SAMEN NAAR EEN
DUURZAMERE TOEKOMST
VOOR EUROPA



VLAM.be

2024

Factbook

Zuivel vandaag en morgen

Grote uitdagingen
en mooie opportuniteiten

Medegefinancierd door
de Europese Unie

ENJOY
IT'S FROM
EUROPE

Inhoudstafel

Voorwoord **1**

Duurzaamheidsmonitor **4**

Duurzaam werken in de praktijk **10**

Sport en zuivel **16**

Europees onderzoek duurzaam eten & leven **20**

De toekomst van zuivel **24**





Hebben meegewerkt aan dit factbook:
Redactie: Sara Santens (VLAM), Lien Callewaert, Maura Geypens, Jolien Willems (BCZ).
Copywriting: Dorien Marinus (Focus Advertising), Emma Didier (GoodCopy.ink).
Coördinatie: Sara Santens, Ruth Vannieuwenborg (Focus Advertising)
Design: Jana Bruggeman, Inge Van Damme (Focus Advertsing).

Met dank ook aan:
Guy Vandepoel, Voorzitter VLAM.
Chris Steenhuyse en Lien Gielis, Hoeve 't Alkeveld.
Marc, Reinhilde en kinderen, Hoeve 't Leenhof.
Koen en Annick Scheirs, Melkveebedrijf Scheirs en de Zuivelarij BV.
Emma Scheerlinck, docente sportvoeding en sportdiëtiste.
Inge Coene, voedingsdeskundige bij NICE.
Veerle Van Linden, bio-ingenieur milieutechnologie bij ILVO.
Peter de Jong, hoofdwetenschapper voedselverwerking bij NIZO.
Jeroen Watté, agro-ecoloog en innovatiemakelaar.

Zuivel vandaag en morgen, grote uitdagingen, mooie opportuniteiten

'Duurzame zuivel': een combinatie van twee – ogenschijnlijk eenvoudige – woorden, maar waar staan ze voor? Wat betekent 'duurzame zuivel' eigenlijk?

De definitie van 'zuivel' lijkt alvast duidelijk. Zuivelproducten zijn producten verkregen uit melk, en melk is op haar beurt het product dat door melkklieren wordt afgescheiden. Dat is alvast wat de Europese wetgeving vastlegt.

Een goed begrip van de term 'duurzaamheid' is echter heel wat complexer, en dient zowel de sociale, de economische als de ecologische dimensie in rekening te nemen. **Als met deze drie pijlers rekening gehouden wordt, is er dan plaats voor zuivel in de duurzame voedingspatronen van de toekomst?**

Hoe complex de oefening ook is, het is cruciaal dat duurzame voedingspatronen de uiteenlopende aspecten van duurzame voeding meenemen om ongewenste neveneffecten te vermijden.
Dat benadrukt de FAO in haar richtlijnen omtrent duurzame en gezonde voedingspatronen.
Een duurzaam voedingspatroon garandeert de individuele gezondheid van huidige en toekomstige generaties, en dit met een lage milieu-impact, en tegelijk zonder de sociale en economische aspecten zoals de culturele aanvaardbaarheid, beschikbaarheid en betaalbaarheid van voeding uit het oog te verliezen.

Met dit factbook hopen we u met heel wat **feiten en cijfers** meer inzicht te geven in dit complexe thema. We beginnen alvast met een stand van zaken van de **duurzaamheidsinspanningen** van de zuivelsector. In de volledige keten – van melkproductie op de hoeve tot melkverwerking in de zuivelfabriek – meten en evalueren we jaarlijks heel wat duurzaamheidsparameters. De resultaten van 2023 tonen alvast dat initiatieven die doorheen de hele keten genomen worden, hun vruchten afwerpen: de weg van de verduurzaming van de zuivelsector is ingeslagen. Met het recent gelanceerde duurzaamheidscharter bevestigt de sector ook in de toekomst resoluut te kiezen voor een verdere verduurzaming. Cruciaal hierbij is de breed gedragen uitrol van klimaatscans bij individuele melkveehouderijen, die de nodige inzichten zullen opleveren. Hiermee is het duidelijk dat de zuivelsector zijn verantwoordelijkheid neemt en zorgt voor oplossingen voor de moeilijke klimaatuitdagingen waar we voor staan.

Wie anders dan topsporters kunnen ons vervolgens beter inspireren als het gaat over nutritioneel geoptimaliseerde voedingspatronen?
Emma Scheerlinck, docente sportvoeding en sportdiëtiste, geeft ons inzichten over de **rol van zuivel in gezonde voedingspatronen** van topsporters. Ook voor de occasionele sportbeoefenaars onder ons heeft Emma enkele praktische tips in petto. Want: 'iedereen is een sporter', zo luidt het.

Verder komt ook de visie van de consument omtrent de klimaatuitdagingen aan bod. Recent Europees onderzoek toont immers aan dat de Belgen liever niet schrappen in hun zuivelconsumptie, maar de voorkeur geven aan andere maatregelen, zoals kiezen voor een flexitarisch voedingspatroon.

Ten slotte laten we graag vijf experten uit verschillende domeinen aan het woord over de toekomst van zuivel. Is er volgens hen **plaats voor zuivel** in de duurzame voedingspatronen van de toekomst?

We wensen u alvast veel leesplezier!



Lien Callewaert
Directeur BCZ-CBL

Guy Vandepoel
Voorzitter VLAM

Duurzaamheids-monitor

Duurzaamheidsmonitor

In de ambitie van Europa om klimaatneutraal te zijn tegen 2050, heeft de voedingssector ook het afgelopen jaar grote stappen gezet. Zo ook de zuivelsector. Dit rapport werpt een blik op de stand van zaken in de sector voor 2023.

Duurzaamheid in de hele zuivelketen

Verduurzaming in de zuivelsector is al lang een topprioriteit. In 2014 werd dan ook de **duurzaamheidsmonitor** uitgerold: een sectorbreed duurzaamheidsprogramma dat de hele zuivelketen in beschouwing neemt, van melkveehouderij over transport tot zuivelverwerking. De monitor brengt heel gericht de verschillende duurzaamheidsinitiatieven – en hun evolutie – in kaart en moedigt melkveehouders aan om duurzamer te produceren.

De duurzaamheidsmonitor kreeg doorheen de jaren meerdere updates. In 2023 lag de focus op de digitalisering ervan. Daardoor kunnen we de komende jaren data van nog meer duurzaamheidsinitiatieven verzamelen, waarvan een deel geautomatiseerd op basis van databankgegevens.

Melkveehouders

99,7%

neemt deel aan duurzaamheidsmonitor

De Belgische zuivelsector in 2023*

* Cijfers 2023

De melkveehouderij

De duurzaamheidsmonitor geeft een mooi inzicht in de inspanningen van de Belgische melkveehouders. Door sectorbrede cijfers te verzamelen, kunnen melkveehouders hun initiatieven **vergelijken met het sectorgemiddelde** en worden ze gestimuleerd om extra inspanningen te doen.

De monitor bekijkt 42 criteria, onderverdeeld in 8 thema's. De melkveehouder kan **zelf bepalen welke initiatieven het best passen** bij zijn bedrijf en welke prioriteiten hij stelt. Om de drie jaar worden alle melkveehouders bezocht door onafhankelijke auditeurs om hun inspanningen op te lijsten. Intussen hebben we al drie rondes van drie jaar afgerond. En de motivatie is er: hoewel deelname aan de monitor niet verplicht is, neemt vandaag wel 99,7% van alle Belgische melkveehouders deel!

Sterker nog, de bereidheid om deel te nemen én stappen te zetten wordt jaar na jaar groter: in 2023 zette de melkveehouder zich in voor **gemiddeld 22,6 van de 42 duurzaamheidsinitiatieven** – een forse vooruitgang tegenover gemiddeld 9,4 van de 35 duurzaamheidsinitiatieven in 2014.

