

Meatless
monday
יום שני ללא בשר

צעד קטן
שמשנה את העולם

Meatless
monday
יום שני ללא בשר

כמה מילים על
הסיפור שלי...



Meatless
Monday
יום שני ללא בשר

סר פול מקרטני נותן השראה



The image is a composite of three parts. The top left shows a screenshot of a Guardian news article titled "Paul McCartney backs 'Meat Free Monday' to cut carbon emissions". The top right shows a photo of Paul McCartney speaking at a podium with a banner that reads "SIR PAUL MCCARTNEY Meat Free Monday". The bottom part is a promotional banner for Meat Free Monday featuring Paul, Mary, and Stella McCartney sitting at a table with vegetables. The banner includes the text "Join us and see how one day a week can make a world of difference - PAUL, MARY AND STELLA MCCARTNEY" and a "SIGN UP >" button. A circular logo with a heart and the text "Meat Free Monday" is also present.

Meat Free Monday

Join us and see how one day a week can make a world of difference -
PAUL, MARY AND STELLA MCCARTNEY

SIGN UP >

**Meatless
Monday**
יום שני ללא בשר

בשנת 2003

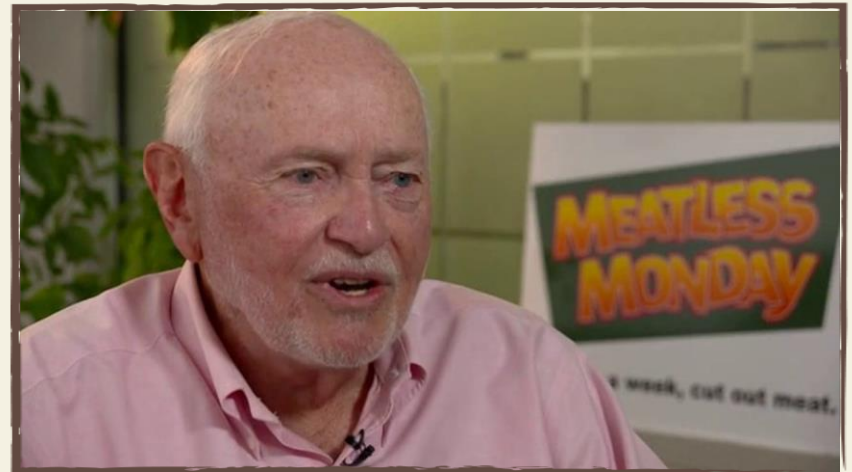
קם לתחייה במסגרת המלחמה בהשמנה
(ועבר לימי שני)

כיום – תנועה עולמית



JOHNS HOPKINS
BLOOMBERG SCHOOL
of PUBLIC HEALTH

Meatless
Monday
יום שני ללא בשר



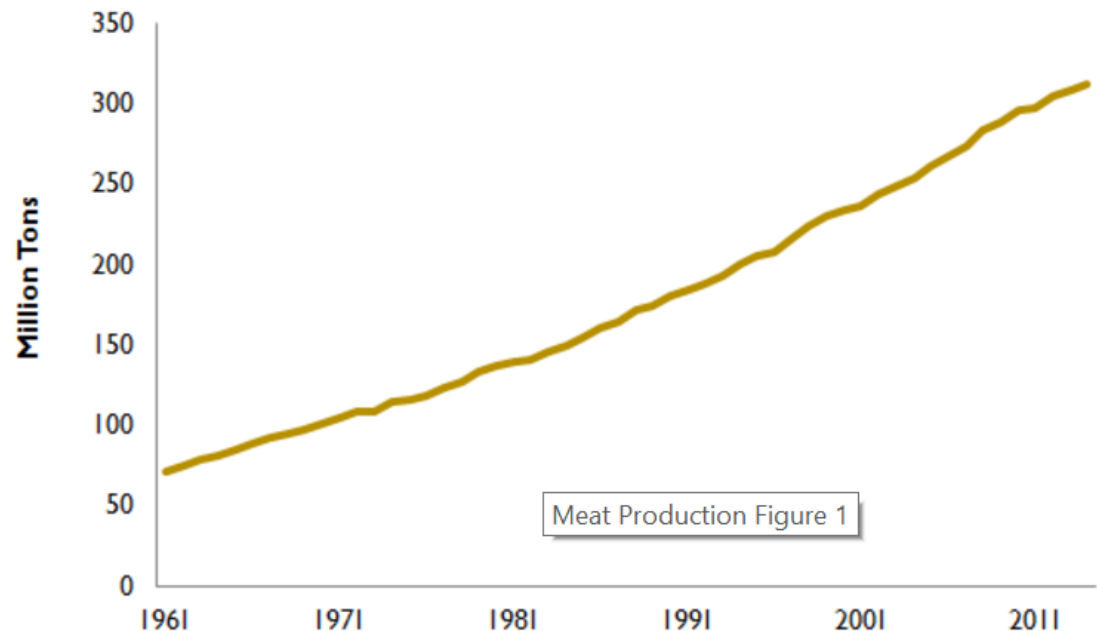
ייצור הבשר בעולם גדל פי 5 ב-50 השנה האחרונות

