

Jede Mahlzeit zählt

Vegan und vegetarisch leben



DEUTSCHER
TIERSCHUTZBUND E.V.

Inhaltsverzeichnis

Ernährungs- und Lebensweisen	03
Veganismus ist Tierschutz	07
Das Leben der Tiere	08
Gut für die Tiere, gut für die Umwelt	27
Wie geht vegan? Vorurteile und Realität	31

Ernährungs- und Lebensweisen

Fleisch als Selbstverständlichkeit

„Wieso isst du denn kein Fleisch?“, „Was kannst du als Veganer*in überhaupt noch essen?“, „Willst du irgendwann wieder anfangen, normal zu essen?“ – eine fleischlose oder rein pflanzliche Ernährung wirft bei den meisten Mitmenschen viele Fragen auf. Aber warum eigentlich? Menschen, die Fleisch, Ei- und Milchprodukte essen, werden kaum gefragt, warum sie sich ausgerechnet für diese Ernährungsweise entschieden haben. Der Konsum tierischer Lebensmittel ist gesellschaftskonform – seit Generationen wachsen wir mit einem Speiseplan auf, der wie selbstverständlich auch Tiere und ihre Bestandteile enthält. Für Abweichungen von der Norm gibt es Namen wie „Vegetarismus“ und „Veganismus“. „Carnismus“ – eine Bezeichnung für eine fleischhaltige Ernährung und Lebensweise – ist in der wissenschaftlichen Landschaft ein noch recht neuer Begriff.



Dieser wurde 2009 von der US-amerikanischen Psychologin Melanie Joy vorgeschlagen, um eine Bezeichnung für die unhinterfragte Überzeugung zu finden, Tiere nutzen und töten zu dürfen. Bisher findet dieser Begriff aber selten Verwendung – was als Standard und „normal“ betrachtet wird, braucht in der Regel keinen besonderen Namen. Doch die Grenzen weichen langsam auf: Viele Menschen überdenken ihre Ernährung sowie ihr Konsumverhalten und machen sich auf die Suche nach Alternativen, die weniger Tierleid verursachen.

Flexitarismus

Ein Schritt nach dem anderen: Ist das Bewusstsein für das eigene Konsumverhalten geschärft, achten viele Menschen vermehrt darauf, weniger Fleisch und andere tierische Lebensmittel zu kaufen. Das bedeutet nicht, dass sie direkt komplett vegetarisch oder vegan essen: Fünf Tage pro Woche vegan, nur einmal im Monat Fleisch, zu Hause vegetarisch und im Restaurant das Gericht, das am leckersten klingt – Speisepläne können so unterschiedlich sein wie wir Menschen.



In rund einem Drittel der deutschen Haushalte kommt mittlerweile immer seltener Fleisch auf den Teller und zunehmend mehr Deutsche betrachten sich als Flexitarier*innen – sie sind also flexibel in ihrer Ernährungsweise und essen nur selten Fleisch oder andere Lebensmittel tierischen Ursprungs. Jeder kleine Schritt in Richtung einer pflanzlichen Lebensweise bedeutet ein Mehr an Tierschutz.

Vegetarismus

Der Vegetarismus ist eine Ernährungs- und Lebensweise, die es schon seit dem 19. Jahrhundert gibt. Viele Vegetarier*innen ernähren sich ovo-lacto-vegetarisch. Das bedeutet, sie essen nichts, wofür ein Tier sterben musste. Also kein Fleisch und auch keine Produkte mit Gelatine oder Käse mit tierischem Lab. Darüber hinaus gibt es zwei weitere Formen: Sogenannte Lacto-Vegetarier*innen essen zwar Milchprodukte, aber keine Eier und Ovo-Vegetarier*innen umgekehrt Eier, aber keine Milchprodukte. Mehr als sieben Millionen Deutsche ernähren sich vegetarisch und leisten damit einen wichtigen Beitrag zum Tier- und Umweltschutz.



Veganismus

Eine rein pflanzliche Ernährung ist die tierfreundlichste Lebensweise. Mittlerweile ernähren sich über eine Million Deutsche vegan – bei ihnen stehen weder Fleisch noch Ei- oder Milchprodukte auf dem Speiseplan. Auch andere tierische Erzeugnisse wie Wolle und Leder oder Kosmetik mit Inhaltsstoffen tierischen Ursprungs lehnen viele Veganer*innen ab. Der Grundgedanke dahinter ist, dass für den eigenen menschlichen Konsum kein Tier leiden soll. Veganismus ist viel mehr als ein Ernährungstrend – es ist eine nachhaltige Bewegung, die seit Jahren immer mehr Zuwachs bekommt.