540.843
melkkoeien

5.884
melkveebedrijven

6.080
jobs in de zuivelindustrie

4,4
miljard liter opgehaalde melk

7,0
miljard euro omzet

Melkveehouders maken op verschillende vlakken werk van duurzaamheid

* Cijfers 2023

84% bezit een fytolicentie*

79% heeft een vrije loopstal met voldoende licht, lucht en comfort*

68% gebruikt milieuvriendelijke bestrijding van insecten, mijten en parasieten*

66% van de melkveehouders heeft koeborstels in de stal*

66% van de melkveehouders zet in op lokale mestverwerking*

61% melkveehouders zet actief in op de langleefbaarheid van koeien*

1. Diergezondheid

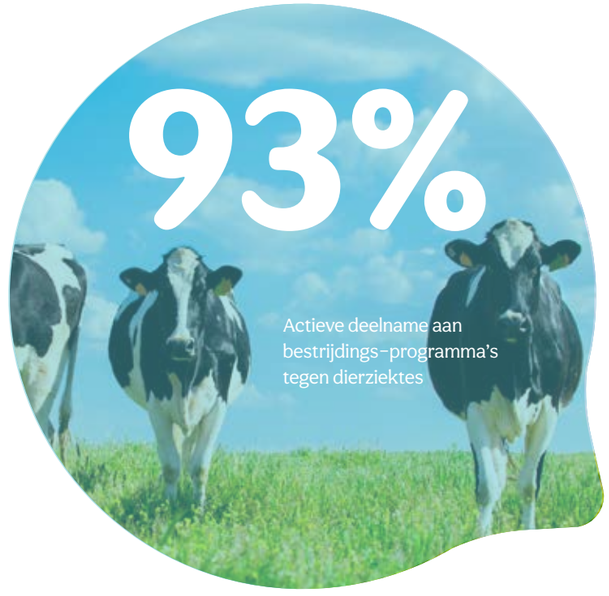
Gezondere koeien geven niet alleen **meer melk, maar ook betere melk** – het is een van de vele redenen dat melkveehouders werk maken van gezonde dieren. Dat doen ze onder andere door preventief voorzorgsmaatregelen te nemen om het gebruik van dierengeneesmiddelen te beperken. Ook werken ze heel vaak nauw samen met een vaste dierenarts, en laten meer melkveehouders hun melkinstallaties dynamisch controleren.

2. Dierenwelzijn

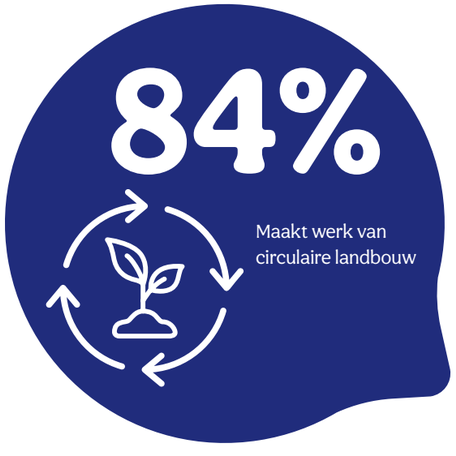
Dierenwelzijn is niet alleen een maatschappelijk belangrijk thema, het wordt ook door melkveehouders zelf hoog in het vaandel gedragen. Ook in 2023 zetten melkveehouders nog meer stappen om het welzijn van hun dieren te ondersteunen. Zo voorziet net geen 8 op 10 melkveehouders een **vrije loopstal** voor zijn koeien: bijna een verdubbeling van de cijfers uit 2014.

3. Klimaat

13% van de melkveehouders volgt zijn **koolstofvoetafdruk** op individueel niveau op. 84% van de melkveehouders maakt werk van meer circulaire landbouw door langeafstandstransport van mest te vermijden.







52%

produceert zijn eigen groene energie

4. Energie

Meer dan 50% van de melkveehouders produceert zijn eigen duurzame energie via een **pocketvergister, zonnepanelen of windmolens**. Ook nemen melkveehouders heel wat maatregelen om hun energieverbruik te beperken.
Zo recupereert 62% de warmte van de melkkoeltank via een voorkoeler of gebruiken ze een zonneboiler. Ook heeft 61% van de melkveehouders energiebesparende lampen hangen.

62%
recupereert de condensatie-warmte van de melkkoeltank in 2023

52%
beperkt de primaire energiebehoefte via frequentiesturing

13%
laat zijn individuele koolstofvoetafdruk berekenen



5. Milieu & natuur

Ook op vlak van milieu- en biodiversiteit is er een belangrijke rol weggelegd voor melkveehouders: ze beschermen **waardevolle natuurelementen en zorgen voor landschapsverbetering**.
4 op de 10 melkveehouders maakt werk van agromilieu-maatregelen of beheersovereenkomsten met overheid of natuurverenigingen. Daarnaast krijgt ook het respectvol omgaan met biociden en sproeistoffen jaar na jaar meer aandacht; 68% van de melkveehouders gaat voor selectieve of milieuvriendelijke bestrijding van insecten, en 70% werkt met of beschermt zwaluwnesten op de boerderij om te helpen bij de bestrijding.

6. Diervoeding

Een andere gunstige evolutie zien we op vlak van voeding: melkveehouders gaan er elk jaar bewuster mee om en **verbeteren de samenstelling continu**. Ze maken gebruik van lokale eiwitten of van nevenstromen uit de voedingsindustrie, zoals bierdraf en bietenpulp.

Diervoeding

77%
optimaliseert actief zijn voederefficiëntie

40%
zaait vlinderbloemige gewassen in

61%
zet in op zo weinig mogelijk gebruik van krachtvoer

65%
voedert nevenproducten uit de voedingsindustrie

7. Water & bodem

Het water op de boerderij wordt gebruikt als drinkwater voor de koeien en om de installaties te reinigen. Daarvoor spreekt meer dan de helft van de melkveehouders **alternatieve waterbronnen** aan, zoals regenwater. 7 op 10 melkveehouders laten zich bijstaan met advies om de kwaliteit van de bodem te bewaken.

8. Sociale duurzaambeid

De duurzaamheidsmonitor kijkt ook naar de bredere definitie van duurzaamheid. Dat vertaalt zich onder meer in **lokale verkoop, een sociale rol of uitbreiding van het kennisnetwerk** van de melkveehouder. Zo heeft 19% een nevenactiviteit, zoals een zorgboerderij, hoevewinkel of rondleidingen voor scholen.

Water & bodem

23%
hergebruikt spoelwater

56%
gebruikt alternatieve waterbronnen zoals regenwater

71%
doet analyses van bodem en krijgt bemestingsadvies

“ Meer en meer melkveehouders hergebruiken hun spoelwater. ”

