

Beste lezer,

De vorige keer heb ik u beloofd om iets moois te vertellen over de veevoederindustrie. Daar heb ik een voorbeeld gezien die navolgenswaardig is voor de 'mensvoederindustrie'.

In een voorgaande nieuwsbrief schreef ik over **fytinezuur**. Alle zaden, ook noten, bevatten fytinezuur. Dit zuur zorgt ervoor dat zaad niet voortijdig ontkiemt. Echter fytinezuur bindt vitamines en mineralen. Het bakken van zuurdesembrood is tijdrovend. Maar het mooie is dat tijdens het lange rijpsproces het enzym fytase (ook van nature aanwezig in granen) het fytinezuur afbreekt. Dit is de reden waarom zuurdesembrood beter is dan

gistbrood.

In de diervoederindustrie zijn ze al lang op de hoogte van de nadelen van fytinezuur. Varkens, kippen en kalveren zijn niet geschapen om bonen (soja) te eten. Deze bonen zijn rijk aan fytinezuur. Om de dieren toch nog enigszins gezond te houden, wordt het enzym fytase aan het voer toegevoegd.

De mens heeft het zelfde probleem. Ook ons lichaam heeft, als de voeding rijk is aan fytinezuur, moeite met het opnemen van



vitaminen en mineralen. Waarom voelt de 'mensvoederindustrie' zich hier niet verantwoordelijk voor en de diervoederindustrie wel?

Het antwoord is geld.

Bij de diervoederindustrie is het over het algemeen zo dat boeren het voer betrekken van één leverancier. Merkt een boer dat het voer slechte resultaten geeft dan kan het naar een andere leverancier gaan. Deze boer zal in contacten met andere boeren verhalen over de slechte resultaten. U begrijpt dat de leverancier het risico loopt meer klanten te verliezen.

Wat we ook zien bij de diervoederindustrie is dat de eigenaren van een veevoederfabriek zelf kalveren hebben. Deze stallen ze bij verschillende boeren. Die boeren krijgen voor het verzorgen van de dieren een vergoeding op contractbasis. De diervoederindustrie heeft er belang bij dat de dieren zo gezond mogelijk opgroeien. Alleen dan groeien ze snel. Hoe eerder slachtrijp de dieren zijn, hoe groter de verdiensten zijn voor de diervoederindustrie.

Zie ook de volgende link. <http://www.demolenaar.nl/2009/05/14/tno-ontdekt-nieuwe-klasse-van-fytases/>

Vorig jaar werd er in de Tweede Kamer gesproken over de stijgende zorgkosten. Vanuit de praktijk blijkt dat laagopgeleiden in verhouding meer zorgkosten hebben dan hoogopgeleiden. Toen werd notabene voorgesteld om de laagopgeleiden zelf de extra kosten te laten betalen. Gelukkig is dat niet doorgegaan. Dat zou een valse maatregel zijn geweest. Ik zie dat met name laagopgeleiden het meest voor de gek gehouden wordt door hoogopgeleide fabrieksdirecteuren. Kijk maar naar het zeer slechte E-nummer 621. Dit nummer wordt verschillend weergegeven. De volgende namen verbergen E621: Mononatriumglutamaat,



glutamaat, glutamaatzuur, plantaardige gehydrogeneerde oliën en vetten, gehydrogeneerde eiwitten, gelatine, calcium- of natriumcaseïnaat, toegevoegde gist, gistextract, monokaliumglutamaat en sommige maïsoliën.

Zelfs hoogopgeleiden kunnen dit niet allemaal uit elkaar houden.



Nu hoor ik u zeggen dat laagopgeleiden ook meer kans op aandoeningen hebben dan hoogopgeleiden omdat ze vaker risicovolle beroepen hebben. Daar hebt u gelijk in. In een volgende nieuwsbrief hoop ik hier verder op in te gaan. Ik wil mij nu beperken tot gezondheidsschade door ongezonde voeding.

[http://www.rivm.nl/Documenten\\_en\\_publicaties/Algemeen\\_Actueel/Nieuwsberichten/2013/Aantal\\_chronisch\\_zieken\\_neemt\\_toe](http://www.rivm.nl/Documenten_en_publicaties/Algemeen_Actueel/Nieuwsberichten/2013/Aantal_chronisch_zieken_neemt_toe)

Vooraf in Nederland hebben voedselabrikanten behoorlijk vrij spel.

Gezondheidsontmijnende energydrankjes die in het buitenland niet in de supermarkt verkocht mogen worden, liggen bij ons in de supermarkt! Zie de link:

[https://www.foodwatch.nl/onze\\_campagnes/voedselschandalen/red\\_bull\\_energy\\_shot/achtergrondinformatie/index\\_nl.html](https://www.foodwatch.nl/onze_campagnes/voedselschandalen/red_bull_energy_shot/achtergrondinformatie/index_nl.html)

Gelukkig worden de eerste scholen wakker. Zie onderstaande link maar er moet nog veel meer gebeuren. Het is toch te gek voor woorden dat scholen een rugzakje voor leerlingen aanvragen omdat leerlingen super druk van dit soort drankjes zijn. Een wijze school verbiedt dan ook dit soort drankjes.

