetiske samt ressourcebesparende værdi, men også rent etisk. For man kan jo ikke nægte, at det virker ubehageligt gennem medierne at se og høre om de skrækkelige dyretransporter, hvor svinene vader i deres eget møg og er stuvet sammen, så de næppe kan røre sig. Og uvilkårligt dukker den tanke op, at der jo er tale om levende væsener, som har samme ret til at leve som vi andre. Og ikke desto mindre bliver de sat til verden med det ene formål at få en kniv i halsen for at blive serveret som dampende steg for savlende ganer. De stærkestes ret gælder stadig. Velbekomme!

Svinene og andre slagtedyr betragtes som produkter – som handelsvarer, og Danmarks bedste indtægtskilde. Landbruget vil gå fallit, hvis svinekroppene ikke kan afsættes – frygter landmændene. Spørgsmålet er om det er realistisk? På kort sigt sandsynligvis ja. Men på lang sigt vinder vegetarisme mere og mere frem.

I humanismens navn kan man ikke lade være med at spørge, om ikke der er en lille plads i hjertet for de sjove små væsener med krølle på halen? Der er da noget, der hedder dyrevelfærd. Jo, det kommer frem, når vi bliver vidne til de dyrefjendtlige svinetransporter. Men også når vi bliver bragt til eftertanke som f. eks via efterfølgende happening.

En talende happening

For mit vedkommende skete det ved oplevelse af en happening i Århus store stadionhal. Den store hal var propfyldt med forventningsfulde mennesker. På scenen var tæppet trukket for. Musikken var dæmpet og illuderede yderlig spændt forventning. Tilhørerne var dødstille. Efter oplevelse af en lang pause går tæppet langsomt til side. Der ses kun den åbne scene. Langt om længe kommer en mand med et lille bord, som han placerer midt på scenegulvet. Spørgende forventning – musikken bliver mere dyster. En mand kommer ind med et fuglebur, som placeres på bordet - øget dyster forventning. En mand kommer ind med en levende og skræppende høne, som lukkes inde i fugleburet – lang pause med begyndende

bombe2.qxp:Layout 1 22/11/07 1:34 Side 27

stoleskramlen og svag uro i salen. En mand kommer ind med en huggeblok, som placeres på scenegulvet ved siden af bordet med fugleburet. En mand kommer ind med en økse, som placeres på bordet. Ildevarslende spænding og uro – skramlen med stolene. To mænd kommer ind – går langsomt hen og lukker buret op. Endnu mere langsomt i takt med de dystre toner lukkes buret op - hønen tages ud, og den ene mand lægger den skræppende høne, som han holder med begge hænder, på blokken, medens den anden tager øksen og hæver den – klar til halshugning.

Pludselig eksploderer salen i øredøvende larm! Kraftige fyråb og stampen i gulvet. Taktfaste fyråb! Folk rejser sig. Voldsomme skældsråb fra publikum. Nogle begynder at udvandre. Gradvis dæmpes larmen. Efterhånden ser man tavse eftertænksomme mennesker langsomt forlade den store sal…

Lærte man noget?

At den meget sigende tavshed var udtryk for, at oplevelsen gjorde indtryk, er lysende klart. Men hvad med virkningen? Naturligvis var der ingen beretninger om, hvor mange der blev vegetarer efter denne meget sigende oplevelse. Det mest realistiske bud er nok også, at der fortsat var bøf på bordet selv hos de mennesker, der havde overværet den happening – måske ikke lige de første dage. Men på lang sigt er der intet, der tyder på aftagende kødspisning snarere tværtimod. Der skal utrolig meget til. Men mon ikke den ene oplevelse efter den anden gradvis vil have sin virkning? Sammen med skrækkelige svinetransporter, afsløring af råddent kød i butikkerne, salmonella m. m. – Og så det rent principielle: har vi i det hele taget lov til at tage andre levende væseners liv, blot fordi vi er stærkere end dem??