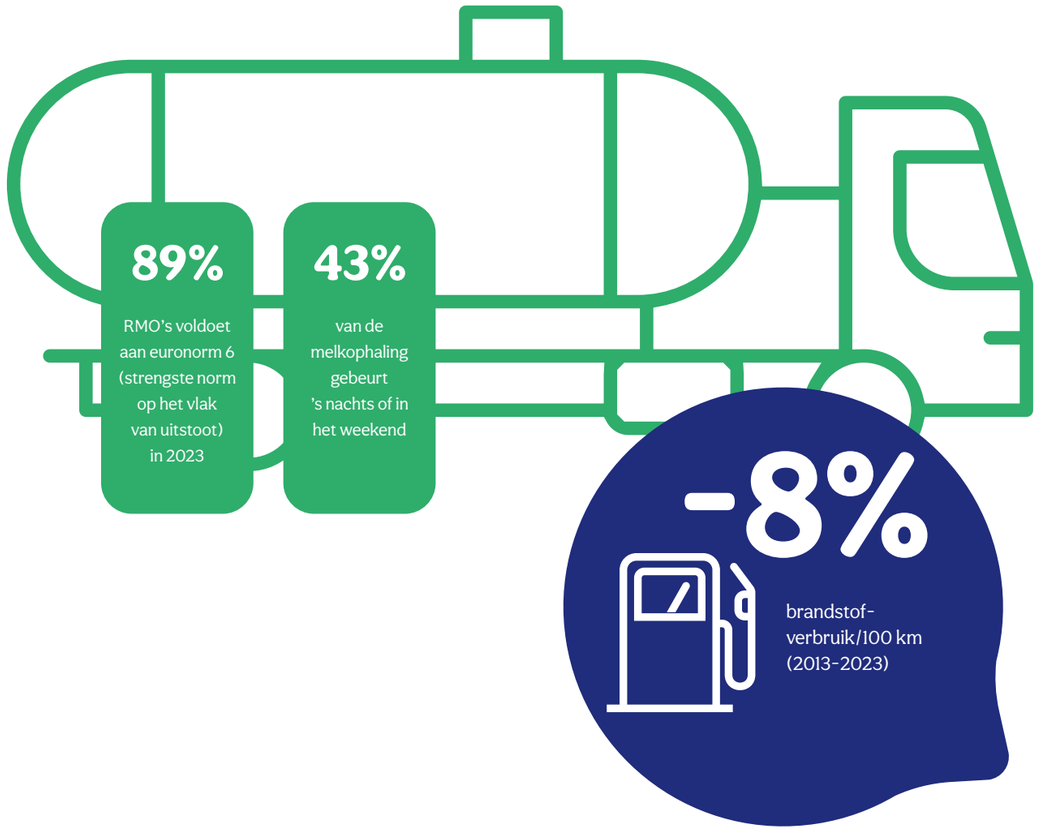


Het melktransport

Al sinds voor het uitrollen van de duurzaamheidsmonitor – sinds 2006 – kijken we verder dan de hoeve en houden we jaarlijks cijfers bij over het transport naar de zuivelfabriek. Dit gaat over de **afgelegde afstand, het brandstofverbruik en de verduurzaming van de melkophaalwagens**. Ook hier zet de verduurzaming zich verder.

16% van de ophaalwagens rijdt op alternatieve, milieuvriendelijkere brandstof en 21% pompt de melk elektrisch op. Verder investeert de sector in het opleiden, sensibiliseren en trainen van chauffeurs op zuinig rijden en worden routes altijd meer geoptimaliseerd. Daarbij wordt er zo veel mogelijk 's nachts of in het weekend gereden, om fileleed te beperken.

Evolutie verduurzaming melktransport



De zuivelverwerking

Ook de zuivelverwerkende bedrijven dragen hun steentje bij richting een meer duurzame zuivelsector. Zuivelverwerkers **investeren elk jaar meer** in capaciteit, modernisering en duurzamer werken, met in 2023 een recordinvesteringsbedrag van 190 miljoen euro. Dat is zo'n 4% meer dan in 2022.

Binnen de verduurzaming van de zuivelindustrie is het hergebruiken van water een belangrijk initiatief. **36%** van al het gebruikte water komt uit alternatieve bronnen, zoals gezuiverd afvalwater of water verkregen uit melk tijdens diverse processen. Dat is onder meer mogelijk dankzij de **vele nieuwe installaties** die water kunnen opzuiveren tot drinkwater, dat opnieuw ingezet kan worden binnen verschillende processen.

Daarnaast blijft het **verduurzamen van verpakkingen** relevant: denk dan aan het verminderen van plastic verpakkingen, het gebruik van gerecycleerde kunststoffen en andere hernieuwbare materialen. De nieuwe installaties die daarvoor gebruikt worden, zijn daarbij veel energie-efficiënter. Met al deze inspanningen en investeringen zorgt ook de zuivelverwerkende sector voor een modernisering en verduurzaming van de hele zuivelsector.

Evolutie verduurzaming zuivelverwerking*

* in 10 jaar (2013-2023) per liter verwerkte melk

-9% energieverbruik

-13% CO_2-uitstoot

-22% waterverbruik

36% water uit alternatieve waterbronnen



Duurzaam werken in de praktijk

Deze melkveebedrijven tonen hoe het kan

De duurzaamheidsmonitor toont dat tal van melkveebedrijven concrete stappen zetten richting een duurzamere zuivelketen. Deze drie boerderijen, met elk hun eigen aanpak en accenten, illustreren hoe je duurzame praktijken in hun alledaagse werking verweven.



Hoeve ’t Alkeveld

Chris Steenhuyse en Leen Gielis runnen elke dag het reilen en zeilen van hun boerderij, horecazaak, hoevewinkel, ijssalon en webshop, met hulp van hun twee vaste werknemers, hun ouders en beide kinderen. De 130 koeien op Hoeve ’t Alkeveld zorgen voor 1.400.000 liter melk per jaar.

Gezonde en gelukkige koeien

Onder het motto “Enkel als de koeien zich goed voelen, zullen ze een topproductie leveren”, heeft alles als doel de koeien op de hoeve gezonder en gelukkiger te maken. Zo kiest Hoeve ‘t Alkeveld voor **vochtdoorlatende matrassen als alternatief voor rubberen matten**: daarmee liggen de koeien comfortabeler en minder warm in de zomermaanden.

“ Comfortabele stallen en 90% regenwater. ”

Zoveel mogelijk regenwater

Hoeve ’t Alkeveld draait al meer dan 10 jaar voor 90% op regenwater. De vorige generatie melkveehouders – de ouders van Chris – vingen regenwater op via een bovengrondse tank van 20.000 liter. Vandaag wordt ongeveer **1 miljoen liter regenwater** in betonnen kelders onder de stallen opgevangen, dat ontsmet en gezuiverd wordt en daarna dient als drinkwater voor de koeien. Het water wordt van de ene ruimte naar de andere gepompt en passeert zo langs de voorkoeler om de melk af te koelen. Verder is Hoeve ’t Alkeveld deels zelfvoorzienend op het vlak van energie, dankzij zonnepanelen, warmwaterproductie met zonneboilers, warmterecuperatie en frequentiesturingen. Vandaag investeren Chris en Leen in extra zonnepanelen.

Zo doet de gemiddelde melkveehouder het



56%

melkveehouders maakt gebruik van alternatieve waterbronnen (zoals regen- en oppervlaktewater)

(t.o.v. 28% in 2014)

Zo doet de gemiddelde melkveehouder het





77%

melkveehouders streeft voedereffiçiëntie na

(t.o.v. 43% in 2014)

Hoeve ’t Leenhof

’t Leenhof is een actieve melkvee- en geitenboederij met 65 koeien en 200 geiten. In 1992 namen Marc en Reinhilde het ouderlijke bedrijf over, die de fakkel op hun beurt doorgaven aan drie van hun kinderen in 2021. Hun dagverse hoevemelk, aperitiefhapjes, kaasplanken, ijstaarten en andere desserts vinden hun weg naar tevreden klanten via de hoevewinkel en de webshop.

Filosofie: van zaadje tot kaasje

Hoeve ’t Leenhof zet zoveel mogelijk in op korte keten. Zo wordt de voeding voor de dieren voor 80% op de boerderij zelf verbouwd, en gaat de koemelk integraal naar de melkerij. De rauwe geitenmelk wordt op ambachtelijke wijze op de boerderij zelf verwerkt tot allerlei verse geitenkazen. De bemesting van het land gebeurt met eigen mest, die ondergronds verwerkt wordt om de stikstofuitstoot en geuroverlast te verminderen. Een maïs- en graskuil zorgt ervoor dat de koeien een volledig jaar kunnen gevoederd worden op basis van één oogst.

