

KEMPEN "LINDUNGI BUMI KITA, LINDUNGI ANAK-ANAK KITA"
 Tahun 2:
 (1 Sep 2021 - 31 Aug 2022)
KURANGKAN DAGING, TENUSU & PEMBAZIRAN MAKANAN

KEMPEN "LINDUNGI BUMI KITA, LINDUNGI ANAK-ANAK KITA"
 1 September 2020 - 31 Ogos 2025

Operasi perindustrian ternakan dan tenusu menghasilkan banyak bahan-bahan pencemaran dan menyumbang 14.5 % daripada gas rumah hijau yang menyebabkan pemanasan global. Ia juga mendorong pengebangan hutan dan kekejaman terhadap binatang

Satu pertiga daripada makanan yang dihasilkan di seluruh dunia dibazirkan
 Sisa makanan menghasilkan 8-10 % pelepasan gas rumah hijau

- BANYAKKAN MAKANAN BERASASKAN TUMBUHAN TEMPATAN**
- HENTIKAN PEMBAZIRAN MAKANAN dan**
- BERDOA UNTUK DAN BERSAMA SEMUA CIPTAAN TUHAN SETIAP HARI**

Marilah kita berdoa untuk dan Bersama Ciptaan Tuhan setiap hari dengan DOA ini:
 Allah Pencipta, kami bersyukur kepada-Mu atas anugerah kehidupan dengan kasih-Mu Engkau berikan kepada kami.

Kami mengakui bahawa kami tidak mempedulikan alam ciptaan-Mu. Bumi-Mu semakin panas, kelaparan, sakit dan manusia serta planet ini menangis demi pengharapan.

Dalam kasih-Mu, ya Tuhan, kami menjawab kerana kami yakin bahawa segala sesuatu boleh berubah.

Berilah kami keberanian untuk membawa Laudato Si' kepada kehidupan bagi menjaga komuniti dan spesies yang menderita akibat kerosakan alam sekitar.

Berkatilah semua yang bekerja dan memperjuangkan ekologi integral semoga mereka memberi inspirasi kepada yang lain untuk menemukan wajah-Mu dalam penderitaan dan keindahan dunia.

Kami mohon ini dalam nama Yesus Kristus, Juruselamat kami.
 Amen



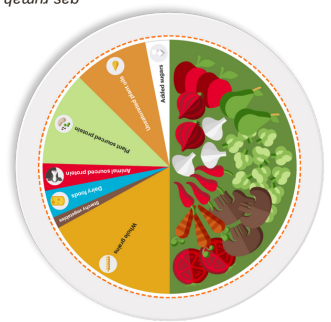
f tidak makan daging dua atau lebih hari dalam seminggu
 e, terima-pakai "Diet Kesehatan Planetar" laitu, mengurangkan pengambilan daging dan gula kepada separuh, dan menggantikan makanan berasas tumbuh-tumbuhan
 d. menjadi 'vegan', laitu untuk tidak memakan produk haiwan sama sekali (↑ GRH sebanyak 41.7% daripada yang bukan 'vegetarian')
 c. menjadi 'facto-ovo vegetarian', laitu makan tenusu, tetapi tidak makan daging haiwan (↑ GRH sebanyak 27.8% daripada bukan 'vegetarian')
 b. menjadi 'pesco-vegetarian', laitu memakan ikan tetapi tidak makan daging haiwan lain (↑ GRH sebanyak 23.8% daripada bukan 'vegetarian')
 a. menjadi separa 'vegetarian', laitu makan daging hanya sekali-sekala (↑ GRH sebanyak 20% daripada bukan 'vegetarian')

"Saya menyokong kempen Lindungi Bumi Kita, Lindungi Anak-anak Kita oleh Komisi Keadilan Tuhan dengan membuat aku-jajili ini untuk makan demi kesehatan saya sendiri dan demi kesehatan Ibu Bumi. Saya komited untuk --- (pilih satu dari bawah)"

Dem berpenyakit untuk mengambil Tumbuhan (GRH) = gas rumah hijau)

https://www.hausvonder.de/wp-content/uploads/2020/03/Planetary-health-diet.jpg
 Tonton video ini: "Can healthy food save the planet?"
 pautan: https://youtu.be/Pt42oIU0K