<http://www.omroepbrabant.nl/?news/205325692/Brabantse+scholen+verbieden+energiedrankjes,+Pure+wodka+is+minder+slecht+voor+je+dan+energiedrank.aspx>

De overheid moet het voorbeeld van de diervoederindustrie navolgen en de fabrikanten van de voedselindustrie' verantwoordelijk stellen voor de schadelijke effecten van ongezonde voedingsmiddelen. De extra zorgkosten dienen dan ook voor een groot deel in rekening gebracht te worden bij de industrie en niet bij de laagopgeleiden! Een verzoek aan u: Mail deze nieuwsbrief door naar iedereen die bij de politiek betrokken is. Laten ze a.u.b. wakker worden. Het gaat ook om kinderen! En ik kan het niet aanzien wanneer kinderen de dupe worden van de voedingsindustrie. Daarbij weten we dat gezondheidsschade die aan het DNA ontstaat doorgegeven wordt aan het nageslacht.

Ik word altijd blij van moeders en vaders die er alles aan doen om hun kinderen gezonde maaltijden voor te zetten. Deze ouders investeren niet alleen in hun kinderen, maar ook al in eventuele toekomstige kleinkinderen. Vaders en moeders ga zo door!

Dan eindig ik dit stukje met een vraag: Wist u dat vlees van een kalf dat onnatuurlijke voeding eet, anders van inhoud is dan vlees van een kalf die mocht eten wat het van nature at? Wilt u vlees eten van dieren die een heerlijk leven buiten hebben gehad, dan vindt u onder de volgende link een adres. <http://www.vimenta.nl/links.html>

En u weet het: Veel vlees eten is niet nodig. U kunt beter een klein stukje eten van goede kwaliteit dan een groot stuk vlees met ontstekingsbevorderende inhoudstoffen.

### **Over mijn praktijk**

Er zijn nogal wat mensen die erger tobben met gezondheidsproblemen dan nodig is. Als een arts zegt dat astma niet te genezen is, dan bedoelt hij: Astma is niet te genezen met mijn pilletjes. U kunt zich daarbij neerleggen en vervolgens de ene anti-bioticakuur na de andere gebruiken. De vraag is of u daarmee slim bezig bent. Met iedere kuur gaat uw weerstand

verder naar beneden, met het risico dat allerlei andere klachten gaan ontstaan, zoals kouwelijkheid, haaruitval, overgevoeligheid voor chemische en synthetische stoffen en hooikoorts. Ook wij mensen krijgen, als we eten zoals de gemiddelde Nederlander eet, veel te veel voedingsmiddelen binnen die we oorspronkelijk niet aten of niet in deze samenstelling aten. Met name in het gebruik van tarwe en zuivel zijn we doorgesloten. Een gerecht als macaroni hoort niet thuis in een land waar ze de hele ganse dag al tarweproducten eten. Ook macaroni is van tarwe gemaakt.



Het is de moeite waard om bij chronische klachten een consult af te spreken. Ik heb al mooie voorbeelden van herstellende mensen gezien. Eentje was zo snel herstellende dat we ons samen erover verwonderd hebben. Nu moet u er niet op rekenen dat uw herstel ook zo snel gaat. Verbetering van de gezondheid is doorgaans een proces, een proces kost tijd, maar het is wel een mooi proces.

Ik heb mijn praktijk uitgebreid met een oligoscan. Met deze scan kan ik mineralen en zware metalen meten in iemands lichaam. Bij de meeste chronische aandoeningen zijn de mineralen zoals deze aanwezig moeten zijn uit balans. Zo is er bij psychische klachten vaak een gebrek aan magnesium. In de moderne voeding komt magnesium bijna niet voor. Terwijl we bij spanningen extra magnesium verbruiken. Wordt dit verbruik niet aangevuld dan is het niet verwonderlijk dat we depressief worden.

Met dit apparaat kan inzichtelijk gemaakt worden hoe ernstig de tekorten zijn. Voor meer informatie verwijst ik naar bijgaande folder.

### **Aloë vera**

Wilt u graag geld besparen en toch de voordelen benutten van aloë vera? Lezers die aloë vera-producten van goede kwaliteit gebruiken, weten dat deze producten duur zijn. Op facebook vindt u een gouden tip. U gebruikt aloë vera in pure vorm en de gel raakt niet op! Ra ra, hoe kan dat? Klik op de volgende link <https://www.facebook.com/vimenta>

Wilt u de volgende tips op facebook niet missen, klik dan op de facebookpagina op het woord 'volgend'

### **Recept**

Dit keer geef ik een recept voor een groene smoothie weg. Het is weer voorjaar. Vele kruidjes staan ons weer ter beschikking, ter versterking van ons lichaam en voor het laten verdwijnen van voorjaarsmoetheid. Het recept van de smoothie kunt u dit keer downloaden van <http://www.vimenta.nl/recepten.html>  
Ook kinderen vinden deze smoothie lekker!



### **Tip:**

Mail deze nieuwsbrief door aan familie en vrienden en kennissen. Hebben ze ook belangstelling voor de nieuwsbrieven dan kunnen ze zich aanmelden bij [info@vimenta.nl](mailto:info@vimenta.nl)

Hartelijk dank voor uw aandacht en hopelijk tot de volgende keer.

Met vriendelijke groet,  
Geesje Russcher