Lysglimt

Enkelte lysglimt er der da også. Fra internettet er hentet oplysninger, som siger, at flere og flere mennesker i dag vælger at leve uden kødprodukter. "Alene i England er der 4,5 millioner vegetarer – ikke mindst på grund af sundhedsværdien. Vegetarisk kost indeholder i gennemsnit mere fiber, flere vitaminer og mineraler og mindre fedt



samt den rette mængde protein sammenlignet med kødkost". Desuden er kød den spise, der indeholder flest giftrester. Kødets andel af gift udgør 55% i amerikanernes kost. Til sammenligning udgør frugtens andel kun 6%, og grøntsagernes 4%, kornets 1%. Kødspisende kvinder har 35 gange så højt giftniveau i deres brystmælk som vegetariske kvinder, se hjemmesiden **www.dyrenesret.dk/122.htm**.

Artiklen blev først bragt i Den ny verdensimpuls nr. 3/2007. En værdifuld uddybning af emnet findes bl.a. i Martinus: "Den ideelle føde", hvor hovedvægten ligger på vegetarismens etiske aspekt.



politikogmedier4endelig.qxp:Layout 1 22/11/07 10:51 Side 20

Kød, miljø, politik og medier



af Rune-Christoffer Dragsdahl

Hvis kød vitterligt er så stort et problem for miljøet, hvorfor hører vi så ikke mere om det i medierne og fra politikerne? En gennemgang af de danske avisers dækning af nogle af de seneste opsigtsvækkende rapporter om sammenhænge imellem kød og miljø viser, hvordan emnet har en fantastisk evne til at blive behandlet ukritisk, overfladisk og useriøst.

Miljø og personlig frihed

I april 2006 offentliggjorde Institut for Miljøvurdering rapporten Fødevarers Miljøeffekter. Som titlen antyder, gennemgik denne rapport forskellige kostvalgs miljøbelastning baseret på otte forskellige parametre (bl.a. arealbeslag, økotoksicitet, næringssaltsbelastning, forsuring og drivhuseffekt), og det fremgår blandt andet, at en laktoovo-vegetarisk kost – sammenlignet med en gennemsnitlig dansk kost – kan reducere miljøbelastningen med imellem 7% og 56%.

Rapporten vælger dog at bruge mest plads på en mere pragmatisk sammenligning, hvor det anslås, at den gennemsnitlige dansker ved at vælge den officielt anbefalede "sunde" kost kan reducere sin miljøbelastning med imellem 5% og 17%. Medierne ignorerede efterfølgende fuldstændig den del af rapporten, der analyserede den vegetariske kost.

Den centrale pointe i IMVs rapport var, at sund (herunder især vegetarisk) kost er den mindst miljøbelastende, og at der derfor er hele to gode grunde til at sætte momsen ned på frugt og grønt, men på trods af at rapporten handlede sådan cirka 90% om miljø og 10% om sundhed, kom den efterfølgende debat i stigende grad til at handle om sundhed fremfor miljø.

Miljøminister Connie Hedegaard afviste et moms-indgreb med begrundelsen "som politiker hverken kan eller vil jeg bestemme, hvad den enkelte vælger at spise eller drikke." En sådan henvisning til den personlige frihed forekommer noget malplaceret, for siden hvornår har "personlig frihed" været et relevant argument mod miljøbeskyttelse? Det er vel kun relevant i forhold til sundhed!? Men miljøministerens irrelevante argument – et vaskeægte spin-off – slap helskindet igennem medierne, eftersom de i forvejen hæftede sig mest ved sundhedsaspektet, som f.eks. Ritzau, der i forbindelse med udgivelsen af rapporten udsendte en notits med den fejlfokuserede overskrift "Afgifter på usund mad".

Tendensen til at adskille de to aspekter, som IMVs rapport så klokkeklart havde sammenkædet – miljø og sundhed – betød, at det lykkedes at afvise rapportens anbefalinger med henvisning til, at sundhed var en personlig sag. Selvom sundheden i sig selv ikke var rapportens tema. Rapportens pointe var i stedet, at det personlige valg af usund kost, via den forøgede miljøbelastning, ikke blot er et personligt valg, men et samfundsanliggende.

