

Weshalb vegan?

Weshalb soll vegan gelebt werden?

Veganismus ist eine tierproduktfreie Ernährungs- und Lebensform. Der **bewusste Verzicht auf tierische Lebensmittel** (z. B. Fleisch, Milch(produkte), Ei(produkte) oder **andere Konsumgüter tierischen Ursprungs** (z. B. Leder, Pelz, Wolle, Seide), geschieht meist aus der **ethisch moralischen Überzeugung**, keinem empfindungsfähigen Lebewesen Zwang, Schmerz und Tod zufügen zu wollen. Eine vegane Lebensweise wirkt sich ausserdem sehr positiv auf die Umwelt und das Klima aus. Die Herstellung veganer Produkte benötigt **weniger Wasser**, vermeidet grosse Mengen Treibhausgase und es müssen **keine Regenwälder** für Weideflächen oder den Tierfuttermittelanbau **gerodet** werden.



Es gibt unzählige vegane Produkte

Tierrechte, mehr als bloss Tierschutz

Tierschutz verlangt, dass den Tieren ein möglichst angenehmes und artgerechtes Leben vor ihrer Tötung geboten wird. Tiere werden in diesem Fall nach wie vor als Nutztiere angesehen, über welche der Mensch frei verfügen kann.

Nicht so bei den Tierrechten! Sie verlangen, dass Tiere **als Lebewesen und nicht als Konsumgüter** angesehen werden. In ihrem Fall gilt: Artgerecht ist nur das Leben in Freiheit und nicht im Stall, im Käfig, im Zoo oder Zirkus und auch nicht in den Versuchslaboren.

Die moralische Grundlage der Tierrechte kann nur der Veganismus sein und damit die Überzeugung, dass es keine Rechtfertigung dafür gibt, Tiere als unser Eigentum zu betrachten, auszubeuten und zu benutzen.

Die TRGZH

Wir setzen uns für Tierrechte ein:



- ✚ für den Veganismus
- ✚ gegen die Tötung/Ausnutzung für Kleider
- ✚ gegen Tierversuche
- ✚ gegen den Missbrauch zur Unterhaltung

Als **lokale Gruppe** wollen wir aufgeschlossen und sachlich über **Tierrechte und Veganismus** informieren und versuchen, diese Themen so vielen Menschen wie möglich näher zu bringen. Wir finden es wichtig, dass gerade in Zürich, wo der Konsum einen hohen Stellenwert hat, auch auf dessen Opfer aufmerksam gemacht wird.

Es ist nötig, dass sich die Menschen **zu ihren Lebensgewohnheiten Gedanken machen** und sie die Aspekte des Veganismus kennen.

Was uns Medien, Werbung und Einkaufszentren vormachen, müssen wir **stets hinterfragen** und immer versuchen, einen **Blick hinter die Kulissen** zu werfen.

Weitere Informationen gibt es auf unserer Homepage:
www.tierrechtsgruppe-zh.ch

Lust aktiv zu werden?
Dann melde dich unter
trgzh@immerda.ch



Tierrechtsgruppe Zürich

Tierrechte im Alltag umsetzen

Veganismus als ethische Grundlage gegen die Ausbeutung der Tiere



Fleisch

Wieso kein Fleisch essen?

Zur Fleischproduktion müssen **Tiere getötet** werden. Bei Kalb-, Lamm- oder Schweinefleisch geschieht dies schon nach wenigen Monaten.

Der Transport ins Schlachthaus löst bei den Tieren grossen Stress aus. **Tiertransporte** aus dem Ausland dauern teilweise mehrere Tage, welche die Tiere ununterbrochen eng zusammengepfercht im Transporter verbringen müssen.

Auch die **Haltung**, der zur Fleischproduktion gezüchteten Tiere, lässt meist zu wünschen übrig. Sie verbringen ihr Leben in einem engen Stall, sehen selten Tageslicht oder stehen mühselig auf harten Beton- oder Spaltenböden herum. Damit sich keine Krankheiten verbreiten, werden sie mit **Antibiotika** behandelt, welche sich auch im Fleisch ablagern.

Bei der Biofleischproduktion haben die Tiere zwar etwas mehr Auslauf, doch auch sie werden schliesslich durch Menschenhand getötet. Zudem kann mit **Bio-Fleisch** allein die hohe Nachfrage nicht gedeckt werden.

Da für **ein Kilo Rindfleisch** zwischen 8-16 Kilo Getreide verfüttert und etwa 15 000 Liter Wasser benötigt werden, ist dies auch eine Verschwendung wertvoller Ressourcen. Über 50 % der weltweiten Getreideernten und über 80 % der Sojaernten werden zu Tierfutter verarbeitet und dies trotz eines grossen Welthungerproblems.



