

Column

Esther Leystra



De week van ontvlezing

We zitten er midden in: De Nationale Week Zonder Vlees. De derde editie van deze landelijke campagne is 7 maart van start gegaan en daagt vleeseters uit om een week lang een hippe vegetariër uit te hangen. De boodschap? Eet wat minder vlees omdat het goed is voor mens en dier, maar ook het milieu heeft er baat bij vanwege de uitstoot, stikstof en natuurschade. Een uitdaging, maar het is het proberen zeker waard.

Mensen zijn gewoontedieren. Dit is een mooie eigenschap maar het kan ons ook beperken. Wij mensen houden meestal niet zo van veranderingen en vooral in je persoonlijke leefpatroon wordt dit helemaal lastig. Ik weet het want ik ben ook gewoon een mens die rondloopt op deze aardbol. Maar wanneer het om veranderingen gaat waarmee ik een verschil kan maken voor de toekomst van onze planeet sta ik vooraan in de rij. Tijdens deze Nationale Week Zonder Vlees dus geen sappig biefstuk, mals kipkluijfe of smeuïge gehaktbal op mijn bord, maar overheerlijke groenteschijven, kaas-schnitzels en pompoen bur-

gers. De positieve impact van zo'n vleesloze week op het milieu? Besparing van zo'n 130 liter water, 76 km autorijden en 770 gram dierenvlees per persoon! Maar ja, dan kan je natuurlijk denken leuk bedacht zo'n vega-week, maar iedereen zet zijn tanden na 15 maart toch weer in het dierlijke vlees. Dat kan en mag en ik houd je ook echt niet tegen. De gedachte van Isabel Boerdam, de initiatiefneemster van de National Week Zonder Vlees, is namelijk mensen laten ervaren hoe het is om minder vlees te eten zodat ze ook de rest van het jaar wat vaker kiezen voor een wonderbaarlijk stukje plantaardig vlees. Kortom, je hoeft niet gelijk 100% vegetariër te worden, maar een beetje meer flexitariër (vis en vlees afwisselen met vegetarisch gerechten) is nooit verkeerd. 'Ontvlezing' tot en met 15 maart. Probeer het. Laat je verrassen. Stap uit je comfortzone, alleen al omdat de aarde jouw hulp nu echt nodig heeft.

Esther Leystra is woonachtig in Dokkum en afgestudeerd in duurzaamheidsvraagstukken