Det er ganske ærgerligt, at miljødiskussionen blev kørt ud på et sidespor. Tag f.eks. det sidste års diskussion om vejledende ernæringsmærker. Hvis miljøaspekter var blevet føjet til diskussionen, havde der været langt mere slagkraft bag idéen om at mærke fødevarer. Et andet eksempel er Ny Alliances forsøg på at genoptage diskussionen om en momsnedsættelse på frugt og grønt – fuldstændig isoleret fra miljøbelastningen, selvom en sammenkobling af sundhed og miljø utvivlsomt ville gøre forslaget mere levedygtigt.

Koprutter

I november 2006 udkom FNs fødevare- og landbrugsorganisations rapport Livestock's Long Shadow, der belyser, hvordan husdyrproduktionen spiller en nøglerolle indenfor både forringelse af landbrugsjord, rydning af regnskov, vandforbrug, forurening af vand, ødelæggelse af jordens biodiversitet, luftforurening samt udledning af drivhusgasser. Husdyrproduktion blev udråbt til en af de to-tre fundamentale årsager til de mest alvorlige miljøproblemer på alle niveauer fra lokalt til globalt.

Når en så tungtvejende rapport i FN-regi nu udråbte forbruget af animalske produkter til et af verdens største miljøproblemer, skulle man tro, at så var scenen sat for en kritisk tilgang til verdens kødforbrug. Men nej, det var stort set udelukkende bidraget til den globale opvarmning, som blev refere-

politikogmedier4endelig.qxp:Layout 1 22/11/07 10:53 Side 23

ret i medierne. Politikens interview med en chefkonsulent i Landbrugsrådet gik således op i hat og briller med underholdende spørgsmål om koprutter og muligheden for at sætte partikelfiltre på køerne. Og nogle dage før nytår bragte Jyllands-Posten en kronik, hvor en journalist anvendte koprutterne som et humoristisk argument for, hvor absurd det er at bekymre sig om at begrænse den globale opvarmning. I april var der så Ritzau-notitsen om, at man havde udviklet en pille til begrænsning af kobøvser, hvortil nyhedsbureauet (selvstændigt) kommenterede, at "hvorvidt pillen også reducerer mængden af koprutter, melder historien ikke noget om".

Nu kan humoristiske og sarkastiske vinkler jo være med til at skabe opmærksomhed, så man kan vel ikke bebrejde medierne, at de vinklede FAOs rapport, som de gjorde. Problemet er blot, at den opfølgende, dybdeborende journalistik udeblev. Information udmærkede sig i foråret 2007 ved at rydde både forsiden og en helside til at belyse kødproduktionens miljøeffekter, men det var en enlig svale. Følgende citat fra en artikel i Berlingske Tidende er meget repræsentativt for mediernes dækning af forholdet imellem kød og miljø: "Man kan ikke forbyde solens uregerlige adfærd, og man kan ikke lave en lov mod koprutter og fårebøvser".

Den virkeligt ubekvemme sandhed

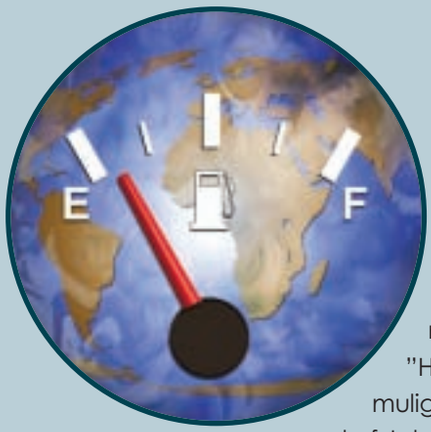
Tendensen til at ignorere et af de største miljøproblemer omfatter også den nylige vinder af Nobels Fredspris, Al Gore, der både i Oscar-vinderen En ubekvem sandhed og i sine foredrag ignorerer den største bidragsyder til global opvarmning: Kødspisning. I forhold til hvor meget kritik, der har været af Al Gore's angivelige manipulation, skulle man mene, at hans manglende inddragelse af opvarmningssynder no. 1 ville være et oplagt kritikpunkt. Men nej, Al Gore er sluppet billigt på det punkt, og af samme grund opfordrede den amerikanske dyrevelfærdsorganisation PETA ham derfor for nylig til at blive veganer. På sin vis en sønderlemmende kritik af ham, men medierne greb ikke chancen.

