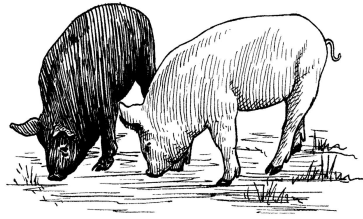


# Fleisch



## Fleisch ist der Körper eines Tieres

Damit der Mensch Fleisch konsumieren kann, ob Steak, Schnitzel, Burgerpatty oder die Wurst auf dem Brötchen, musste dafür ein Lebewesen ausgebeutet, getötet und zerstückelt werden. Viel Leid für ein bisschen Genuss.

## Was kostet ein Tierleben?

Allein in Deutschland werden jährlich ungefähr 750 Millionen Individuen – oft noch im Kindesalter – in Schlachthäusern getötet. Ihr viel zu kurzes Leben verbringen sie unter Bedingungen, die gerade gut genug sind, dass eine für den Profit genügend hohe Quote bis zu ihrem Tod im Schlachthaus überlebt. Damit sie die hygienischen Bedingungen und den Stress der industriellen Tierzucht überhaupt durchstehen, bekommen sie präventiv Antibiotika und andere Medikamente verabreicht. Kurz nach der Geburt werden Hoden, Zehen, Schnäbel oder Schwänze amputiert, nicht selten ohne Betäubung.

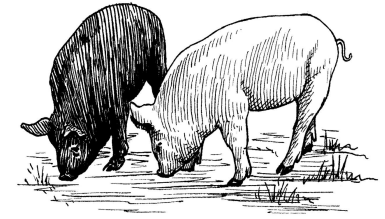
## Bio macht keinen Unterschied

Auch für den Konsum von Biofleisch müssen Tiere sterben. Das Biosiegel macht ein gutes Gewissen, aber das grundlegende Problem bleibt bestehen: Wie gut auch immer Haltungsverbedingungen sein mögen, wie „human“ auch immer die Schlachtung sein mag: Keines der Tiere darf sein Leben leben wie es will – selbstbestimmt und leidfrei –, sondern seine Bedürfnisse werden denen der Industrie und der Konsument\*innen untergeordnet.

## Die Folgen von Fleischkonsum für die Umwelt

Die Fleisch- und die gesamte Tierindustrie haben dramatische Folgen für die Umwelt und tragen massiv zu Klimawandel, Luftverschmutzung, Wasserverschmutzung und -knappheit, vermehrter Bildung/Anbau von Monokulturen, Artensterben und Verschmutzung, sowie Überfischung der Meere bei: 70% der weltweit landwirtschaftlich genutzten Flächen werden direkt oder indirekt für die Tierzucht verwendet – u.a. durch Rodung von Regenwäldern. Die landwirtschaftliche Tierhaltung verursacht bis zu 20% der globalen Treibhausgasemissionen – mehr als der gesamte weltweite Verkehrssektor. Im Vergleich zu einer fleischhaltigen Ernährung reduzieren sich die Treibhausgasemissionen bei einer vegetarischen Ernährung um nahezu die Hälfte, bei einer veganen sogar auf ein Zehntel.

# Fleisch



## Fleisch ist der Körper eines Tieres

Damit der Mensch Fleisch konsumieren kann, ob Steak, Schnitzel, Burgerpatty oder die Wurst auf dem Brötchen, musste dafür ein Lebewesen ausgebeutet, getötet und zerstückelt werden. Viel Leid für ein bisschen Genuss.

## Was kostet ein Tierleben?

Allein in Deutschland werden jährlich ungefähr 750 Millionen Individuen – oft noch im Kindesalter – in Schlachthäusern getötet. Ihr viel zu kurzes Leben verbringen sie unter Bedingungen, die gerade gut genug sind, dass eine für den Profit genügend hohe Quote bis zu ihrem Tod im Schlachthaus überlebt. Damit sie die hygienischen Bedingungen und den Stress der industriellen Tierzucht überhaupt durchstehen, bekommen sie präventiv Antibiotika und andere Medikamente verabreicht. Kurz nach der Geburt werden Hoden, Zehen, Schnäbel oder Schwänze amputiert, nicht selten ohne Betäubung.

## Bio macht keinen Unterschied

Auch für den Konsum von Biofleisch müssen Tiere sterben. Das Biosiegel macht ein gutes Gewissen, aber das grundlegende Problem bleibt bestehen: Wie gut auch immer Haltungsverbedingungen sein mögen, wie „human“ auch immer die Schlachtung sein mag: Keines der Tiere darf sein Leben leben wie es will – selbstbestimmt und leidfrei –, sondern seine Bedürfnisse werden denen der Industrie und der Konsument\*innen untergeordnet.

## Die Folgen von Fleischkonsum für die Umwelt

Die Fleisch- und die gesamte Tierindustrie haben dramatische Folgen für die Umwelt und tragen massiv zu Klimawandel, Luftverschmutzung, Wasserverschmutzung und -knappheit, vermehrter Bildung/Anbau von Monokulturen, Artensterben und Verschmutzung, sowie Überfischung der Meere bei: 70% der weltweit landwirtschaftlich genutzten Flächen werden direkt oder indirekt für die Tierzucht verwendet – u.a. durch Rodung von Regenwäldern. Die landwirtschaftliche Tierhaltung verursacht bis zu 20% der globalen Treibhausgasemissionen – mehr als der gesamte weltweite Verkehrssektor. Im Vergleich zu einer fleischhaltigen Ernährung reduzieren sich die Treibhausgasemissionen bei einer vegetarischen Ernährung um nahezu die Hälfte, bei einer veganen sogar auf ein Zehntel.