Veganismus ist Tierschutz

Die Gründe, sich für eine pflanzliche Ernährung oder eine gänzlich vegane Lebensweise zu entscheiden, können sehr vielfältig sein. Denn mit unserem Konsumverhalten können wir Verbraucher*innen nicht nur Wirtschaft und Politik, sondern auch unsere Umwelt sowie Tiere und Menschen rund um den Globus beeinflussen.

Die Entscheidung für eine pflanzliche Ernährung ist gleichzeitig eine Entscheidung gegen die Missstände in der landwirtschaftlichen

Tierhaltung. Viele Menschen ernähren sich aus ethischen und moralischen Gründen vegetarisch: Sie möchten nicht verantworten, dass Tiere für ihren Konsum sterben müssen.

Eine vegetarische Ernährung ist ein erster wichtiger Schritt für mehr Tierschutz. Leider verursachen aber auch die Milch- und Ei-Produktion großes Tierleid. Milchkühe und Legehennen müssen in der Regel ebenfalls in jungen Jahren sterben, sobald sie keine Höchstleistungen mehr erbringen. Männliche Legehennen-Küken wurden bis Ende 2021 sogar direkt nach dem Schlupf getötet, Bullenkälber von Milchkühen werden oft mit nur wenigen Wochen geschlachtet.

Angesichts der unwürdigen Bedingungen, unter denen die meisten Tiere in der Landwirtschaft leben und sterben müssen, ist schnell klar: Veganismus ist der konsequenteste Weg zu mehr Tierschutz.



Das Leben der Tiere

Das Leben der Mastschweine

In Deutschland sterben jährlich rund 55 Millionen Schweine für unseren Fleischkonsum. In ihrem kurzen Leben müssen sie bereits viel Leid ertragen – die Haltungsbedingungen in der intensiven Landwirtschaft haben nichts mehr mit einem Leben zu tun, das den natürlichen Bedürfnissen der Tiere entspricht.

- Schweine können bis zu 20 Jahre alt werden. In der Landwirtschaft werden Mastschweine in der Regel nach nur sechs Monaten geschlachtet.



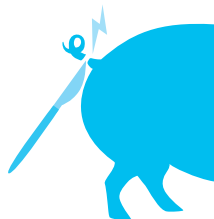
- Ein Wildschwein ist mit etwa fünf Jahren ausgewachsen und kann bis zu 200 Kilogramm wiegen. Ein Mastschwein wiegt mit einem halben Jahr bereits 120 Kilogramm. Das zu schnelle Wachstum und das hohe Gewicht verursachen gesundheitliche Probleme wie Gelenkserkrankungen, die sehr schmerzhaft sind.
- Eine Wildsau baut vor der Geburt ein Nest für ihre Ferkel, die sie bis zu vier Monate lang säugt und liebevoll umsorgt. In der Landwirtschaft werden Sauen künstlich besamt und müssen ihren Nachwuchs im





Kastenstand zur Welt bringen – ein enger Gitterkäfig, in dem sie nur liegen oder stehen können. Auch nach der Geburt bleiben sie durch die Gitterstäbe von den Ferkeln getrennt. Meistens werden die Kleinen ihnen schon nach drei Wochen weggenommen.

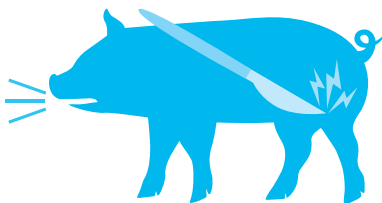
- In der Natur lebt eine Wildschweinrotte in einem Revier von bis zu 60 Quadratkilometern. In den meisten Ställen hingegen hat ein Schwein von 80 Kilogramm nur 0,75 Quadratmeter Platz.
- Die Stallböden der engen Buchten bestehen in der Regel aus harten Betonspalten, auf denen die eigentlich sehr reinlichen Tiere ihren Kot sowie Urin hinterlassen müssen. Einen separaten Bereich dafür gibt es nicht, sodass sie darin liegen müssen, der Boden immer verschmutzt und auch rutschig sein kann und die Schweine sich an ihren Klauen und Gelenken verletzen. Die von ihren Exkrementen aufsteigenden Ammoniakdämpfe reizen zudem ihre Augen und Atemwege.
- Schweine sind sehr intelligent und neugierig. In geschlossenen Ställen haben sie nicht ausreichend Beschäftigungsmöglichkeiten, um ihre normalen Verhaltensweisen auszuleben. Aufgrund der reizarmen Umgebung entwickeln sie Verhaltensstörungen und Aggressionen.
- Den Schweinen werden als Ferkel die Schwänze abgetrennt, um sie einem Haltungssystem anzupassen, das ihre





Bedürfnisse missachtet. Diese Maßnahme soll verhindern, dass sie sich gegenseitig in die Schwänze beißen. Der Eingriff ist für die Tiere sehr schmerzhaft und der völlig falsche Weg.