Der er således et mønster, der går igen: Når IMV påviser, at den enkeltes usunde kostvalg påvirker samfundets miljø, snakker alle om sundhed og glemmer miljøet. Når Al Gore taler om global opvarmning, ignorerer han husdyrproduktionen. Når FN udgiver en alvorlig rapport om husdyrproduktionens samlede miljøbelastning, refererer medierne kun det, der handler om den globale opvarmning, i særdeleshed prutter og bøvser. Der er næppe tale om en verdensomspændende konspiration – men der er tale om såvel elendig journalistik som politisk spin-off.

At tage kødet fra folket

Det må være et spørgsmål om hvornår og ikke et spørgsmål om kødproblematikken for alvor bliver taget seriøst af såvel toneangivende medier som toneangivende politikere. For politikernes vedkommende er der dog nok grund til at gå på listesko. I maj 2007 bragte den engelske avis Daily Mail under overskriften "The secret plans to turn us all vegetarian" en artikel baseret på en fortrolig korrespondance imellem en græsrodsorganisation og en embedsmand i regeringens miljøagentur. Ifølge oplysningerne skulle embedsmanden have indrømmet, at det på sigt bliver nødvendigt at regulere det britiske kødforbrug nedad, men "på en blid måde på grund af risikoen for at fremmedgøre befolkningen". På avisens netside væltede det efterfølgende ind med rasende kommentarer fra briter, der markerede deres utilfredshed med dette potentielle overgreb på noget så fundamentalt i deres tilværelse som kødet. Som en læser skrev: "At læse denne artikel har blot overbevist mig om at spise mere kød end før!"





Siden sidst

Det har været et begivenhedsrigt efterår i Dansk Vegetarforening. **Vores hjemmeside** gennemgår stadig flere udvidelser og bliver bedre og mere omfattende måned for måned. Blandt de seneste måneders tilføjelser er vores nye brochure "Hvorfor vegetar?", som nu kan ses online i PDF-format. Samtidig er det blevet muligt for enhver at bestille et antal brochurer direkte gennem hjemmesiden til at dele ud af. I den forbindelse opfordrer vi alle vore medlemmer til at tænke over, hvor i deres område, de evt. kunne dele brochuren rundt eller lægge en stak, så det grønne budskab også på denne måde kan komme så langt omkring som muligt.

En anden vigtig tilføjelse til hjemmesiden er **det nye forum**, hvor der kan debatteres, udveksles opskrifter og nyheder samt meget mere. Vi havde allerede for længe siden indset, at foreningens gamle forum på Igroups ikke var optimalt, og det nye forum direkte på hjemmesiden kommer efter lang tids arbejde. Vi håber, at rigtig mange vil benytte det nye forum og at brugerne vil tage godt imod det.

Søndag d. 23. september arrangerede vi Dansk Vegetarforenings første, men forhåbentlig ikke sidste, **udflugt til Pometet**. Bladet, hvor udflugten stod annonceret, udkom sent og desværre var blot få mødt op, i hvert fald fra foreningen. Det var bestemt et besøg værd, og konklusionen er, at det helt sikkert er en udflugt, vi ønsker at gentage til næste år, hvor vi så håber, flere møder op.