Mens en boer dichter bijeen

Ook op maatschappelijk vlak draagt ’t Leenhof haar steentje bij, en dat aan de hand van bezoekmomenten voor groot en klein. Zo willen mensen uit de omgeving (en daar voorbij) in contact brengen met de landbouwsector en inzicht geven in hoe een modern landbouwbedrijf werkt. Zo kan je als bezoeker een rondleiding krijgen door een van de medewerkers mee te volgen doorheen het melkproces. Op de hoeve staan tal van infobordjes met feiten en weetjes verspreid, die bezoekers wegwijs maken.

“ Korte keten en bezoekmomenten ”







Melkveebedrijf Scheirs en De Zuivelarij BV

In 1991 nam Koen Scheirs het melkveebedrijf van zijn vader over. Vandaag heeft hij samen met zijn echtgenote Annick een tweehonderdtal koeien.

Hart voor streekproducten

Ongeveer 2/3 van hun melk gaat naar De Zuivelarij in Berlare, de kaasmakerij van David De Coster die in 2017 opgericht werd. Het was initieel de bedoeling om kleinschalig en als hobby zuivelproducten te maken met melk van boeren uit de buurt. Die hobby groeide intussen echter uit tot een bloeiend lokaal en innovatief bedrijf. Daarvoor rekent De Zuivelarij op boerderijen van een zekere schaalgrootte, en daar is die van Koen en Annick een ideaal voorbeeld van. Samen creëren ze lekkere en lokale zuivelproducten, zoals Berloumi, ricotta en labneh, op een ecologische manier.

Zorgzaam voor omgeving én mens

Koen en Annick hechten veel waarde aan het sociale aspect van hun boerderij. In 2013 werden ze daarvoor al beloond met de titel ‘zorgboer van het jaar’. De mensen van vzw Groene Zorg brengen hen in contact met mensen die mogelijk gebaat zijn met tijd op de boerderij. Deze zorggasten zijn welkom op de boerderij. Koen begeleidt hen het liefst één op één, door hen op de boerderij aan het werk te zetten. De alledaagse dingen zoals samen helpen opruimen, brandhout klaarzetten, samen lunchen over de middag… zorgen voor veel voldoening.

Zo doet de gemiddelde melkveehouder het

19%

melkveehouders breidt haar activiteiten uit met oog op de maatschappij, zoals een kijk- of zorgboerderij, toeristische activiteiten of hoevewinkel

(t.o.v. 4% in 2014)

“ Lokale producten en een sociale insteek ”



© Stephanie Beerlaert





© Getty Images

Zuivel en sport, een geslaagde match

Zuivel en sport, een geslaagde match


© Bonaventure Hoste

In 2024 beleefden we een sportzomer zoals we er nog niet veel meegemaakt hebben: met het EK voetbal, de Tour de France en de Olympische Spelen als hoogtepunten, hadden we nagenoeg elke week een sportevent om naar uit te kijken. Het inspireerde ook heel wat Belgen om meer te sporten.
En wie sportiever wil worden, neemt ook best zijn eetgewoontes onder de loep.
Emma Scheerlinck, docente sportvoeding en sportdiëtiste bij onder andere voetbalclub Feyenoord, onderstreept het belang van zuivel als essentieel onderdeel van een gezond eetpatroon.

Zuivel: veelzijdige bron van voedingsstoffen

Zuivel speelt een belangrijke rol in onze voeding, ook als je niet veel sport. Een gezond eetpatroon bestaat namelijk uit **verschillende voedingsstoffen: eiwitten, koolhydraten, vetten, vitaminen en mineralen**. "Zuivel bevat al die voedingsstoffen, de ene al wat meer dan de ander. Zo zitten zuivelproducten vol calcium dat je botdensiteit bevordert, vitamine B12 dat je immuunsysteem helpt en fosfor dat je energiemetabolisme ondersteunt. Maar de voedingsstof waar zuivel helemaal in uitblinkt, dat zijn eiwitten. Ze bevatten alle essentiële aminozuren die nodig zijn om je spieren te herstellen,' aldus Emma. Zuivel is dus de ideale voedingsbron voor mensen die veel sporten.

Wat eet je best voor het sporten?

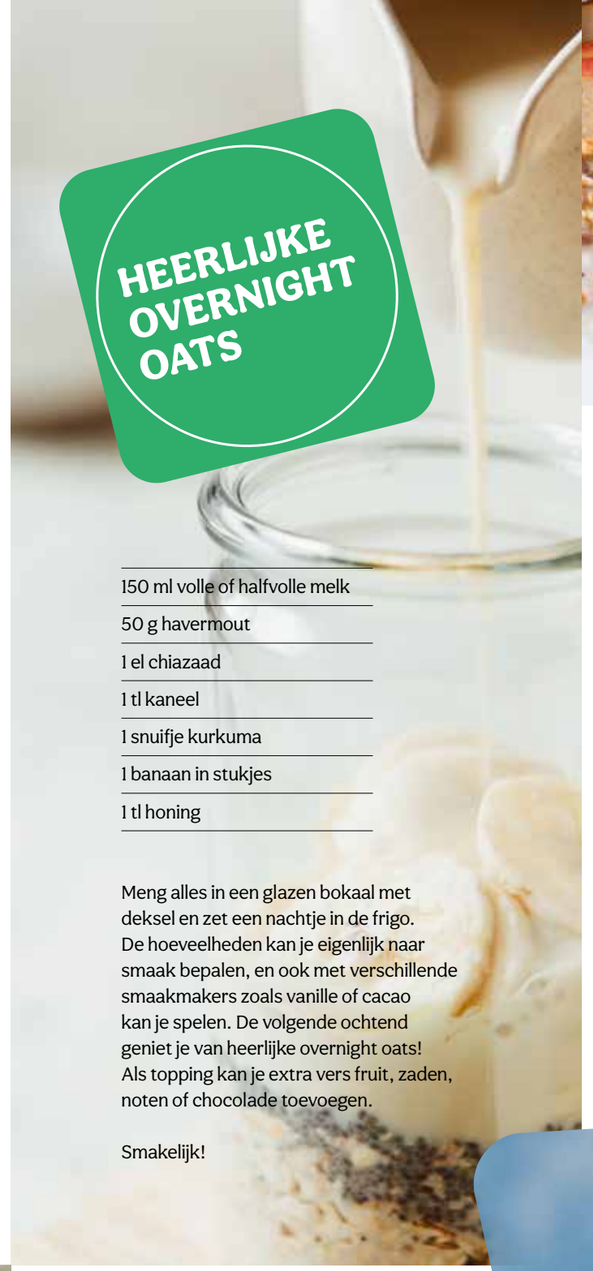
Het is dus kwestie van die voedingsstoffen optimaal te benutten in je sportroutine. Emma deelt haar tips. "Voor het sporten is het belangrijk dat je genoeg energie aan je spieren levert: daarvoor zijn koolhydraten goed. Ook drink je best voldoende water zodat je vochtbalans op peil blijft. Zo vermijd je spierkrampen. Let op met te veel eiwitten voor de inspanning, want ze vertragen de vertering waardoor je mogelijk moet sporten met een volle maag." Enkele simpele pre-workout maaltijden zijn wentelteefjes, een mueslibowl met bijvoorbeeld rood fruit of heerlijke overnight oats met zaden en noten.

> **" Zuivel blijft een van de beste bronnen voor eiwitten. "**

3 TIPS VAN EMMA

1. Giet het **laagje vocht op je yoghurt** niet weg. Dit liquid gold bevat veel wei-eiwitten die extra goed opgenomen worden door je lichaam!
2. Dierlijke eiwitten worden makkelijker opgenomen dan plantaardige eiwitten. Sporters zitten dus goed met zuivel. Voorzie een bron van **eiwit bij elke maaltijd**.
3. Zin in een **snack voor het slapengaan**? Yoghurt of kwark zijn ideaal: ze zitten boordevol caseïne-eiwitten die trager opgenomen worden, waardoor je lichaam de hele nacht profiteert van een optimaal spierherstel.