צריכת הבשר
צפויה לעלות
ב- 75% עד
שנת 2050

Chatham House "Changing
Climate, Changing Diet" 2015

**Meatless
monday**
יום שני ללא בשר

Figure 1. | **World Meat Production, 1961-2014**

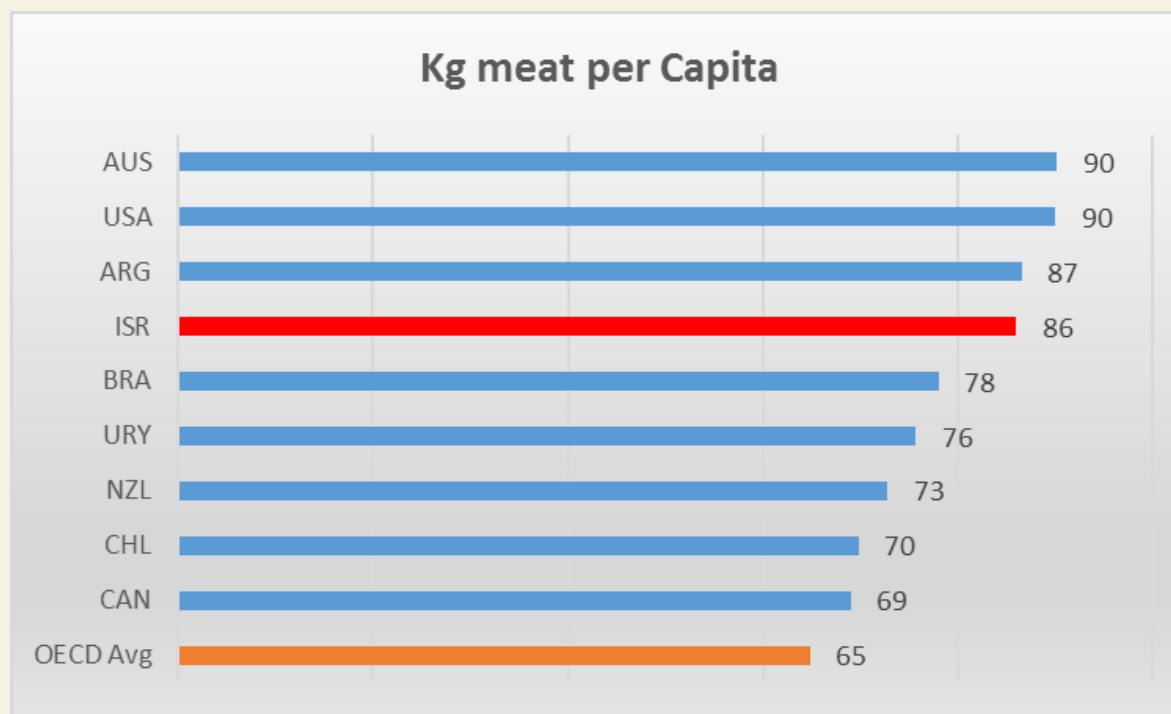


©Worldwatch Institute

Source: FAO, FAOSTAT

ישראל היא מעצמת בשר עולמית

ישראלי ממוצע צורך **86 ק"ג בשר** (בקר, עוף, הודו, חזיר) בשנה



OECD-FAO Agricultural Outlook (Edition 2015)