Den internationale vegetardag, 1. oktober, faldt i år på en helt almindelig mandag, og vi formåede bl.a. af den grund ikke at stable et større arrangement på benene i stil med tidligere år. Foreningen udsendte dog sædvanen tro en pressemeddelelse med en national opfordring til alle danskere om at holde dagen kødløs, hvilket blandt andet gav **god presseomtale** i Kristeligt Dagblad fredagen før vegetardagen og i MetroXpress på selve dagen, samt i en række lokale medier. Endelig gav vegetardagen anledning til en historie i Landbrugsrådets ugemagasin Food Culture ugen efter om, at foreningen har fremgang og at der bliver flere og flere vegetarer. Historien blev citeret på Ritzau, hvilket betød endnu en bølge af **interviews til forskellige radiostationer**, bl.a. Danmarks Radios P4 København og P4 Sjælland, som kombinerede et interview med foreningens næstformand med et indslag om en vegetarfamilie i deres sendeområde og en sms-afstemning om folks lyst til at blive vegetarer.

DVFs nye spiseklub mødtes i Huset Innanna 5. okt. Der var en hyggelig stemning, men desværre var alt for få mødt frem. I skrivende stund er der planlagt nye møder i Huset Innanna i november og december, hvorefter spiseklubben fra januar flyttes til Restaurant RizRaz i Kompagnistræde (læs mere herom på opslagstavlen).

Det var en sørgelig nyhed for danske vegetarer, da Urtekram efter 35 års rent vegetarisk produktion, i oktober måned pludselig lavede en kovending og lancerede en række slikprodukter, som indeholder gelatine fra grise. I Dansk Vegetarforening fandt vi naturligvis de nye tiltag fra Urtekram bekymrende, ikke mindst fordi Urtekram, blandt andet med opkøbet af Nutana, er langt den største aktør på markedet for vegetariske produkter herhjemme og dermed gerne skulle være en virksomhed, som vegetarer kan stole på. Denne bekymring gav vi naturligvis udtryk for i et brev til Urtekram, og vi opfordrer alle vore læsere til at gøre det samme.

Omtrent samtidig blev vi opmærksomme på et havtangsbaseret kaviarprodukt fra virksomheden Jens Møller Products, der blev solgt som vegetabilsk på trods af, at det indeholdt det røde farvestof carmin (E-120), som fremstilles af knuste rygskjold fra en bestemt art af skjoldlus. Vi gjorde derfor i et brev virksomheden opmærksomme på, at deres produkt ikke bør sælges som vegetabilsk, så længe det indeholder det pågældende tilsætningsstof, hvilket virksomheden straks reagerede på ved at ændre mærkningen af produktet og undersøge deres øvrige produkter og markedsføringen af dem. **Dansk Vegetarforenings breve**, til såvel Urtekram som Jens Møller Products, kan læses på vores hjemmeside.

Ovenpå et sådant spændende efterår er der kun tilbage for bestyrelsen og bladudvalget at ønske alle læsere en rigtig god vinter og forhåbentlig på gensyn til mange grønne begivenheder i det nye år.

111 års fødselsdag

Velkommen!

Dansk Vegetarforening fejrer sin 111 års fødselsdag, **tirsdag den 11. december fra kl. 16.30** med åbent hus i Teosofisk Forening København, Sankt Knuds Vej 27 på Frederiksberg:

Der bydes velkommen med alkoholfri gløgg i den grønne julehyggestue med klippe/klistre til børn og barnlige sjæle og en hjemmelavet vegetarisk julebuffet med Winnies lækkerier.

Klokken 19 begynder vi at rydde af bordene og gøre klar til aftenens foredrag: De tolv hellige nætter af Ella Ostermann, som med musik, billeder og foredrag dykker ned i mysteriet om de hellige nætter mellem juleaften og helligtrekonger.

Da det ikke er hver dag, man kan fejre 111 års fødselsdag, vil hele arrangementet med både julestue, buffet og foredrag være gratis og åbent for alle. Donationer er dog velkomne.

OBS!

HUSK GENERALFORSAMLING

Indkaldelse til ordinær generalforsamling fredag den 25. april kl. 19

OBS!

DVF's medlemmer

Nyd vinteren i den skønne natur med SKOVTUR i Dyrehaven den 2. søndag i måneden med mødested den røde port ved Klampenborg station kl. 12.

Mød op med madpakke og drikkevarer.

Kontakt Erik på mobilnummer 40 30 25 58, hvis du kommer senere eller har spørgsmål.