HEERLIJKE OVERNIGHT OATS

- 150 ml volle of halfvolle melk
- 50 g havermout
- 1 el chiazaad
- 1 tl kaneel
- 1 snuifje kurkuma
- 1 banaan in stukjes
- 1 tl honing

Meng alles in een glazen bokaal met deksel en zet een nachtje in de frigo. De hoeveelheden kan je eigenlijk naar smaak bepalen, en ook met verschillende smaakmakers zoals vanille of cacao kan je spelen. De volgende ochtend geniet je van heerlijke overnight oats! Als topping kan je extra vers fruit, zaden, noten of chocolade toevoegen.

Smakelijk!



Wat met voeding tijdens het sporten?

Emma: "Als je sportsessie maximaal een uurtje duurt, dan is gewoon water drinken voldoende. Wie langer dan een uur sport, moet ervoor zorgen dat zijn spieren genoeg energie krijgen. Voor een snelle energievoorziening ga je best voor snelle koolhydraten, die je vindt in bananen en peperkoek, of energy gels voor professionele sporters." Hoe langer je sport, hoe meer snelle koolhydraten je nodig hebt.

En wat na het sporten?

Na je inspanning focus je op herstel. "We hanteren de **'3 R's of recovery': rehydrate, refuel en repair**. Hydrateren doe je door genoeg water te drinken, je energiereserves tank je bij met koolhydraten, en je spieren herstellen doe je met eiwitten." Voor dat laatste eet je best zuivelproducten met een hoog eiwitpercentage, zoals skyr of cottage cheese. Enkele geschikte snacks voor na je workout? Een herstelsmoothie met melk of yoghurt in, een kom skyr met fruit en zaden of een toast met cottage cheese en wat extra groentes.



> **" Een smoothie met melk na het sporten zorgt voor een sneller spierherstel. "**

Europees onderzoek duurzaam eten & leven

Europees onderzoek duurzaam eten & leven

Ook consumenten willen hun steentje bijdragen voor het klimaat, en zijn daarvoor bereid hun dieet aan te passen. Daarbij eten ze liever minder vlees dan dat ze op zuivel besparen. Dat en meer blijkt uit nieuw onderzoek over duurzaam eten in vier Europese landen.

74%
van de Belgen linkt zuivel aan een betere botgezondheid

Belgen eten minder zuivel dan gemiddeld

Het onderzoek peilde naar de eetgewoonten en meningen van Belgen, Denen, Duitsers en Ieren. Daaruit blijkt dat Belgen significant vaker fruit en groenten eten dan hun mede-Europeanen. En hoewel zuivel een rol speelt in het dieet van 93% de mensen, consumeren we **minder zuivel dan de andere regio's**. De mensen die geen of weinig zuivel eten, doen dat in de eerste plaats omwille van zorgen omtrent dierenwelzijn (29%), nauw gevolgd door lactose-intolerantie (27%) en het feit dat ze zuivelproducten niet graag lusten (24%). We eten het vaakst kaas, melk en boter, gevolgd door yoghurt en room.

93%
geeft aan dat zuivel een rol in hun dieet speelt.

59%
van de Belgen vindt dat zuivel een essentiële of belangrijke rol in hun voeding speelt.

10%
geeft aan dat zuivel onmisbaar is voor een gezond dieet.

De Belg eet graag gezond

Belgen zijn meer dan gemiddeld bezig met gezond eten, en focussen daarbij op een dieet met veel groentes en seizoensproducten. Daarbij is prijs wel een belangrijke factor, en letten ze er vooral op dat hun dieet voedzaam genoeg is. De grootste gezondheidsvoordelen die ze uit zuivel willen halen, zijn op de eerste plaats **een betere botgezondheid – 3/4 van de Belgen haalt calcium aan** – gevolgd door vitamine B2 en B12 (54%) en een gunstig effect op de spijsvertering (27%).

1 op 2
Belgen weet dat zuivel een bron van vitamines is, onder andere B12 en B2.

Liever minder vlees dan minder zuivel

Daarnaast zijn Belgen ook op zoek naar hoe ze duurzaam kunnen eten, en zijn ze net zoals veel Europeanen bereid hun dieet aan te passen voor het klimaat. Daarbij zou maar één op drie besparen op zuivel. **Belgen geven de voorkeur aan andere maatregelen, zoals flexitariër worden en voorverpakte maaltijden overslaan.** De reden waarom ze niet alle zuivelproducten willen vervangen door plantaardige alternatieven, is omdat ze de smaak niet even goed vinden, gehecht zijn aan dierlijke zuivel of de gezondheidsvoordelen van zuivel niet willen missen. Plantaardige voeding maakt volgens de meeste Belgen echter wel essentieel deel uit van een duurzaam dieet, en daarbij denken ze vooral aan groenten, fruit en bonen.

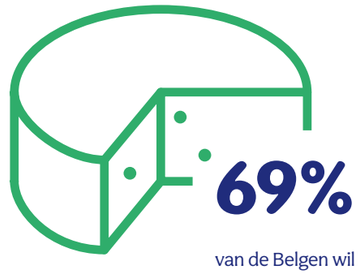
Op vlak van duurzaamheid liggen Belgen het meest wakker van **klimaatverandering, gevolgd door dierenwelzijn en voedselverspilling.** Van andere aspecten, zoals ontbossing, gebruik van gewasbeschermingsmiddelen en afvalvermindering, liggen Belgen minder wakker. Dat ligt waarschijnlijk aan het feit dat deze zaken minder zichtbaar zijn in het dagelijks leven.

51%
van de Belgen vindt dat zuivel in een duurzaam eetpatroon past.



Ook rest van Europa vaker flexitarisch

Ook in de rest van Europa groeit de aandacht voor duurzaam eten, vooral onder jongere generaties en hogere-inkomensgroepen. Meer en meer mensen zijn bereid hun zuivel- en vleesconsumptie te verminderen, maar ze zijn minder geneigd om volledig plantaardig te eten. Dat is onder andere te wijten aan de stijgende prijzen en smaakvoorkeuren. In andere regio's in Europa zit flexitarisme evenzeer in een stijgende lijn. **Veel Europeanen kijken reikhalzend uit naar duurzame zuivelpraktijken**, waarbij mannen, ouders en mensen die regelmatig yoghurt eten in het algemeen meer voorstander zijn. Hun voornaamste redenen zijn zorgen over dierenwelzijn en milieuvriendelijkheid.



69%
van de Belgen wil kaas niet vervangen door een plantaardig alternatief



33%
van de Belgen ziet het niet zitten om minder dierlijke producten te consumeren.

Plantaardige alternatieven als aanvulling op zuivel

Belgische jongeren zijn meer dan mensen uit andere regio's bereid om plantaardige alternatieven te overwegen (46%), maar ze zien **zuivel ook meer dan gemiddeld als een neutrale speler in een gezond dieet**. Deze jonge generatie heeft een vooruitstrevende blik op duurzaamheid, waarbij ze de afweging maken tussen een open geest naar plantaardige voeding en het kostenplaatje. de meest populaire producten die als alternatieven voor zuivel geconsumeerd worden zijn plantaardige dranken en afgeleide producten die als alternatief voor yoghurt geconsumeerd worden.

Imago van zuivel kan duurzamer

Zuivel en andere dierlijke voedingsmiddelen zoals vlees, gevogelte en vis, hebben over het algemeen een minder duurzaam imago. En hoewel **ongeveer de helft van de Europeanen akkoord is dat zuivel deel kan uitmaken van een duurzaam voedingspatroon**, is slechts 8% het daar helemaal mee eens. 1 op 2 Belgen erkent de milieuvriendelijke aantrekkingskracht van zuivelproducten echter wel.