- Ein Großteil der männlichen Ferkel wird in Deutschland aus wirtschaftlichen Gründen kastriert. Da unkastrierte männliche Schweine in seltenen Fällen einen unangenehmen Geruch und Geschmack entwickeln, den Ebergeruch, wird diese tierschutzwidrige Praxis, die bis Ende 2020 noch ohne jegliche Betäubung durchgeführt wurde, wohl noch weitergehen.

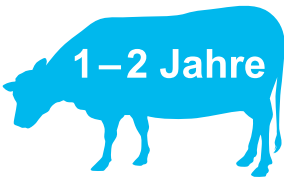




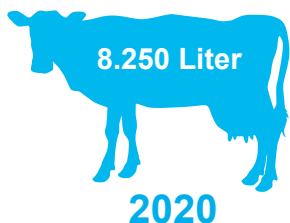
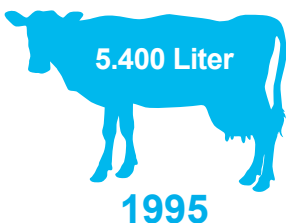
Das Leben der Mastrinder und Milchkühe

In Deutschland leben insgesamt mehr als elf Millionen Rinder – darunter fast vier Millionen Milchkühe, die Milch für uns Menschen produzieren. Pro Jahr finden insgesamt über drei Millionen Rinder ihren Tod im Schlachthof, davon sind etwa 330.000 Kälber und Jungrinder. Bis dahin fristen die meisten von ihnen ein trostloses und schmerz erfülltes Leben.

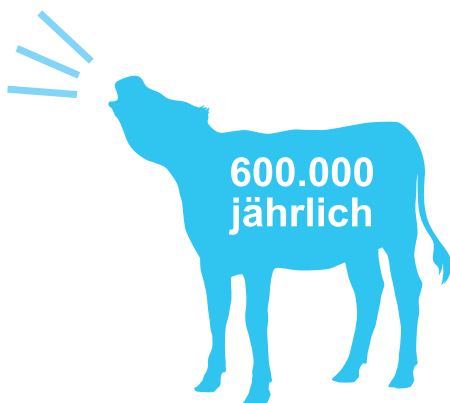
- Rinder können 20 Jahre alt werden. In der Landwirtschaft wird ein Mastrind schon mit ein bis zwei, eine Milchkuh oft mit vier Jahren geschlachtet.



- Die meisten Mastrinder und Milchkühe in der Landwirtschaft leben ganzjährig in Ställen. Sie kommen nie auf die Weide und können nie im Gras liegen.
- Etwa neun Prozent der Tiere leben in Anbindehaltung. Viele von ihnen sind das ganze Jahr über angebunden und haben fast keinerlei Bewegungsfreiheit – sie können nicht umherlaufen, sich nicht umdrehen, nur an einem Platz stehen und liegen.
- Den meisten Kälbern wird im Alter von wenigen Wochen die Anlage zum Hornwachstum ausgebrannt. So wachsen ihnen keine Hörner, was verhindern soll, dass sie in den engen Ställen andere Tiere oder Landwirt*innen verletzen. Der Eingriff wird in der Regel ohne Betäubungsmittel vorgenommen und ist für die Kälber sehr schmerzhaft.
- 1995 gab eine Milchkuh jährlich 5.400 Liter Milch – bis 2020 ist die Zahl auf 8.250 Liter gestiegen. Diese enorme Zunahme der Milchleistung ist eine immense Belastung für den Körper – deswegen sind viele von ihnen schon mit wenigen Jahren krank und sterben oder werden geschlachtet.



- Damit eine Kuh Milch gibt, muss sie ein Kalb gebären. Die meisten Kühe bekommen jedes Jahr eins und nach der Geburt werden Mutter und Kälbchen fast immer voneinander getrennt. Dem natürlichen Verhalten der Kuh entspricht es aber, ihr Kälbchen ein Jahr lang zu säugen und eine enge Bindung zu ihm aufzubauen.
- Bullenkälber von Milchkühen haben für landwirtschaftliche Betriebe kaum wirtschaftlichen Wert, da sie keine Milch geben und nicht so viel Fleisch ansetzen wie Kälber anderer Rassen. Viele von ihnen sterben sehr früh. Insgesamt wird die Zahl verendeter Kälber in Deutschland auf 600.000 pro Jahr geschätzt.