ALLE VELKOMNE -

tilmelding ikke nødvendig, blot mød op!

2008 2008

DVF's NYTÅRSFROKOST 2008

Søndag d. 9. marts 2008 kl. 12.30-18

Vi gentager succes'en fra sidste år og afholder Dansk Vegetarforenings traditionsrige nytårsfrokost 2008 på Hotel Brøndby Park, Brøndbyvester Boulevard 6, 2605 Brøndby. Denne gang består den store grønne buffet af lune og kolde retter lavet fra opskrifter, særligt udvalgt af vores chefkok, Winnie og vi kan derfor glæde os til en stor kulinarisk oplevelse.

Drikkevarer købes ved siden af og efter middagen serveres kage og kaffe/te. Traditionen tro vil der være underholdende indslag og der er som sædvanlig lagt op til en fornøjelig dag! Prisen for hele arrangementet er 200 kr. pr person.

Tilmelding med oplysning om navn og antal kuverter sker på en af flg. måder:

1) skriv en mail til nytaar@vegetarforening.dk
2) send et brev/postkort til kasserer Erik Weihrauch, Gribskovvej 21, 2 th., 2100 Kbh. Ø
3) ring til DVF's tlf. 70 22 40 01
4) indbetal beløbet på DVFs girokonto 502 5656 (husk navn og antal kuverter)

Betaling kan ske på selve dagen ved ankomst, mens tilmelding skal ske senest en uge før. Vi glæder os til at se jer til et festligt arrangement!

Vegetarisk spiseklub i Århus

En gruppe aktive vegetarer har i den seneste tid forsøgt at starte en spiseklub i Århus.

I første omgang mødes vi blot engang imellem, de der nu kan, og spiser vegetarisk sammen på et af byens spisesteder.

Kunne du tænke dig at være med til hyggeligt, vegetarisk samvær i Århus, så skriv en mail til randi@vegetarforening.dk, og bliv uforpligtende sat på mailinglisten til spiseklubben. Bruger du ikke e-mail, kan du ringe på foreningens telefonnummer 70 22 40 01 eller følge med på hjemmesiden og i vores nye forum, hvor vi fremover vil annoncere vore arrangementer.

DEN GRØNNE SPISEKLUB I KØBENHAVN

Vi fortsætter spiseklubben i Huset Innanna året ud, dvs. fredag den 7.12. kl. 19. Adressen er Nordre Frihavnsgade 17 D i gården, 2100 Østerbro. 30 kr. pr person for husly. Man medbringer selv en ret til ca. 4 personer.

Men fra og med januar fortsætter spiseklubben på restaurant. Bemærk ændring af tidspunktet til kl. 18! Den første fredag i januar, februar og marts mødes vi kl. 18 i RizRaz, Kompagnistræde 20, København K. Der er reserveret bord. Vegetar-buffeten koster 79 kr.

Meld gerne interesse til Erik på 40 30 25 58, hvortil også spørgsmål til arrangementet kan rettes.

Se evt. www.vegetarforening.dk

- Produktionen af animalske produkter bidrager mere til den globale opvarmning i dag end nogen anden sektor, inkl. transportsektoren.

- Alle snakker om klimaforandringer, men pudsigt nok er det blot de færreste, der i den forbindelse nævner vegetarisme, som en løsning!?

kortoggrøntendelig.qxp:Layout 1 22/11/07 20:57 Side 32

Kort & grønt

Den internationale vegetardag fejredes i år verden over for 30. gang siden den nordamerikanske vegetarforening grundlagde dagen i 1977. Og verden over synes vegetariske organisationer at være enige om, at det netop i år var klima og miljø, de skulle slå på i deres vegetariske kampagner. Også i New Zealand, hvor den nationale vegetarforening bl.a. havde held til at få omtale med udtalelsen om, at det er en selvmodsigelse at kalde sig miljøforkæmper, hvis man er kødspiser. "Blot det at spise vegetarisk én dag kan reducere udledningen af drivhusgasser, da produktionen af en kalorie fra animalsk protein skaber 10 gange flere drivhusgasser end en kalorie fra vegetabilsk protein", lød det fra foreningen i forbindelse med dagen.