Verder werd duidelijk dat Belgen de inspanningen van Europa om duurzaamheid te promoten binnen de zuivelsector minder erkennen, wat kan bijdragen aan een gebrek aan vertrouwen en steun voor duurzame zuivelinitiatieven. Om daar verandering in te brengen, kunnen we best de voordelen op vlak van ecologie en dierenwelzijn nog meer in de kijker zetten.

De toekomst van zuivel

De toekomst van zuivel

De zuivelsector is volop in beweging. Met de toenemende druk die het klimaat-vraagstuk op onze voedselvoorziening legt, staat de zuivelsector voor een hoop uitdagingen. Een groeiende wereldbevolking voeden, is daar slechts een van. Wat betekent dit voor de toekomst van zuivel? Vijf experts delen hun inzichten.



INGE COENE
VOEDINGSDESKUNDIGE BIJ NICE*

Wat zeggen de algemene voedingsaanbevelingen over zuivel?

De Hoge Gezondheidsraad raadt aan om **250 tot 500 ml melk of melkproducten per dag** te nemen als onderdeel van een gezonde voeding. Dat komt overeen met met twee tot drie porties zuivel. Een portie is bijvoorbeeld een glas melk (150 ml), een potje yoghurt (125 g) of een sneetje kaas (30 g). Veel Belgen halen die richtlijn trouwens niet. Een tip is om al van bij het ontbijt een zuivelproduct te eten. Hip en lekker zijn overnight oats (havermout) of granola met yoghurt en vers seizoensfruit. Maar het mag ook klassiek met een volkoren boterham met (platte)kaas, een glas melk of een yoghurtje toe. Melkproducten zonder toegevoegde suiker krijgen de voorkeur.

“ In een gezond voedingspatroon werken zuivel en plantaardige voedingsmiddelen complementair. ”

Wat is de meerwaarde van zuivel op vlak van nutriënten?

Melk en melkproducten zijn een goede bron van hoogwaardige eiwitten (zij bevatten alle essentiële aminozuren in voldoende hoeveelheden en in een goede verhouding en zijn goed verteerbaar), calcium, vitamine B2 en B12. We zien ook steeds meer bewijs dat het gecombineerde effect van voedingsstoffen in voedingsmiddelen groter of anders is dan het effect van de aparte voedingsstoffen. Dat noemen we het **voedingsmatrixeffect**. De Hoge Gezondheidsraad heeft deze nieuwe inzichten al meegenomen in haar *Food Based Dietary Guidelines* (FBDG) uit 2019.

Bijvoorbeeld: calcium innemen via zuivel zou meer effect hebben op de botgezondheid dan calciumsupplementen. De consumptie van yoghurt hangt samen met een lager risico op diabetes type 2. En ondanks het feit dat kaas meer verzadigd vet bevat, lijkt het het risico op hart- en vaatziekten niet te verhogen. Het fermentatieproces en de typische structuur van yoghurt en kaas kunnen hierin ook een rol spelen. Deze unieke combinatie van voedingsstoffen in zuivel valt moeilijk te imiteren.

Zie je die aanbevelingen in de toekomst veranderen, met het oog op een klimaatvriendelijker voedingspatroon?

In het globale landbouw- en voedselsysteem zijn zeker nog aanpassingen nodig, maar **dat doet niets af aan de unieke meerwaarde van zuivelproducten** als onderdeel van een duurzame en gezonde voeding. Onze huidige voedingsaanbevelingen houden trouwens al rekening met bepaalde milieu-effecten. In een gezond en meer plantaardig voedingspatroon werken zuivel en plantaardige voedingsmiddelen complementair: zuivel brengt belangrijke voedingsstoffen aan die in mindere mate voorkomen in plantaardige voedingsmiddelen en omgekeerd. Een duurzaam en klimaatvriendelijk voedingspatroon moet ook volwaardig en gezond zijn. Wie zuivel zonder meer uit de voeding schrapt, loopt meer risico op onvoldoende inname van bepaalde voedingsstoffen zoals calcium, vitamine B2 en B12. Bij kwetsbare groepen zoals ouderen en andere kleine eters moet ook de eiwitinname in het oog worden gehouden.

Plantaardige alternatieven voor zuivel kunnen variatie bieden in de voeding. Maar enkel alternatieven op basis van soja die verrijkt zijn met calcium en met de vitaminen B2 en B12 kunnen zuivel nutritioneel vervangen. Naar het gezondheidseffect van hun voedingsmatrix, die totaal anders is dan die van zuivel, is nog meer onderzoek nodig.

Als we willen dat mensen gezonder en meer milieuverantwoord gaan eten, dan mogen we evenmin vergeten dat mensen ook lekker willen eten en ervan genieten. Zuivelproducten zijn vertrouwde producten voor ons. Zij bieden een breed scala aan diverse smaken en structuren en zijn veelzijdig in gebruik. Zuivel draagt met andere woorden op een makkelijke en smakelijke manier bij tot een volwaardige, gezonde en milieuverantwoorde voeding.

* NICE (Nutrition Information Center) – www.nice-info.be



Wat is het voedingsmatrixeffect?

Voedingsmiddelen bestaan uit verschillende nutriënten vervat in een specifieke structuur. Niet alleen de aanwezige nutriënten maar ook hun onderlinge interactie en de complexe voedingsmatrixstructuur bepaalt de gezondheidseffecten. Allerlei fysische en scheikundige factoren kunnen de vertering en de absorptie van nutriënten beïnvloeden en bijgevolg ook hun uiteindelijke gezondheidseffect.



> “ Welk landbouwconcept de toekomst ook domineert, er zal altijd plaats zijn voor zuivel. ”



VEERLE VAN LINDEN
BIO-INGENIEUR MILIEUTECHNOLOGIE BIJ ILVO

Hoe belangrijk is de melkveehouderij in een circulair landbouwsysteem?

“Met heel veel moeite zou je in principe elk onderdeel van de melkveehouderij kunnen vervangen door een alternatief. Maar dan mis je wel heel wat **voordelen die verbonden zijn aan de melkveehouderij**.

Denk bijvoorbeeld aan de dierlijke mest die geproduceerd wordt. Die blijft onmisbaar en moeilijk duurzaam te vervangen. Daarnaast zijn weilanden voor bepaalde gronden de beste invulling. Vee zet er de anders niet-verteerbare grassen om in verteerbare eiwitten. Dit wordt **de humane eetbare eiwit-efficiëntie** genoemd. Vooral wanneer ze begraasd worden, slaan weilanden ook veel koolstof op – ondergronds zelfs evenveel als bossen. Nog een circulair voordeel: dankzij hun vier magen werken koeien meer vezelrijke reststromen uit de voedingsindustrie weg dan bijvoorbeeld varkens.

Vergeet ten slotte niet dat de **melkveehouderij meewerkt aan de landschapsvorming**. Weiland biedt ook een specifieke biodiversiteit – denk aan weidevogels – die bossen niet hebben.”

Hoe ziet de melkveehouderij van de toekomst eruit?

“Melk blijft economisch gezien een belangrijk product. Het hele ecosysteem rond onze lokale melkproductie zal ook een belangrijk economisch gewicht behouden. Het wordt een troef dat de melk van bij ons zo eco-efficiënt mogelijk wordt geproduceerd, met aandacht voor een gezonde bodem, water en lucht en doordacht gebruik van energie, water, diervoeders en technologie.” ILVO verkende recent een reeks innovatieve melkveehouderij-concepten. Daarin wordt de (ecologische en economische) oefening gemaakt hoe een melkveehouder een bepaald percentage van zijn inkomen kan verschuiven van (iets minder) melk naar bijvoorbeeld energieopwekking, agroforestry, etc. Daarin zitten interessante denkpistes die samen met de landbouworganisaties zijn uitgewerkt.