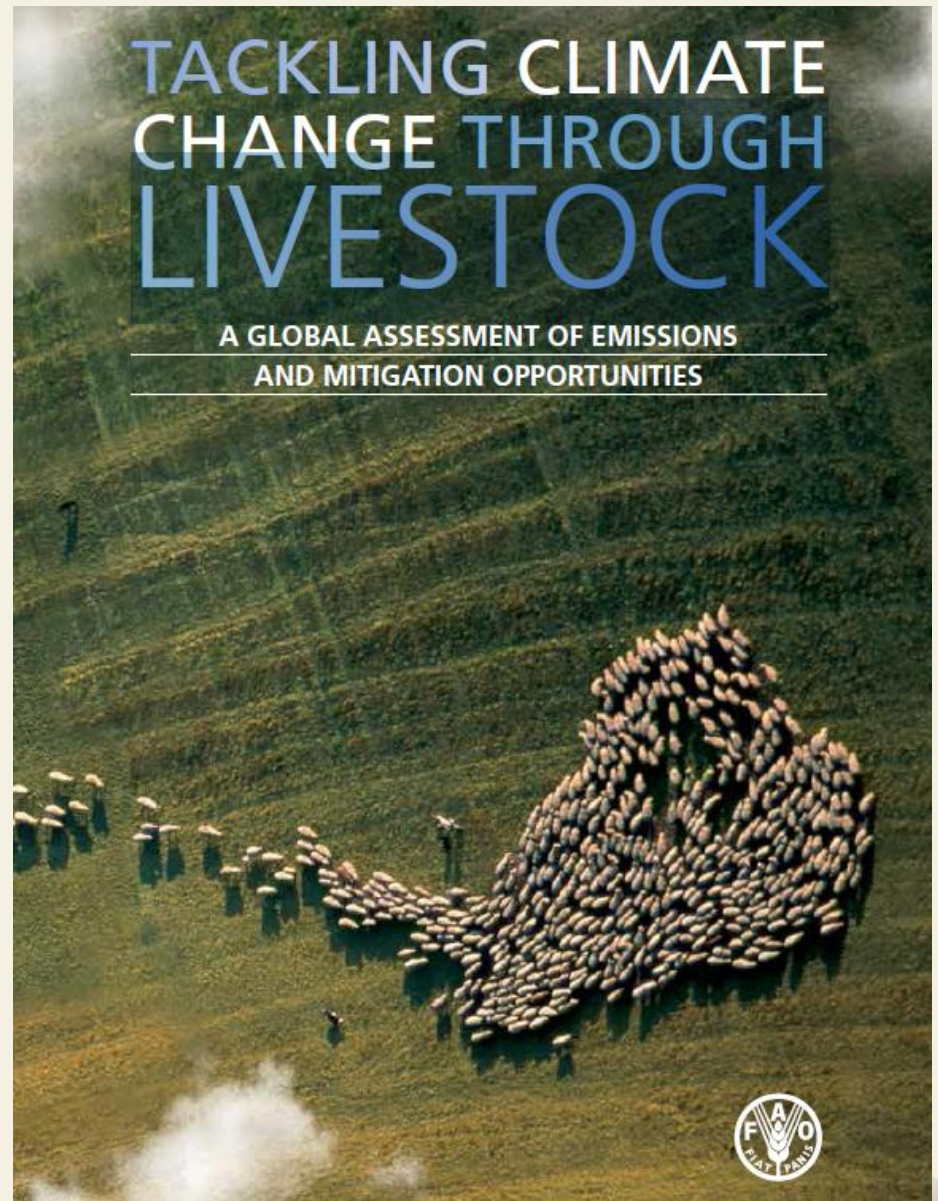
משק החי אחראי
ל-14.5% מפליטות
גזי החממה



יותר גזי חממה
מתחבורה!

*Food and Agriculture Organization of the United
Nations (FAO), 2013 report*

**Meatless
Monday**
יום שני ללא בשר



70% מיערות הגשם נכרתים לצורך מרעה או גידול מזון לבעלי חיים



תעשיית הבשר מכלה משאבים



לייצור מזון מן החי נדרש פי 3-6 שטח לעומת
מזונות צמחיים



ייצור בשר מבזבז פי 25 דלק לעומת מזון מהצומח



ייצור קילו בשר מבזבז פי 10 מים מייצור קילו חיטה

ומה לגבי הבריאות?

ארגון הבריאות העולמי קבע
שבשר מעובד מסרטן

מחקרים רבים מראים שצריכת
יתר של בשר מגבירה את הסיכון
לחלות בסוכרת, מחלות לב וסוגים
מסוימים של סרטן

רוב האנטיביוטיקה בעולם
משמשת את משק החי

בישראל העוף נגוע בחיידקים כמו
E. Coli, סלמונלה, קמפילובקטר
וליסטריה



אז מה כן לאכול? תזונה ים תיכונית

בעיקר ירקות ופירות, דגנים מלאים,
קטניות, אגוזים וזרעים

לצמצם צריכת בשר אדום ובשר מעובד
לגוון

משרד הבריאות בישראל
ממליץ

לכלול חלבונים מהצומח לפחות
פעמיים בשבוע, לגוון את מקורות החלבון
לא חייבים לאכול בשר בכל יום



יום שני
ללא בשר
במקומות
העבודה

יותר ויותר ארגונים מאמצים מיטלס מאנדיי



1. לתת מענה לביקוש גובר של העובדים למזון בריא יותר ולהגדיל את המגוון
2. להפגין את מחויבותם לבריאות העובדים ולעודד יישום של התזונה הים תיכונית
3. להדגיש את מחויבותם לשימור הסביבה ולקיימות
4. כדי להוזיל עלויות



הכנסת הכניסת THE KNESSET



ידיעות אחרונות



חברת החשמל



... וככה זה נראה



מה הארגונים אומרים על מיטלס מאנדיי?

