**Vleesvervangers duurzaam?**

**en wat is nou echt het beste voor je gezondheid?**

Door te stunten met kiloknallers lijden supermarkten verlies op varkensvlees terwijl vleesvervangers relatief prijzig zijn¹. De omgekeerde wereld vinden experts in duurzaamheid. Zij pleiten voor ‘true pricing’. Vegafabrikanten en duurzaamheidsdeskundigen willen eerlijke prijzen; en wat goed is voor mens en planeet moet snel goedkoper worden. Maar hoe zit het dan met de eerlijke prijs voor gezonde producten? En hoe weten we wat gezond is?

Afbeelding met tekst

Automatisch gegenereerde beschrijvingHet is maar de vraag hoe duurzaam de geproduceerde vleesvervangers zijn. Er is meestal soja nodig en behoorlijk wat water. En of ze zo gezond ‘want plantaardig’ zijn? Bij de productie zijn toevoegingen en conserveringsmiddelen nodig. De gezondheidsclaim gaat mank.   
Uit recente publicaties zoals van FAO (ultra-processed foods, diet quality, and health using the NOVA classification system) blijkt dat de mate van bewerking van voeding een grote rol speelt. De NOVA score gaat uit van de mate van bewerking van voedsel. Op basis daarvan is het makkelijk vaststellen dat naarmate meer bewerking plaatsvindt, het minder gezond is.

Je zou zeggen, duurzame en gezonde voeding is een kwestie van gezond verstand. Als milde flexitariërs kopen we bewust. Als bewuste klanten en eters kiezen we voor vers, onbewerkt en gevarieerd. We zijn klant bij de slager, de viswinkel, de poelier en de groenteman. Groep 1 voedsel (onbewerkt, vers en lokaal geproduceerd) en beperkt gebruik van Groep 2 producten, de bewerkte ingrediënten.

Wat ons betreft zijn daar geen aparte heffingen voor nodig. De belastingdienst hoeft echt niet gereorganiseerd te worden voor een nul-tarief. Het zou wel helpen als het lage BTW-tarief weer van 9% naar 6% daalt. Dat mag van de Europese Unie en kan snel en zonder problemen worden ingevoerd. Voor de winkeliers geen extra lastendruk, dat ook nog eens.   
Enne, de vleesvervangers uit de fabriek laten we maar rustig in het schap staan.

297 woorden - moet in twee stukken

¹ Financieel Dagblad 22 januari 2022 ‘Groene plannen supermarkten stranden in het vleesschap’

~~Alles wat in potjes, pakjes, zakjes etc. zit en geproduceerd is gericht op houdbaarheid en/of producten die ontwikkeld zijn om zo veel mogelijk te ‘lijken’ op vlees, maar daar niets mee te maken hebben, hebben een grote afstand tot ‘unprocessed food’.~~

~~Kortom, laat ons maar zo veel mogelijk verse, plantaardige producten eten waar een eerlijk stukje vlees niet bij mag ontbreken.~~

~~, de is de mate van bewerking van de mate van Of Duurzaam met of zonder soja? Duurzamer wat lokaal is en in het seizoen is. Maar ook de duurzame landbouw en veeteelt kent veel stromingen. Dat geldt ook voor wat nu precies gezonde voeding is, de experts vallen over elkaar heen. Nou zijn wij geen vegetariers maar wel bewust (mindfull???) e. Laat staan veganist. en allerlei experts over elkaar heen. Maar in die hele discussie kwamen we Wij zijn geen vegetariër, laat staan veganist. We proberen zo goed mogelijk voor ons lichaam te zorgen door er zo veel mogelijk ‘gezond eten’ in te stoppen. We noemen onszelf flexitariër, eten een of twee dagen per week geen vlees, maar laten de vleesvervangers graag staan. Niet alleen voor de prijs maar gewoon omdat we onszelf niet ‘voor de gek’ willen houden met een plantaardig product wat eruit ziet als vlees.~~

~~Het experimenteren met maaltijden zonder vlees is geen slecht idee alhoewel het opgeven van dierlijke producten niet onze intentie is. Het vermijden van het eten van ‘intensief gekweekt/gefokt vlees’ heeft een positief effect op omgeving zowel als dierwelzijn. Echter veel vegetarische producten zoals sommige vleesvervangers zijn helemaal niet gezond.~~

~~De NOVA classificatie verdeelt al ons voedsel in vier categorieën …. Uitleggen dat cat. 1 is minimally processed en cat. 4 maximally processed (manipulatied to fool us)~~

254 woorden -

² Artikel Financial ??? Anna Pollock

183 woorden

**Wat je bijblijft na school**

**De grafische rekenmachine**

Waar zijn mee jullie bezig? We vertellen dan over het communicatiewerk wat we doen voor opdrachtgevers. En bijvoorbeeld dat we contact maken met schoolleiders, docenten en hun organisaties en beleidsmakers in het voortgezet onderwijs. Voor wie dan? We noemen opdrachtgever Texas Instruments. Vrijwel iedereen weet dan meteen dat het over de rekenmachines gaat. Immers grafische rekenmachines waar dankbaar gebruik van wordt gemaakt in het voortgezet onderwijs. Maar ook de wetenschappelijke variant voor vervolgstudies, zoals bèta en finance. De ipads, chromebooks en laptops zijn al lang vervangen, maar bijna iedereen heeft zijn ‘TI’ nog in bezit.

Inmiddels is de ‘TI’ rekenmachine een multi-toepasbare ‘handheld’. Uiteraard voor wiskunde, met een examenstand ook toegelaten bij het centraal examen. En door programmeertaal Python met nog meer toepassingen. Om de veelzijdigheid van de handheld te ervaren is er een codeer challenge uitgeschreven voor leerlingen Havo-Vwo ‘Mathe-Magische Kunst’.

Ook in 2021 maken we kennis met nieuwe opdrachtgevers en teams van professionals om samen communicatie-uitdagingen op te pakken. Kennismaken via een videomeeting is lastig, het mist al snel warmte en de persoonlijke ‘touch’. De feedback die we krijgen is positief.

183 woorden

Feedback in Coronatijd

**Persoonlijk contact en betrokkenheid zijn belangrijk**

Het is schrikken als je een relatie belt en hij zegt ‘ik ben net uit het ziekenhuis, door het oog van de naald gekropen en nu aan het herstellen’. Het geeft het belang aan van persoonlijk contact en betrokkenheid. Opdrachtgevers geven feedback op ons werk met hen. Over onze kennis en ervaring in hun sector en de voortvarende aanpak. Ze zeggen ook dat we hartelijk zijn, persoonlijk betrokken. Dat we gevoel hebben voor de mensen waarmee we samenwerken en de persoonlijke verhoudingen binnen hun organisatie. We hebben moeite om dit soort statements over onszelf op de website te zetten.

Nu dan toch enkele citaten:

.…’persoonlijk betrokken met gevoel voor de mensen’…. ‘ze creëren een vertrouwde omgeving waar ieder zich kwetsbaar kan opstellen’…

…’heb de samenwerking zowel persoonlijk als voor onze organisatie als buitengewoon plezierig ervaren’. …’communicatie training vol inspiratie, gezelligheid en humor.’

…‘team players, ongeacht de achtergrond en ervaring van de teamleden’ …

Ook in 2020 maken we weer kennis met nieuwe opdrachtgevers en teams van professionals om samen communicatie-uitdagingen op te pakken. Kennismaken via een videomeeting is lastig, het mist al snel warmte en de persoonlijke ‘touch’. De feedback en Corona leren ons om de warme menselijke kant van onszelf wat meer te laten zien.

206 woorden