Hoe zien dergelijke toekomstscenario’s voor de melkveehouderij er concreet uit?

“Van de tien concepten voor innovatieve melkveehouderij hebben we er twee gedetailleerd uitgewerkt: de ‘melkveestromenboer’ en de ‘melkveehoutboer’. **Het concept van de melkveestromenboer is gebaseerd op circulariteit.** De melkveehouderij sluit zoveel mogelijk kringlopen en herbruikt zijn reststromen. Er wordt niet alleen gekeken naar hergebruik binnen het eigen bedrijf, maar ook naar het integreren van externe stromen, zoals het vergisten van organisch materiaal. Dit concept voorziet ook in energieproductie voor de omgeving.

Een ander concept is dat van **de melkveehoutboer: een mix van agroforestry en natuurbeheer**. Deze boer zet sterk in op houtige gewassen zoals (noten)bomen. Naast melkproductie is er dus een tweede economische stroom door verkoop van noten. Er is ook meer koolstofopslag. Voederbomen doen de koeien goed en de kruidenrijke graslanden en houtkanten bieden extra biodiversiteit. Het hout wordt gebruikt voor strooisel of energieproductie. De veedichtheid is iets lager, wat voor lagere lokale emissies zorgt en beter past in de buurt van natuurgebied. **Inzetten op één type is natuurlijk niet haalbaar, noch wenselijk, je hebt een veelheid aan types nodig.** Elk type heeft voordelen en beperkingen.

Zuivel zal binnen de agro-industrie altijd blijven bestaan. Maar we moeten naar een evenwicht waarin het naast al het andere kan bestaan. En welk concept of welke toekomst ook de bovenhand neemt: ik hoop dat we dat doen mét de melkveehouders en met een duidelijk en rechtszeker toekomstperspectief. Nu gebeurt het nog te vaak zonder hen. Er wordt hen vanalles opgelegd, zonder veel duidelijkheid. **De juiste mensen aan tafel** om over de toekomst te beslissen, daar wacht ik op.



> “ We moeten alle hulpmiddelen inzetten om zuivel duurzaam te houden, want we zijn een sterke regio met veel kennis en capaciteit. ”



PETER DE JONG,
HOOFDWETENSCHAPPER VOEDSELVERWERKING BIJ ONDERZOEKSCENTRUM NIZO

“ Zuivel zal belangrijk blijven. Het duurt misschien nog jaren voordat plantaardige alternatieven een werkelijk alternatief zijn.”

Wat zegt onderzoek over de duurzaamheid van melk versus plantaardige drinks?

“Hier is het belangrijk om zowel de voedingswaarde als de voetafdruk te bekijken. Water is bijvoorbeeld duurzamer dan melk, maar bevat geen nutriënten. Veel cijfers over voedselduurzaamheid spreken enkel over de CO2-uitstoot per kilo, terwijl het interessanter is om ze uit te drukken in verhouding tot de voedingswaarde. Ons onderzoek gebruikt verschillende criteria om melk met plantaardige dranken te vergelijken: voedingsstoffen, eiwitverteerbaarheid en essentiële aminozuren. Een plantaardig alternatief heeft doorgaans een lagere CO2-voetafdruk per kg dan halfvolle melk. Maar wanneer je die CO2-uitstoot afzet tegen de voedingsstoffen, dan heeft halfvolle melk een lagere voetafdruk – met sojadrink als uitzondering. Verder benadrukt de studie dat je niet alleen naar de samenstelling moet kijken, maar ook naar hoe het voedsel wordt opgenomen in het lichaam.

Ook **de wijze van bereiding van plantaardige alternatieven** is belangrijk. De emissie van de verwerking van grondstoffen tot plantaardige dranken zelf is 3 tot 4 keer zo hoog dan die van melk. Ook voor onze gezondheid is dit belangrijk. Intensieve verwerking bij hoge temperaturen en/of in zuur milieu kunnen zorgen voor negatieve bijproducten. Vanwege de vele facetten blijft het moeilijk om kwaliteits- en duurzaamheidseisen op een goede manier te vergelijken. Voor veel plantaardige alternatieven zijn slechts enkele levenscyclusanalyses voor het bepalen van de emissies beschikbaar, wat vragen oproept over de betrouwbaarheid van studies die daarop gebaseerd zijn. De duurzaamheid van melk daarentegen is goed gedocumenteerd.”

Hoe kunnen we consumenten helpen om nu en in de toekomst duurzame, gezonde keuzes te maken?

“De Nutri-Score kijkt alleen naar voedingswaarden. We merken dat die voor verwarring zorgt. Als we er duurzaamheid aan koppelen, zoals de uitstoot per kilo of per voedingsstof, wordt het nog complexer. Daarom is het belangrijk de consument goed te informeren. Het is de **rol van de overheid en zuivelcoöperaties om de consument goed te informeren over deze nuances**, aan de hand van een heldere communicatiestrategie.

De maatschappelijke druk op de boeren neemt toe. De perceptie leeft onterecht dat zij een grote veroorzaker van milieuproblemen zijn. Boeren produceren waardevolle voedingsmiddelen en dat kost energie en leidt inherent tot emissies. We moeten beseffen dat het hier gaat om de eerste levensbehoefte van de mens. Het is opvallend dat de boeren in staat blijken om in relatief korte tijd de productie van melk te verduurzamen. De plantaardige sector zal moeten volgen en op zoek moeten naar minder intensieve bewerkingen. De zuivel levert al eeuwen een mooi product. Dat was zo, is zo en zal zo blijven. Goede, eerlijke voorlichting is belangrijk!

Ik verwacht dat zuivel een belangrijke rol blijft spelen. Het duurt misschien nog 30 jaar voor we een evenwichtiger beeld hebben van de voordelen van zuivel en hun plantaardige alternatieven. Het imago van margarine is doorheen de jaren ook genuanceerder geworden. Misschien hebben we hiervoor ook zoveel tijd nodig om de waarheid te achterhalen.”

“ Zuivel van bij ons heeft unieke troeven om de groeiende wereldbevolking te voeden én een rol te spelen in het klimaatvraagstuk. ”



LIEN CALLEWAERT
DIRECTEUR BCZ-CBL

Hoe ziet een duurzaam voedingspatroon eruit, en kan zuivel daar deel van uitmaken?
“Een duurzaam voedingspatroon is voedzaam voor zowel de huidige als de toekomstige generaties, met zo weinig mogelijk impact op het milieu. Verder moet het cultureel aanvaardbaar, toegankelijk en betaalbaar zijn. **Op al die aspecten scoort zuivel best goed.** Zo is het op vlak van voedzaamheid een goede keuze dankzij zijn nutriënten-dichtheid. 73% van de Belgen consumeert dagelijks minstens één zuivelproduct, dit toont hoe diepgeworteld het in onze cultuur zit. Ook de betaalbaarheid zit goed. Als je zuivel vervangt door andere voedingsmiddelen, betaal je vaak meer om dezelfde voedingsstoffen binnen te krijgen.”

“Dan rest er nog milieu”, aldus Lien. “Op vlak van duurzaamheid zet de Belgische zuivelsector zich al actief in, onder andere met de duurzaamheidsmonitor. Sinds 2014 onderzoeken we voor elke schakel van de zuivelketen welke duurzaamheidsinitiatieven worden genomen. Tien jaar geleden nam de gemiddelde melkveehouder negen duurzaamheidsinitiatieven, in 2024 zijn dat er maar liefst drieëntwintig.