## **Braucht der Mensch Fleisch?**

Nein, der Mensch ist bei seiner Ernährung nicht auf Fleisch angewiesen. Eine rein pflanzliche, nährstoffdeckende und ausgewogene Ernährung, ganz ohne Tierleid, ist in Ländern wie Deutschland heutzutage problemlos möglich.

Der Konsum von Tierprodukten kann darüber hinaus negative Auswirkungen auf unsere Gesundheit haben. So legen wissenschaftliche Studien nahe, dass mit Fleischkonsum ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Diabetes einhergehen kann. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat bereits 2015 den Verzehr von verarbeitetem Fleisch als "krebserregend" und rotes Fleisch als "wahrscheinlich krebserregend" eingestuft. Auch Nieren- und Lebererkrankungen, sowie rheumatische Erkrankungen können begünstigt werden, da Fleisch reich an entzündungsfördernder Arachidonsäure ist.

## **Proteine**

Wir brauchen Proteine für eine ausgewogene Ernährung. Nüsse, Weizen, Hafer und Hülsenfrüchte wie Kichererbsen oder Linsen haben einen hohen Proteingehalt, Produkte wie Tofu oder Tempeh sind ebenfalls gute Eiweißquellen. Wer nicht auf den Geschmack oder die Konsistenz von Fleischprodukten verzichten möchte, kann in so gut wie jedem Supermarkt Fleischersatzprodukte auf pflanzlicher Basis finden, die dem tierischen Original geschmacklich in nichts nachstehen.

## **Vitamin B12**

Menschen können Vitamin B12 nicht selbst produzieren und müssen es über die Nahrung aufnehmen. Bei einer Ernährung mit pflanzlichen Lebensmitteln kann dieses aber problemlos supplementiert werden. Im Übrigen enthält Schweine- oder Hühnerfleisch auch nur genügend B12, weil die Tiere dieses über Zusätze in Futtermitteln erhalten.

## **Was du tun kannst**

Informiere dich über Veganismus und Tierrechte/Tierbefreiung und entscheide dich für eine vegane Lebensweise. Lerne mehr über die Facetten von Tierausbeutung, unterstütze Protestaktionen und informiere auch andere Menschen. Informationen zu weiteren Themen in Bezug auf Mensch/Tier/Umwelt findest du auf unserer Webseite.



[animal-liberators-frankfurt.de](http://animal-liberators-frankfurt.de)



## **Braucht der Mensch Fleisch?**

Nein, der Mensch ist bei seiner Ernährung nicht auf Fleisch angewiesen. Eine rein pflanzliche, nährstoffdeckende und ausgewogene Ernährung, ganz ohne Tierleid, ist in Ländern wie Deutschland heutzutage problemlos möglich.

Der Konsum von Tierprodukten kann darüber hinaus negative Auswirkungen auf unsere Gesundheit haben. So legen wissenschaftliche Studien nahe, dass mit Fleischkonsum ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Diabetes einhergehen kann. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) hat bereits 2015 den Verzehr von verarbeitetem Fleisch als "krebserregend" und rotes Fleisch als "wahrscheinlich krebserregend" eingestuft. Auch Nieren- und Lebererkrankungen, sowie rheumatische Erkrankungen können begünstigt werden, da Fleisch reich an entzündungsfördernder Arachidonsäure ist.

## **Proteine**

Wir brauchen Proteine für eine ausgewogene Ernährung. Nüsse, Weizen, Hafer und Hülsenfrüchte wie Kichererbsen oder Linsen haben einen hohen Proteingehalt, Produkte wie Tofu oder Tempeh sind ebenfalls gute Eiweißquellen. Wer nicht auf den Geschmack oder die Konsistenz von Fleischprodukten verzichten möchte, kann in so gut wie jedem Supermarkt Fleischersatzprodukte auf pflanzlicher Basis finden, die dem tierischen Original geschmacklich in nichts nachstehen.

## **Vitamin B12**

Menschen können Vitamin B12 nicht selbst produzieren und müssen es über die Nahrung aufnehmen. Bei einer Ernährung mit pflanzlichen Lebensmitteln kann dieses aber problemlos supplementiert werden. Im Übrigen enthält Schweine- oder Hühnerfleisch auch nur genügend B12, weil die Tiere dieses über Zusätze in Futtermitteln erhalten.

## **Was du tun kannst**

Informiere dich über Veganismus und Tierrechte/Tierbefreiung und entscheide dich für eine vegane Lebensweise. Lerne mehr über die Facetten von Tierausbeutung, unterstütze Protestaktionen und informiere auch andere Menschen. Informationen zu weiteren Themen in Bezug auf Mensch/Tier/Umwelt findest du auf unserer Webseite.



[animal-liberators-frankfurt.de](http://animal-liberators-frankfurt.de)