Das Leben der Masthühner

In Deutschland leben mehr als 92 Millionen Hähne und Hennen, die für den menschlichen Verzehr bestimmt sind. Aufgrund mehrerer Mastdurchgänge werden aber pro Jahr mehr als 620 Millionen Masthühner gehalten – nahezu alle von ihnen in Betrieben mit konventioneller Bodenhaltung.

- Wilde Hühner können zehn Jahre alt werden. Masthühner werden in der Kurzmast mit 28 Tagen, in der Mittellangmast mit 35 Tagen und in der Langmast mit 42 Tagen geschlachtet.



- Wilde Hühner wiegen ausgewachsen durchschnittlich 914 Gramm. Ein Masthuhn mit 35 Tagen 2,1 und mit 42 Tagen 2,8 Kilogramm. Das hohe Gewicht belastet das Herz-Kreislauf-System und kann unter Stress zu Herzversagen führen.
- Die schnelle Gewichtszunahme kann schmerzhafte Beinschäden verursachen. Am Ende der Mast können sich viele Tiere kaum noch fortbewegen.

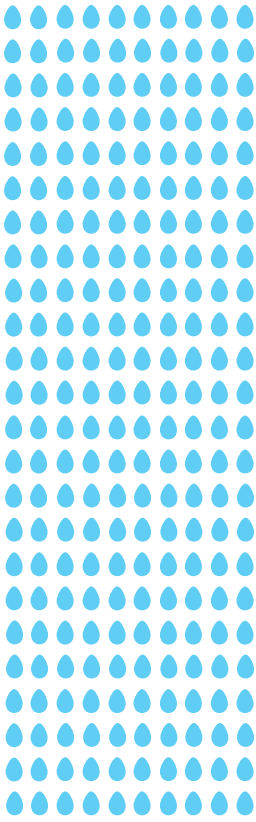


- Hühner sind reinlich und nehmen gerne Sandbäder. Masthühner müssen allerdings mit zunehmendem Alter auf kotverschmutzter, verdreckter Einstreu liegen – frisch ist die Einstreu in der Regel nur bei der Einnistung.
- Wilde Hühner leben in kleinen Gruppen von fünf bis 20 Tieren. In der Landwirtschaft sind mehr als 40.000 Tiere zusammengepfercht – am Ende der Mast leben über 22 große, schwere Hühner auf einem Quadratmeter.
- In der Landwirtschaft haben die sozialen und kommunikativen Tiere wenig Möglichkeit, sich artgerecht zu verhalten. Eier werden künstlich ausgebrütet und Küken wachsen ohne Glucke auf.

Das Leben der Legehennen

In Deutschland leben circa 43 Millionen Legehennen, die Eier für den menschlichen Speiseplan liefern – Küken und Junghennen noch nicht eingerechnet. Die Lebensbedingungen der Legehennen unterscheiden sich stark. Wenn die Tiere Glück haben, dürfen sie in der Freiland- oder Bio-Haltung leben. Dort können sie sich im Stall frei bewegen und haben Zugang zu einem Auslauf im Freien. Doch auch hier sind die Besatzdichten im Stall oft hoch und die Hennen haben wenig Beschäftigungsmöglichkeiten.

Die verbreitetste Haltungform ist die Bodenhaltung. Hier können sich die Hennen im Stall bewegen, leben aber sehr gedrängt und haben keinen Zugang ins Freie. Die Käfighaltung ist in den letzten Jahren erfreulicherweise zurückgegangen. Der Grund: Konsument*innen haben die Eier mit der Kennziffer drei – der Code für Käfighaltung – immer weniger gekauft und so dafür gesorgt, dass sie aus den Regalen der Frischetheken verschwinden. Dennoch müssen heute immer noch rund sechs Prozent der Hennen in viel zu kleinen Gruppen-Käfigen, in denen sie nicht einmal ihre Flügel ausstrecken können, auf Gitterstangen ausharren. Diese tierquälerische Haltung ist noch bis 2025, in Ausnahmefällen bis 2028 erlaubt. Käfigeier landen mit dem Kauf von Produkten wie Backwaren, Pasta und Fertiggerichten nach wie vor regelmäßig im Einkaufskorb. Solange auf der Packung nicht explizit eine andere Haltungform angegeben ist, ist die Wahrscheinlichkeit sehr hoch, dass es sich um Eier aus Käfighaltung handelt.

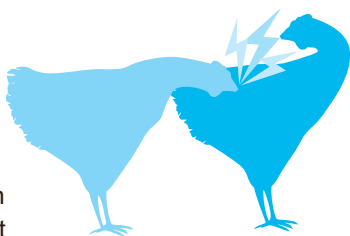


- Wild lebende Hennen legen zur Fortpflanzung maximal 40 Eier im Jahr – Legehennen in der Landwirtschaft durchschnittlich 320 Eier jährlich.
- Legehennen sind so auf Hochleistung gezüchtet, dass sie unter Eileiterentzündungen und brüchigen Knochen, sogenannter Osteoporose, leiden.
- Legehennen werden mit künstlicher Beleuchtung zur Ei-Ablage manipuliert. Diese täuscht ihnen ganzjährig Sommer – und damit Lege-Saison – vor. Dies belastet den Körper der Hennen erheblich.