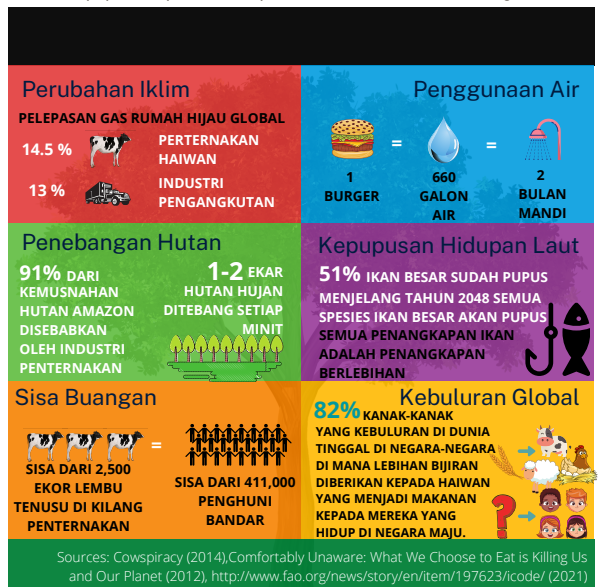
Sistem pemakanan menyumbang sebanyak 1/3 kepada pelepasan gas rumah hijau, dengan kebanyakan sumber yang paling karbon-intensif (menghasilkan CO2 yang tinggi). Sumber-sumber ini juga merupakan penyebab utama penyakit-katikan kadar penyakit diabetes, penyakit jantung, dan barah secara mendadak di seluruh dunia. Mengurangkan pengambilan daging dan gula kepada separuh, dan menggandakan pengambilan makanan berasaskan tumbuh-tumbuhan akan menyelamatkansekitar-kurangnya 11 juta nyawa setiap tahunserta mengurangkanpelepasan gas rumah hijaukepada separuh dari apa yang dipaparkan sekarang



Diet Kesehatan Planetari

FOLD ALONG THIS LINE FIRST

Pertubuhan Bangsa-Bangsa Bersatu menyatakan bahawa industri penternakan haiwan "memberikan tekanan yang tinggi kepada sumber-sumber asli alam" dan menyumbang kepada degradasi tanah, kepupusan spesies, dan pencemaran air serta sisa buangan1.



Sources: Cowspiracy (2014), Comfortably Unaware: What We Choose to Eat is Killing Us and Our Planet (2012), <http://www.fao.org/news/story/en/item/197623/icode/> (2021)

Cara pemakanan moden barat yang semakin popular di serata dunia telah menyebabkan bilangan orang gemuk dan sakit berlipat ganda. Penyakit yang berkaitan dengan pemakanan kini menyebabkan kira-kira 11 juta kematian setahun2. Penyakit yang boleh dicegah seperti penyakit jantung dan strok, barah, obesiti dan diabetes meningkat seiring dengan cara pemakanan moden kita ini.

Pada tahun 2020, antara 720 hingga 811 juta orang di dunia menghadapi kelaparan. Hampir 2.37 bilion orang tidak dapat bekalan makanan yang mencukupi. Sekitar 3 bilion orang di setiap rantau dunia tidak mampu mengecapi pemakanan cara sihat akibat kos makanan yang tinggi dan tahap kemiskinan serta jurang pendapatan yang mendalam3. Namun, pada masa yang sama, terdapat 2 bilion orang menghadapi masalah berat badan - samada kelebihan berat (overweight) atau kegemukan (obesity)4. Tidak lagi luar biasa di mana terdapat masalah keabutan dan kegemukan di negara yang sama, komuniti yang sama dan isi rumah yang sama4 kerana mereka hanya mampu "makanan perindustrian yang diproses" yang lebih murah tetapi selalunya kalori-tinggi tetapi kekurangan-zat.

1. <http://www.fao.org/ag/againfo/themes/en/Environment>
 2. <https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/8/fulltext>
 3. <http://www.fao.org/publications/sofi/en/>
 4. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight> 9 June 2021

FOLD ALONG THIS LINE NEXT