En vegetar fik del i Nobels Fredspris i år, da komitéen tildelte halvdelen af prisen til FN's klimapanel med inderen Rajendra Kumar Pachauri i spidsen. Pachauri, der er vegetar både af miljømæssige og religiøse årsager, har stået i spidsen for panelet i en tid, hvor FN er kommet med flere udmeldinger om kødproduktionens indvirkning på den globale opvarmning. Prisen deler panelet paradoksalt nok med den tidligere amerikanske vicepræsident Al Gore, der netop er blevet kritiseret for at ignorere kødproduktionens indvirkning i sit arbejde mod global opvarmning. Det er ikke første gang, en vegetar får Nobels Fredspris – i 1952 tildeltes prisen den schweiziske læge og præst Albert Schweitzer, der af mange huskes netop for sin respekt for alt liv.

Greenpeace, den verdensomspændende miljøorganisation, har et noget utraditionelt bud på, hvordan vi bekæmper den globale opvarmning: Spis flere kænguruer, lyder opfordringen fra organisationens australske afdeling! Ideen med opfordringen er, at kængurukød skal erstatte oksekød, fordi produktionen af sidstnævnte betyder et større udslip af drivhusgasser. Udmeldingen møder umiddelbart støtte fra visse videnskabsfolk og – ikke overraskende – fra producenterne af kængurukød. I vegetariske kredse vækker den dog først og fremmest undren, og her på Vegetarens redaktion synes vi da også, vi har en bedre idé til, hvordan man reducerer produktionen af oksekød. Gæt selv, hvilken!

Skolebørn i USA er vegetarer i stort tal. Ifølge en udmelding fra de amerikanske diætisters sammenslutning er helt op mod 10% af amerikanske skolebørn vegetarer. Organisationen, som i mange år har anerkendt de sundhedsmæssige fordele ved vegetarisme, opfordrer derfor forældre til at sikre, at deres børn spiser varieret, hvis de bliver vegetarer. På den måde vil organisationen sikre, at skolebørnenes vegetariske kost – der typisk er fedtfattig og rig på antioxidanter – samtidig indeholder nok jern, kalk og B12-vitamin.

En undersøgelse fra FDB viser, at næsten tre ud af fire danskere ville købe økologisk, hvis prisen var lavere. Undersøgelsens resultat understøttes også af erfaringerne fra de økologi-kampagner, som COOP selv har gennemført. Da man under en kampagne i august satte prisen på økologiske varer ned med 20%, steg salget med 61%. "Danmark er verdensmester i økologi, og salget af økologiske produkter





kortoggrøntendelig.qxp:Layout 1 22/11/07 20:57 Side 33

vokser markant. Men de økologiske produkter udgør alligevel blot 6% af det samlede salg af fødevarer. Det er godt i international sammenhæng, men det viser også, at der er masser af plads til forbedringer", fortæller Marie Scott Poulsen, der er informations- og analysechef i FDB. At prisen har betydning for folks indkøb af økologi understøttes yderligere af, at discountkæder som Netto, Fakta og Rema 1000 i stigende grad har succes med økologiske produkter. Således melder sidstnævnte om en stigning på 60% i det økologiske salg i løbet af 2007.