- Ohne Nistmaterial können Legehennen nicht ihr natürliches Nistverhalten ausleben, die Ei-Ablage stresst sie extrem.

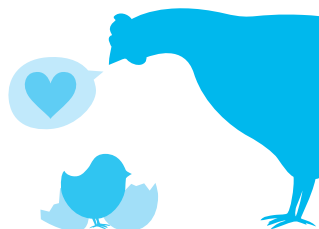
- Wilde Hühner leben in kleinen Gruppen mit fester Hackordnung. In zu großen Gruppen können die Legehennen solche Strukturen oft nicht aufbauen, sie erkennen einander nicht wieder und es kommt teilweise zu Aggressionen und Verletzungen.



- In der Landwirtschaft können die Hennen ihren natürlichen Bedürfnissen nicht nachkommen, sie entwickeln Verhaltensstörungen wie Federpicken und Kannibalismus.
- Legehennen werden in der Regel schon mit anderthalb Jahren geschlachtet, weil sie ausgelaugt sind und die Legeleistung nachlässt. Wild lebende Hühner werden bis zu zehn Jahre alt.



- Etwa die Hälfte der Küken, die bei der Zucht von Legehennen schlüpfen, ist männlich. Die Tiere sind für die Landwirtschaft nicht rentabel, weil sie weder Eier legen noch viel Fleisch ansetzen. Deswegen mussten in Deutschland jährlich etwa 45 Millionen männliche Küken direkt nach dem Schlüpfen sterben, indem sie vergast oder geschreddert wurden. Seit 2022 ist dies verboten.
- Als Alternative zum Töten der männlichen Eintagsküken wird teilweise eine Geschlechtsbestimmung im Ei durchgeführt, bei der die männlichen Embryonen vor dem Schlupf selektiert und getötet werden. Aus Tierschutzsicht ist hier die Entwicklung des Schmerzempfindens entscheidend: Hühner-Embryonen entwickeln sich sehr schnell und schon ab dem siebten Bruttag ist die Schmerzempfindung nicht auszuschließen. Es gibt aber noch keine Technologie, die vor diesem Zeitpunkt eingesetzt werden kann. Deshalb sind auch die derzeit gängigen Geschlechtsbestimmungsverfahren abzulehnen. Auch bei der Produktkennzeichnung sollten Verbraucher*innen genau hinschauen: Meist wird nicht explizit angegeben, welche Alternative zum Kükentöten angewendet wird und Begriffe wie „kükentötungsfrei“ können auch eine Geschlechtsbestimmung im Ei nach dem siebten Bruttag bedeuten.





Tiertransporte

Vielen landwirtschaftlich genutzten Tieren stehen in ihrem kurzen Leben mehrere qualvolle Transporte bevor. Die Industrialisierung der Fleisch-, Ei- und Milchproduktion und die Spezialisierung der einzelnen Betriebe sorgen dafür, dass für die verschiedenen Lebensstationen der Tiere auch verschiedene Unternehmen zuständig sind. Ein Betrieb, der auf Milchproduktion spezialisiert ist, mästet meist nicht. Deswegen erwartet die erst zwei Wochen alten Kälber, die nicht zur Milchproduktion geeignet sind, direkt ein Transport zu einem Mastbetrieb. In Mastbetrieben wird wiederum nicht geschlachtet – also müssen alle Tiere, die die artwidrigen Haltungsbedingungen und extreme körperliche Beanspruchung überstanden haben, irgendwann den Transport zum Schlachthof antreten. Das gilt für Hühner, Schweine, Rinder und Kälbchen, die ihr Schlachtgewicht erreicht haben, genauso wie für ausgezehnte Legehennen und ausgediente Milchkühe. Hühner müssen zusammengepfercht in aufeinandergestapelten Käfigen oder Boxen ausharren, die Schweine und Rinder drängen sich oft in unerträglicher Enge, teilweise sogar in mehrstöckigen Lastwagen, aneinander. Diese Transporte sind für die Tiere extrem stressig – je länger sie dauern, umso mehr leiden die Tiere. Währenddessen sind sie Hitze sowie Kälte ausgesetzt, bekommen zu wenig Frischluft, haben Hunger, Durst und werden verletzt, wenn sie stürzen und andere Tiere auf sie treten. Besonders schlimm sind die Transporte von Rindern in Länder außerhalb



Europas. Sie sind tage-, manchmal wochenlang unterwegs. Wenn sie nach Nordafrika oder den Nahen Osten bestimmt sind, müssen sie einen Teil der Strecke auf Fähren zurücklegen.