Dat al heel wat inspanningen werden geleverd, zien we ook terug in de **dalende koolstofvoetafdruk van Belgische melk**. Volgens een recent onderzoek van ILVO zit die wereldwijd bij de besten van de klas. Ook werkt de melkveehouderij al heel circulair door o.a. nevenproducten uit de voedingsindustrie te benutten en lokale voeders te gebruiken. Grazende runderen zetten daarenboven gras (dat niet geschikt is voor menselijke voeding) om in hoogwaardige voedingsmiddelen. En het blijvend grasland van een melkveehouderij vangt koolstof even goed op als bosgebied.”

Welke uitdagingen heeft de toekomst in petto voor de zuivelsector?
“We mogen niet vergeten dat we een groeiende wereldbevolking moeten voeden, te midden van een klimaatproblematiek. Daarom moeten we de rol van zuivel holistisch bekijken, door het voedings- en duurzaamheidsvraagstuk gezamenlijk aan te pakken. Zuivel van bij ons heeft unieke troeven om bij te dragen aan de oplossing van beide vraagstukken. De duurzaamheidsmonitor laat zien dat de sector al een mooi traject heeft afgelegd, maar we moeten ons blijven inzetten – het verkrijgen van een ‘license to produce’ hangt af van onze inspanningen.



Daarvoor rekenen we onder andere op klimaatscans. Die maken de koolstofvoetafdruk van melkveehouders inzichtelijk en vertellen welke stappen voor hen het meest logisch en effectief zijn. De uitdagingen zijn multifactorieel, en er bestaat geen ‘one size fits all’-oplossing. Niet alle maatregelen zijn even haalbaar voor elke melkveehouder – je eigen energie opwekken is bijvoorbeeld goed, maar niet iedereen kan een windmolen plaatsen.

Net daarom is een brede aanpak cruciaal: een die uiteenlopende initiatieven omvat en de diversiteit van de sector in rekening neemt. Alleen zo kan de hele sector in beweging gezet worden. Dat heeft veel **meer effect** dan enkelingen die binnen een strikt kader initiatief nemen. In het recent gelanceerde duurzaamheidscharter van MilkBE, de brancheorganisatie voor zuivel, engageren zuivelverwerkende bedrijven zich dan ook om naast de verduurzaming van hun eigen verwerkingssites, ook melkveehouders te blijven ondersteunen in hun verduurzamingsproces. Duurzaamheidsprogramma’s worden uitgerold, duurzaamheids-premies worden toegekend, en zuivelverwerkers ondersteunen ook actief de uitrol van klimaatscans.

“ De zuivelsector is zich bewust van de uitdagingen die voor ons liggen. Tegelijk zijn we overtuigd van de veerkracht en dynamiek van de sector om deze uitdagingen aan te gaan, op voorwaarde dat de invulling realistisch en effectief is. ”

“ Met voldoende ambitie kunnen we het evenwicht tussen landbouw en natuur terugbrengen, de boer terug autonomie geven en een eerlijk inkomen voor de boer garanderen. ”



JEROEN WATTÉ
AGRO-ECOLOOG EN INNOVATIEMAKELAAR

Wat is agro-ecologie en wat zijn de voordelen?
Agro-ecologie kijkt op een geïntegreerde manier naar landbouw en natuur en de samenleving. Je zetde biodiversiteit in als productiefactor, om de autonomie van de boer te verhogen en landbouw veerkrachtiger te maken. Maar vereng agro-ecologie niet tot praktijken of wetenschap, het is ook een wereldwijde sociale beweging voor een rechtvaardig voedselsysteem.

Zelf verdiepte ik me de laatste jaren inde bodem. Onderzoek wijst uit dat de bodemkwaliteit van een onschatbaar belang is voor de biodiversiteit,voor de opbrengst van de boer en de uiteindelijke voedingswaarde. Regeneratieve landbouw brengt het zelfherstellend vermogen van de bodem terug. In plaats van de nodige nutriënten via kunstmest aan de bodem te geven, gaan we naar een kringlooplandbouw, waarin de bodem zichzelf kan herstellen en zo een nieuw verdienmodel wordt. Daar zitten ook voordelen in voor de maatschappij en de natuur. Boeren worden zo minder afhankelijkvan leveranciers en dus ook van overzeese soja- of kunstmestprijzen. Alleen moeten we die voordelen beleidsmatig ondersteund krijgen en dat is vaak nog vechten tegen de bierkaai. Voor de overheid is mest gelijk aan mest, ongeacht hoeveel ammoniak erin zit.

Hoe ziet een agro-ecologische zuivelboerderij eruit?
Belangrijk om te weten: agro-ecologie is niet hetzelfde als biologische landbouw. Er zijn uiteraard veel raakvlakken, maar waar de biolandbouw met een lastenboek werkt, kan je agro-ecologie meer zien als een ‘lustenboek’ waar je als landbouwer uit haalt wat voor jou werkt.



De ene boer zal bierdraf gebruiken als gedeeltelijke vervanger van krachtvoer – door die reststroom te gebruiken bespaar je wat importsoja. Een andere gaat wat verder en laat de herkauwers dagelijks- roteren over kruidenrijk grasland voor grasvoer, meer welzijn en natuurlijk gedrag. Of iemand plant bomen voor de koeien, die kunnen dienen als medicijnkastje waaruit ze de nodige mineralen halen, en tannines die de methaanuitstoot reduceren.

Het fijne is dus dat het voor iedereen toegankelijk is. Veel melkveehouders zijn ook al in meer of mindere mate bezig met principes uit de agro-ecologie. We moeten af van die tegenstelling tussen natuur en landbouw.

Hoe kunnen agro-ecologische toepassingen de standaard worden?
Als we willen dat boeren omschakelen, moeten we ze de mogelijkheid en perspectief geven. Alles begint dus met een correcte prijs voor hun product.

We kunnen ook nog meer inzetten op kwaliteit en gezondheid. Melk is niet zomaar melk. De pioniers die grasmelk afleveren hebben een beter product in handen. Het is wetenschappelijk aangetoond dat melk afkomstig van dieren die op een biodiverse weide gegraasd hebben veel rijker is aan gezondheidsbevorderende fytonutriënten. Met een goed marktmodel haal je meer winst uit kwaliteitsproducten. Goede kaasmakers weten dat al langer – de Fransen zijn daar heel goed in met hun streekproducten.

Niet onbelangrijk in het agro-ecologische verhaal: onafhankelijk advies en horizontale boer-tot-boer kennisuitwisseling. Als innovatiemakelaar breng ik mensen samen rond innovatie in de agro-ecologie. Pioniers spelen een sleutelrol om hun collega’s mee te krijgen. Die interview ik dan ook in mijn podcast “Pier review - brengt de bodem tot leven”.

De toekomst is, volgens mij, aan minder koeien, maar wel koeien die op gras en ook meer op akkerland de groenbemesters gaan af grazen. Met voldoende ambitie kunnen we het evenwicht tussen landbouw en natuur terugbrengen, en de boer zijn autonomie teruggeven.

“ Ook in het klimaat-verhaal kunnen we herkauwers op een positieve manier inzetten. Maar dat vraagt flexibiliteit over welke plaats we dieren geven in de landbouw. Minder hotelkoeien, meer grazende dieren. ”

SAMEN NAAR EEN DUURZAMERE TOEKOMST VOOR EUROPA



Gefinancierd door de Europese Unie. De hier geuite ideeën en meningen komen echter uitsluitend voor rekening van de auteur(s) en geven niet noodzakelijkerwijs de ideeën of meningen van de Europese Unie of het Europees Uitvoerend Agentschap onderzoek (REA) weer. Noch de Europese Unie, noch de steunverlenende autoriteit kan ervoor aansprakelijk worden gesteld. Voor advies over evenwichtige, gezonde voeding kunt u de voedingsaanbevelingen van de Hoge Gezondheidsraad raadplegen: https://www.health.belgium.be/sites/default/files/uploads/fields/fpshealth_theme_file/20191011_hgr-9284_fbdg_vweb.pdf