



Dit heb je nodig:
Internet, pen,
tekenspullen,
knutselspullen,
printblad

Tijd:
30 minuten

Werkwijze:
Alleen

Een week zonder vlees en zuivel?

Je leert hoe je goed voor de aarde kunt zorgen door wat je eet.



1 Wat is van welk dier?

Deze vier dieren maken voedsel dat mensen vaak eten. Weet jij wat ze maken? Schrijf het erbij.



Zet een streep onder het voedsel dat jij elke week eet of drinkt.


2 Ga naar [wwf.nl/bron](https://www.wwf.nl/bron)

1. Klik op 'Les 77: Een week zonder vlees en zuivel?'.
2. Lees de weetjes van voedselkenner Corné van het Wereld Natuur Fonds.

3



Onderzoek van Janouk

- Eén melkkoe geeft 8.000 liter melk per jaar. 
- In Nederland leven wel 1.600.000 melkkoeien. Dat is evenveel als twee keer het aantal inwoners van Amsterdam.
- Nederland is een klein land, maar toch staan we in de top 5 van landen die het meeste zuivel maakt voor andere landen.
- We maken veel melk voor andere landen, maar ook veel kaas.
- Vegetariërs zijn mensen die niets eten van gedode dieren. Zoals vlees en vis.
- Veganisten zijn mensen die helemaal niks van dieren eten. Ze eten dus ook geen eieren, zuivel en vaak ook geen honing.
- Zuivel is goed voor je gezondheid. Het zorgt voor sterke botten.

Zet een rondje om alles dat je al wist.



4 Geen vlees en zuivel

Op 6 maart begint de Week Zonder Vlees en Zuivel. Mensen die meedoen, eten bewust een week lang niks van zuivel en vlees. Je hebt bij de bron van 2 gelezen dat veel vlees en zuivel eten niet goed is voor het milieu. De volgende stellingen gaan hierover. Zet een rondje om jouw antwoord.

Ik heb wel eens een vleesvervanger gegeten.

Ja

Nee

Ik heb wel eens havermelk, sojamelk of amandelmelk gedronken.

Ja

Nee

Iedereen zou mee moeten doen met de Week Zonder Vlees en Zuivel.

Ja

Nee

Ik ken iemand die nooit vlees eet.

Ja

Nee

Thuis eten we bewust wel eens geen vlees.

Ja

Nee

Mensen in Nederland kunnen wel een dag in de week zonder vlees of zuivel.

Ja

Nee

5 Maak je eigen zuivelpakje

De Week Zonder Vlees en Zuivel wordt elk jaar gehouden. Dit jaar is het de zesde keer, het is de tweede keer dat het ook over zuivel gaat.

Nog niet veel mensen weten dat het tijdens deze week niet alleen om vlees maar ook om zuivel gaat. **Jij gaat zorgen dat ze dit wel weten!**

Maak een zuivelpakje. Hierop schrijf je alles wat je in deze les te weten bent gekomen over zuivel en waarom het goed is om op te letten wat je aan zuivel eet.

Gebruik hiervoor het printblad. Knip de eerst de buitenste lijnen uit. Daarna vouw en lijm je het pakje.

Tip!

Schrijf op je pakje en versier het voordat je het gaat vouwen en lijmen. Dat is een stuk makkelijker!

Tip!

Maak op 1 van de kanten een vakje. Hierin kun je de namen schrijven van mensen die meedoen met de Week Zonder Vlees en Zuivel.



6 Bekijken

Is je zuivelpakje helemaal klaar? Bekijk de pakjes van een paar klasgenoten. Neem het mee naar huis en vertel daar over de Week Zonder Vlees en Zuivel.

Als je nog niet klaar bent met vlees en zuivel.

Kijk thuis eens in de koelkast. In hoeveel producten zit zuivel of vlees? Zou je deze kunnen vervangen door iets anders?

Toekomst-vraag van Janouk

Eten we over 50 jaar nog steeds vlees en zuivel?