Schlachtung

Die letzte Reise landwirtschaftlich genutzter Tiere endet in der Regel in einem Schlachthof. In den vergangenen Jahren wurden in zahlreichen kleinen Schlachthöfen massive Tierquälereien aufgedeckt, die zu Schließungen der Schlachtbetriebe führten. Tiere wurden beim Abladen von den Lastwagen und beim Treiben in den Schlachthof brutal misshandelt. Wenn die Tiere dann – wie es gesetzlich vorgeschrieben ist – vor der Schlachtung betäubt werden, kommt es zudem immer wieder zu Nachlässigkeiten und Fehlern. Auch das führt zu unvorstellbaren Qualen.

Eine gängige Betäubungsmethode bei Rindern ist der Bolzenschuss. Das Bolzengerät wird an der Stirn angesetzt und der Schuss des Bolzens durch den Schädel verursacht eine Gehirnerschütterung und zerstört Teile des Gehirns – im besten Fall werden die Tiere sofort bewusstlos. Nicht richtig gesetzte Schüsse und falsch gewartete Geräte tragen jedoch ihr Übriges zum Tierleid bei: Viele Rinder, Schweine sowie andere Tiere, die geschlachtet werden, sind nicht ausreichend betäubt, wenn ihre Halsschlagadern oder andere große Blut-

gefäße in der Nähe des Herzens durchtrennt werden und sie daraufhin verbluten.

Es kann vorkommen, dass auch tragende Kühe geschlachtet werden, obwohl die ungeborenen Kälber in manchen Fällen sogar schon lebensfähig wären. Sie sterben also schon vor ihrer Geburt und werden mitsamt den Schlachtabfällen ihrer toten Mutter einfach entsorgt.

Bei der Schlachtung von Schweinen kommt meistens die Betäubung mit Kohlendioxid zum Einsatz: Die in einer Gondel zusammengetriebenen Tiere fahren einen Schacht hinunter, der mit CO_2 gefüllt ist. Etwa 20 Sekunden erleben sie bei vollem Bewusstsein, wie das CO_2 ihre Schleimhäute reizt und sie durch den Sauerstoffmangel Atemnot bekommen. Die Schweine geraten in Panik, schnappen nach Luft, schreien und versuchen, zu fliehen. Sind sie bewusstlos, fährt der Fahrstuhl sie wieder nach oben und Ketten ziehen sie kopfüber durch die Schlachtstraße.



Hühner sterben am Fließband. Bei vollem Bewusstsein an den Beinen aufgehängt, fahren sie kopfüber durch ein Wasserbad, das unter Strom steht. Der elektrische Schlag soll sie betäuben – doch viele Tiere bewegen sich stark und tauchen gar nicht erst in das Wasser ein. Sie erleben den nachfolgenden Halsschnitt, der dafür sorgt, dass sie verbluten, ohne Betäubung mit.

Das Leben der Fische

Lange Zeit galten Fische als stumpfe, instinktgesteuerte Tiere. Sogar Leidensfähigkeit wurde ihnen abgesprochen und die Ansicht, sie könnten keinen Schmerz empfinden, hielt sich hartnäckig. Tatsächlich sind Fische, Kopffüßer und Krustentiere viel intelligenter als lange angenommen: Sie verfügen über ein gutes Erinnerungsvermögen, sind neugierig und verspielt, schließen sich zu sozialen, teilweise sogar artübergreifenden Gruppen zusammen und benutzen Werkzeuge wie etwa Steine zum Knacken von Muscheln. Zahlreiche wissenschaftliche Studien zeigen, dass auch Fische Schmerz empfinden und leiden.

Trotzdem werden weltweit jährlich etwa 179 Millionen Tonnen Fisch für den menschlichen Konsum bereitgestellt. Fische, die bei uns auf dem Teller landen, stammen entweder aus Wildfängen – also aus Ozeanen und Binnengewässern – oder aus Fischfarmen, sogenannten Aquakulturen.