הבסיס הינו יצירת מודעות
ורצון הסועדים למנות
צמחוניות ללא "כפייה"



היה קצת קשה בהתחלה
בקיבוץ אבל ככל שממשיכים
זה מסתדר. כיום מחכים ליום
הזה!



בזכות הקמפיין מגוון המנות
הצמחיות התרחב מאוד

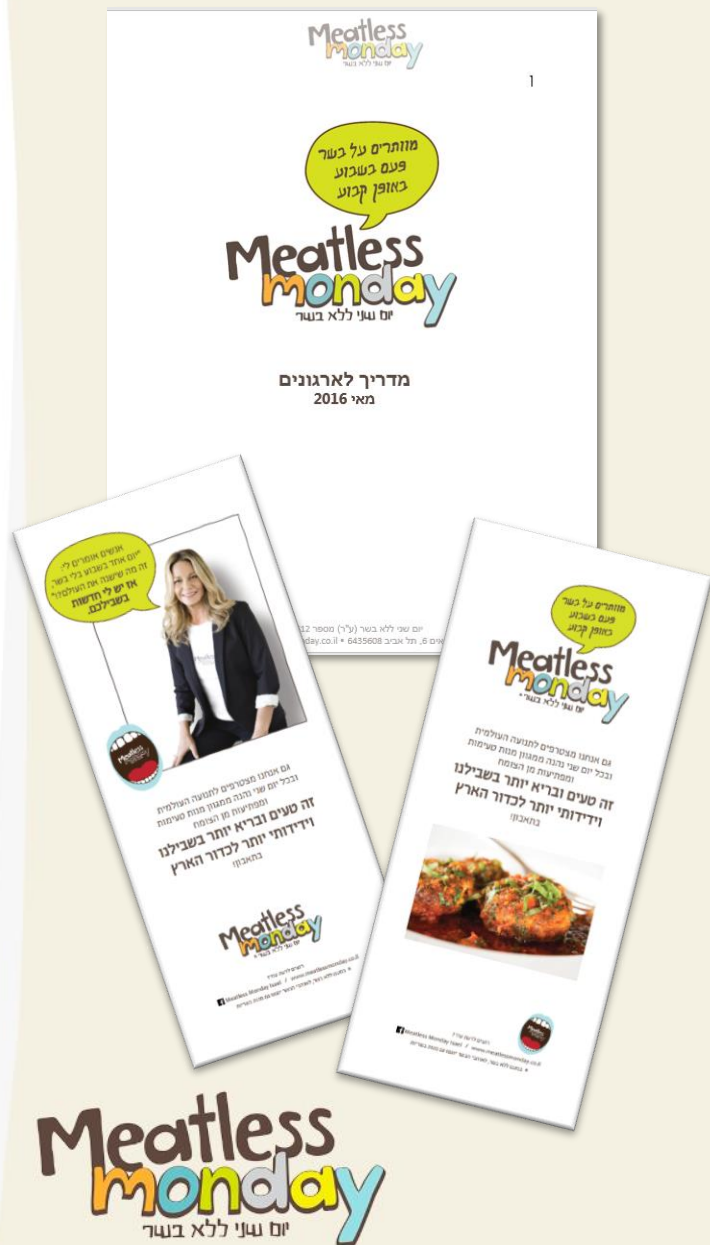
** מבחן התוצאה: אחוז הסועדים
שבוחרים במנות הצמחוניות
בחדר האוכל הבשרי עולה באופן
משמעותי (לעיתים מעל 50
אחוז)



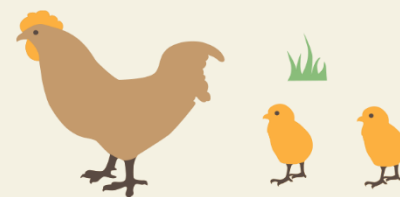
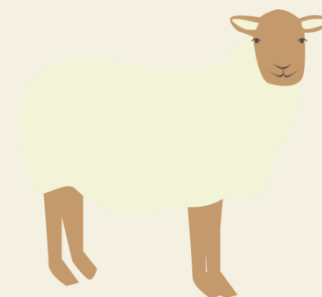
למה לא להוסיף יום נוסף
בדגש צמחוני?

במה נוכל לעזור לכם?

1. פגישה עם מקבלי ההחלטות באתר
2. חומרי הסברה ותקשורת
3. הרצאה של מיקי חיימוביץ (בתשלום)
4. עבודה עם חברת הסעדה, רעיונות ומתכונים למנות מהצומח
5. חיבורים לאחרים שמאמצים את הקמפיין



יום אחד ללא בשר יכול
לשנות את העולם



תודה!