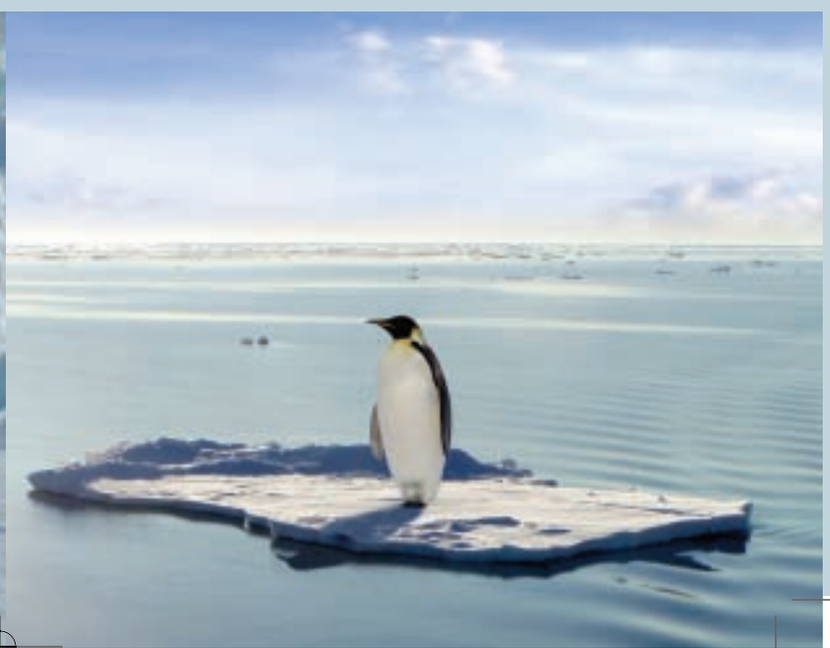
Økologiske grøntsager og frugter er betydeligt bedre end konventionelt dyrkede afgrøder. Sådan lyder konklusionen på den største undersøgelse af området nogensinde, et EU-forskningsprojekt, som har varet 4 år og har kostet godt 130 mio. kroner. Blandt undersøgelsens bemærkelsesværdige konklusioner er blandt andet, at økologiske grøntsager kan indeholde helt op til 40% flere antioxidanter, som forskere mener kan være med til at forebygge kræft. Samtidig har de økologiske afgrøder et større indhold af næringsstoffer og mineraler som f.eks. jern og zink. Faktisk peger forskerne bag undersøgelsen på, at mennesker, der ikke spiser de anbefalede mængder frugt og grønt, kan kompensere for det, hvis den frugt og grønt, de spiser, er økologisk.

Økologiske tomater er meget sundere end konventionelt avlede tomater. Et meget grundigt tiårigt forsøg præsenteret i *Journal of Agricultural and Food Chemistry* viser nemlig, at de økologiske tomater indeholder næsten dobbelt så mange sunde flavonoider som de konventionelle. Det menes, at flavonoiderne kan forebygge hjerte-karsygdomme og måske også demens og kræft.

Vegetarer skal spise mere end kødspisere for at få næringsstoffer nok, lyder påstanden fra en ny undersøgelse lavet på det australske University of Adelaide. Undersøgelsen lavede en computeranalyse af måltider, hvor kød blev skiftet ud med fx tilsvarende mængder bælgfrugter, nødder eller frø. Analyserne viste, at selvom portionerne stadig indeholdt ligeså meget protein, så var mængderne af B12-vitamin og omega-3-fedtsyrer utilstrækkelige for alle mennesker og også mængderne af jern og zink blev fundet utilstrækkelige for nogle grupper. Konklusionen lyder derfor, at vegetarer er nødt til at spise 50-100% mere end kødspisere for at få de nødvendige næringsstoffer. Vegetariske grupper har dog allerede sat spørgsmålstegn ved undersøgelsens objektivitet og rigtighed, bl.a. fordi den er finansieret af de australske kødproducenters sammenslutning.

Byrådet i York i England har enstemmigt vedtaget en erklæring, der forbyder brugen af foie gras i kommunale institutioner i byen og opfordrer hoteller og restauranter til at undlade brugen af ande- og gåseleverpostejen, der fremstilles med brug af tvangsfodring. Et byrådsmedlem fra Labour havde oprindeligt stillet forslag om et totalforbud mod salg af produktet i byen, men det viste sig at være i strid med EU-regler for frihandel. Byrådspolitikerne står dog fortsat sammen om en opfordring til det britiske parlament om at tage emnet op og forbyde produktet i hele Storbritannien.





fra side 20:Layout 1 13-12-2006 15:49 Side 30

Afsender:
Dansk Vegetarforening
Gribskovvej 21, 2. th.
DK-2100 København Ø

POST B
PP DANMARK