Aquakulturen

52 Prozent aller Fische, die für unseren Speiseplan bestimmt sind, stammen aus Aquakulturen. Sowohl Salz als auch Süßwasserfische werden in Teichen, Zuchtbecken, hochtechnisierten Kreislaufanlagen, Netzgehegen oder Meereskäfigen aufgezogen und gemästet. Der Großteil der Tiere stammt aus dem asiatischen Raum, vor allem aus China. Weil Profit auch hier im Vordergrund steht, werden oft möglichst viele Fische auf möglichst kleinem Raum gehalten. Die Besatzdichten sind vergleichbar mit einer Badewanne, in der 35 große, gemästete Forellen Platz finden müssen. Während ein atlantischer Lachs in freier Natur über tausende Kilometer hinweg wandert, kann er in einer Aquakultur nur kleine Kreise schwimmen. Auch Versteck- und Beschäftigungsmöglichkeiten fehlen in den kahlen Meereskäfigen oder Becken vollkommen. Die Tiere entwickeln Verhaltensstörungen und Aggressionen. Sie erleiden nicht nur Infektionen, Verletzungen und Flossenschäden, auch der Stress schlägt sich auf ihre Gesundheit nieder. So sterben viele Tiere schon aufgrund der Lebensumstände, bevor sie geschlachtet werden. Auch für die Umwelt sind einige Aquakulturen, wie beispielsweise die Netzgehege der Lachsfarmen, ein Kraftakt: Über die Verbindung zu offenem Gewässer gelangt das mit Ausscheidungen und Medikamenten verunreinigte Wasser in Seen, Flüsse und Meere. Darüber hinaus brechen immer wieder Fische aus Meereskäfigen aus und gefährden die dortigen Ökosysteme, da sie beispielsweise



heimische Arten verdrängen können oder den Genpool der Wildfische verändern.

Ein Großteil der Speisefische sind Raubfische, also Fleischfresser wie Lachs- und Forellenarten. Um ihr Schlachtgewicht zu erreichen, müssen sie viel fressen – vor allem Futter, das aus kleineren Fischen besteht. Für ein Kilogramm Fisch bedarf es circa 0,5 bis 3 Kilogramm Wildfisch. Dafür werden kleinere Arten wie Sardinen zu Fischmehl oder Fischöl verarbeitet. Diese stammen meist aus der Meeresfischerei – die Idee, Fisch aus Aquakulturen zu kaufen und damit der Überfischung der Meere entgegenzuwirken, geht also nicht auf.

Meeresfischerei

Die Welternährungsorganisation (FAO) schätzt, dass nahezu 90 Prozent der natürlichen Fischbestände entweder maximal ausgenutzt oder bereits überfischt sind. Weil kleinere Bestände schwieriger aufzuspüren sind, arbeitet die Fischerei mit Methoden wie der Echolotung – so kann sich kein Fisch verstecken. Riesige Grundschleppnetze sorgen dafür, dass der Fang besonders üppig ausfällt. Sie schleifen über den Meeresboden und zerstören Korallen und ganze Lebensräume.

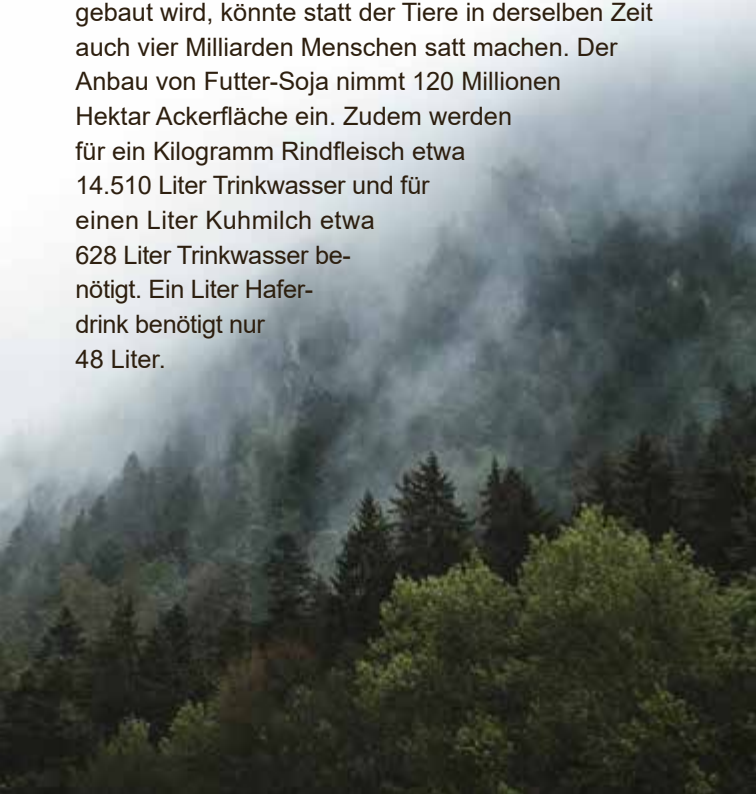
Darüber hinaus fallen auch Tiere, die nicht für den menschlichen Verzehr gedacht oder sogar streng geschützt sind, diesen auf Masse ausgelegten Fangmethoden zum Opfer. Jedes Jahr sterben Millionen

„unerwünschte“ Fische, Schildkröten, Haie, Rochen, Vögel, Delfine und Wale als Beifang direkt in den Netzen oder weil Fischer sie als „nutzlos“ wieder ins Meer zurückwerfen.

