



den Rinderschlachtungen erzählen, von den sanften braunen Augen, die so voller Panik sind. Von den Fluchtversuchen, von all den Schlägen und Flüchen, bis das arme Tier endlich im eisernen Pferch zum Bolzenschuss bereit steht, mit Panoramablick auf die Halle, wo die Artgenossen gehäutet und zerstückelt werden - dann der tödliche Schuss, im nächsten Moment schon die Kette am Hinterfuss, die das ausschlagende, sich windende Tier in die Höhe zieht, während unten bereits der Kopf abgesäbelt wird. Und immer noch, kopflos, Ströme von blut ausspeiend, bäumt der Leib sich auf, treten die Beine um sich...

● **Jeder Vegetarier rettet einen Hektar Wald pro Jahr!**

Denn die Wälder auf der ganzen Welt fallen zu einem großen Teil den Viehweiden zum Opfer. Menschen leiden Hunger, weil statt Getreide für den Menschen Getreide für die Viehwirtschaft angebaut wird. Für 1kg Fleisch braucht es 10kg Getreide.

● **Vegetarier helfen vor allem auch Menschleben zu retten!**

Weiter Infos unter:
www.vegetarische-initiative.de



Ernährungs- und Lebensratgeber

Der Werbeslogan «Fleisch gibt Kraft» ist eine Fehlinformation im Interesse der Massentierhaltung, wenn man an die vielen Fleischskandale denkt. Außerdem kamen mehrere Studien zu dem Ergebnis, dass Vegetarier ausdauernder und kräftiger sind als Fleischesser. Eine Studie in den USA zeigte, dass die Leistungswerte von Vegetariern im Durchschnitt mehr als doppelt so gross sind wie die von Fleischessern.

Noch eindeutiger ist der Zusammenhang zwischen geistiger Leistungsfähigkeit und der vegetarischen Ernährung: Viele berühmte Persönlichkeiten, wie z.B.

Leonardo da Vinci, Mahatma Gandhi und Albert Einstein, waren Vegetarier.

Und zum Eiweiss-Mythos der Kommentar aus dem JOURNAL OF THE AMERICAN MEDICAL ASSOCIATION: «Sportler benötigen dieselbe Menge Eiweissnahrung wie Nichtsportler. Durch Eiweiss wird die Kraft nicht erhöht. Tatsächlich erfordert der Überschuss an Eiweiss mehr Energie für die Verdauung und den Stoffwechsel...»

Autorin/Autor: Bericht: Andreas Rummel, Karsten Scholtischyk, Stephan Stuchlik

Fleisch ein Stück Lebenskraft?

Nein - ein Stück Fleisch ist nur so lange Lebenskraft, wie es lebt.

Der **Fleischkonsum** ist neben anderen Faktoren eine der Hauptursachen vieler Zivilisations-krankheiten wie z.B. **Diabetes, Gicht, Fettleber, Wasserablagerungen, Rheuma, Allergien, Stoffwechselstörungen und von Herz-, Kreislauf-, Nieren-, und Krebserkrankungen.**

Die Ursache vieler Krankheiten und Allergien findet sich häufig im tierischen Eiweiß. Zahlreiche Studien haben diese Zusammenhänge nachgewiesen. Viele Hautkrankheiten, die als unheilbar gelten, sind durch eine vegetarische oder vegane (rein pflanzliche) Ernährung zu heilen.

Tipp:

Thüringer Weizen-Bratwürste schmecken wirklich genauso gut wie echte Bratwürste und sind auch grillfähig.

Gyrus, Nuggets und Frikadellen, Filet u.a. gibt es auch als Sojaprodukte und sind sehr schmackhaft.

Weiter Infos unter: www.vegetarismus.ch

Um in Deutschland Tierarzt oder Tierärztin zu werden, muss man ein mehrwöchiges Praktikum in einem **Schlachthof** absolvieren. **Christiane M. Haupt beschreibt "hautnah", was sie dabei erlebt und gefühlt hat.** Hier die Gekürzte Fassung ihres Erlebnisberichtes:

"... Von hinten stupst mich etwas in die Kniekehle. Ich fahre herum und blicke in zwei wache blaue Augen. Viele Tierfreunde kenne ich, die enthusiastisch schwärmen von den seelenvollen Katzenaugen, dem treuen Hundeblick - wer spricht von der Intelligenz und Neugier in den Augen eines Schweines? Ich werde diese Augen sehr bald noch anders kennenlernen: stumm schreiend vor Angst, von Schmerzen stumpf und dann blicklos, gebrochen, aus den Höhlen gerissen, über den blutverschmierten Boden kolternd. Messerscharf streift mich ein Gedanke, den ich in den folgenden Wochen monoton noch viele hundert Male im Geiste wiederholen werde: Fleischessen ist ein Verbrechen - ein Verbrechen...

... Alles zugleich stürzt auf mich ein. Schneidende Schreie. Das Kreischen von Maschinen. Blechgeklapper. Der durchdringende Gestank nach verbrannten Haaren und versengter Haut. Der Dunst von Blut und heissem Wasser. Gelächter, unbekümmerte Rufe. Blitzende Messer, durch Sehnen gebohrte Fleischerhaken, daran hängende halbe Tiere ohne Augen und mit zuckenden Muskeln. Fleischbrocken und Organe, die platschend in eine blutgefüllte Rinne fallen,



so dass der eklige Sud an mir hochspritzt. Fettige Fleischfasern am Boden, auf denen man ausrutscht...

... Als ich zum ersten Mal bewusst erfasse - am zweiten oder dritten Tag -, dass ausgeblutete, abgeflamte und zersaegte Schweine noch zucken und mit dem Schwänzchen wackeln, bin ich nicht in der Lage, mich zu bewegen. 'Sie - zucken noch...', sage ich, obwohl ich ja weiss, dass es nur die Nerven sind, zu einem vorübergehenden Veterinär. Der grinst: 'Verflixt, da hat einer 'nen Fehler gemacht - das ist noch nicht richtig tot!' Gespenstischer Puls durchzittert die Tierhälften, überall. Ein Horrorkabinett....

... Ich möchte es mir von der Seele reden. Ich erstickte daran. Von dem Schwein möchte ich erzählen, das nicht mehr laufen konnte, mit gegrätschten Hinterbeinen dasaß. Das sie solange traten und schlugen, bis sie es in die Tötungsbox hineingeprügelt hatten. Das ich mir hinterher ansah, als es zerteilt an mir vorüberpendelte: beidseitiger Muskelabriss an den Innenschenkeln. Schlachtnummer 530 an jenem Tag, nie vergesse ich diese Zahl. Ich möchte von