Tiertransport in den Schlachthof



Eine ausblutende Kuh



Waldbrandrodung für Futterflächen

Milch(produkte)

Wieso keine Produkte mit Milch essen oder trinken?

Der Mensch benutzt Kühe als Milchproduktionsmaschinen. Um den Milchfluss dauerhaft zu gewährleisten, werden Kühe regelmässig **zwangsgeschwängert**. Nach der Geburt wird das Kalb innert kurzer Zeit **von der Mutter getrennt**, da die Milch für uns Menschen bestimmt sein soll. Tagelanges Schreien der Kuh nach ihrem Jungen wird ignoriert. Ist das Kalb männlich, kommt es bereits nach ein paar Wochen auf die Schlachtbank und wird zu Kalbfleisch verarbeitet. Weibliche Tiere werden wie ihre Mütter als Milchkühe benutzt oder kommen in die Mast.

Aber auch die **Überzüchtung** verursacht schon nach wenigen Jahren schwere Stoffwechsel-, Klauen- und Euterkrankheiten. Permanentes, maschinelles Melken führt häufig zu Entzündungen der Milchdrüsen, Ausstülpungen oder Absterben der Zitzen, Störungen der Blutzirkulation und vielen anderen schmerzhaften Krankheiten.

Produzieren Kühe **nicht mehr die gewünschte Menge Milch** oder erleiden sie eine der oben genannten Krankheiten, endet auch ihr Leben im Schlachthof. Die **natürliche Lebenserwartung** einer Kuh entspricht ca. 25 Jahren. Eine Kuh aus einem Milchbetrieb wird schon mit etwa 5 bis 7 Jahren geschlachtet.

Übrigens: Bei der Herstellung von Käse wird oft Lab, ein Enzym welches aus den Mägen von geschlachteten Kälbern gewonnen wird, zugegeben, damit die Milch gerinnt.



Natürlicher Zweck der Milch



Von der Mutter getrennt



links: Industrie, rechts: Milchpause

Ei(produkte)

Wieso keine Produkte mit Eiern essen?

Eine Henne legt **von Natur aus etwa 20 Eier im Jahr**. Heute sind Hühner so überzüchtet, dass sie jährlich ca. 300 Eier legen, was eine **grosse Belastung für ihren Körper** bedeutet. Die für den Aufbau der Eierschalen notwendige Menge an Calcium ist über das Futter kaum zu decken. Deshalb entzieht es der Körper den Knochen, was zu Brüchen führt. Durch das ständige Eierlegen ist der Körper der Tiere schon **nach 1 bis 2 Jahren so ausgelaugt**, dass die Hühner geschlachtet oder aus Kostengründen einfach verbrannt werden.

In Eiproduktionsbetrieben werden **männliche Küken** gleich nach dem Schlüpfen **vergast oder bei lebendigem Leib geschreddert**, weil sie keine Eier legen können und somit wirtschaftlich unnützlich sind.

Der Import von Eiern aus **Legebatterien** wird wegen des Preisunterschieds im grossen Stil durchgeführt. Oft werden sie für **Fertigprodukte und Backwaren** verwendet. **Bodenhaltung** bedeutet, dass zehntausend bis hunderttausend Hühner in einer Halle eingesperrt sind, ohne Zugang zu Frischluft oder Tageslicht.

Um in dem Gedränge **Kannibalismus und Verletzungen** zu verhindern, werden den Küken nach dem Schlüpfen ohne Betäubung die Schnäbel gestutzt.

Egal ob Käfig-, Boden- oder Freilandhaltung, **die Eierproduktion bringt Leid und Tod** für die Tiere mit sich.



Ausgelaugtes Huhn



Massengeburtsstation



Gestutzter Schnabel

Pflanzliche Alternativen

- Räuchertofu statt Wurstwaren
- Falafel statt Kebab
- z.B. für Sandwiches
- Seitan (aus Weizeneiweiss)
- Würste auf Sojabasis
- Aufschnitt auf Weizen- oder Sojabasis
- zum Grillieren

Pflanzliche Alternativen

- z.B. Soja-, Reis- oder Mandelmilch
- pflanzliche Margarine
- Soja-Cuisine oder Soja-Schlagcreme
- Tofu
- Soja-Pudding oder Joghurt
- Käse (Soja oder Nuss)

Pflanzliche Alternativen

- Fertigprodukte ohne tierische Zutaten
- Mayonnaise ohne Ei
- Teigwaren aus Hartweizengriess, Dinkel, Vollkorn oder Soja
- Beim Backen haben 1 EL Sojamehl oder Stärke die selbe bindende Eigenschaft wie ein Ei