Auf die Meeresbewohner, die für unseren Speiseplan bestimmt sind, wartet am Schiffsdeck oft der langwierige und grausame Erstickungstod, wenn sie nicht schon vorher zu Tode gequetscht wurden. Zwar ist auch bei der Meeresfischerei eine „Schmerzvermeidung“ für die Tiere vorgeschrieben – aufgrund der schieren Masse der Tiere wird auf eine ordentliche Betäubung oder einen schnellen Tod allerdings meist nicht geachtet.

Gut für die Tiere, gut für die Umwelt

Veganismus ist Tierschutz – doch nicht nur das. Die rein pflanzliche Lebensweise leistet auch einen wichtigen Beitrag zum Umweltschutz und hat positive Auswirkungen auf Menschen rund um den Globus. Unser Planet ächzt unter dem Konsumverhalten der Menschen – Platz und Ressourcen werden knapp. Zum Beispiel gehen 80 Prozent der Abholzung des brasilianischen Regenwaldes darauf zurück, dass gigantische Weideflächen für Rinder benötigt werden. Dafür werden sogar Schutzgebiete und Flächen von indigenem Land illegal eingenommen. Und nicht nur die Tiere selbst, auch ihr Futter verschlingt Ressourcen: Die Getreidemenge, die weltweit für Milchkühe, Legehennen und Masttiere angebaut wird, könnte statt der Tiere in derselben Zeit auch vier Milliarden Menschen satt machen. Der Anbau von Futter-Soja nimmt 120 Millionen Hektar Ackerfläche ein. Zudem werden für ein Kilogramm Rindfleisch etwa 14.510 Liter Trinkwasser und für einen Liter Kuhmilch etwa 628 Liter Trinkwasser benötigt. Ein Liter Haferdrink benötigt nur 48 Liter.



Hinzu kommt: Für die riesigen Mengen Getreide, die der menschliche Fleischhunger verschlingt, gibt es in den Ländern, in denen die tierischen Produkte letztendlich gegessen werden, überhaupt keinen Platz. Deswegen werden in Ländern, die nicht so reich sind, große Ackerflächen in Anspruch genommen – die der dortigen Bevölkerung dann nicht mehr zur Verfügung stehen, um eigene Lebensmittel anzubauen. 82 Prozent der Kinder, die weltweit an Hunger sterben müssen, leben in Ländern, die massenhaft Getreide anbauen. Die Gier nach tierischen Lebensmitteln hat heute eine solche Dimension erreicht, dass Menschen und die sogenannten Nutztiere um Nahrung konkurrieren. Das Konsumverhalten – vor allem in westlichen Ländern – hängt also stark zusammen mit dem Ökosystem unserer Erde und den Hungersnöten im Rest der Welt.



Um den menschlichen Einfluss auf die Umwelt und den Verbrauch der Ressourcen unseres Planeten darzustellen, haben Expert*innen das Konzept des ökologischen Fußabdrucks entwickelt. Dieser beschreibt,



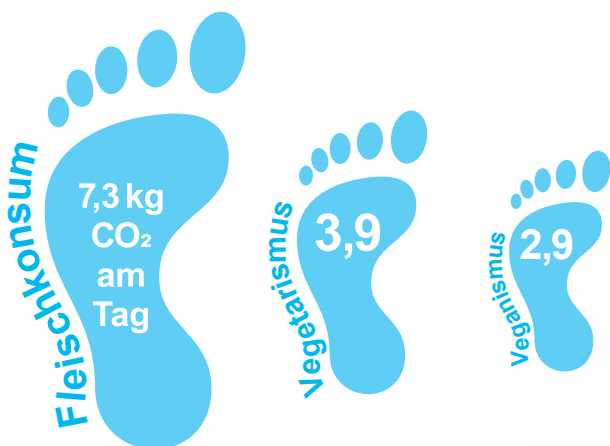
wie viel Natur jeder einzelne Mensch „verbraucht“ – für Ernährung, Verkehrsmittel, Strom und andere Lebensgewohnheiten. Die Größe eines ökologischen Fußabdrucks bemisst sich mit dem sogenannten globalen Hektar. Hätte jeder Mensch dieselben Ressourcen und wäre alles fair verteilt, stünden jedem*jeder von uns 1,6 davon zu. Tatsächlich

beansprucht aber jede*r von uns durchschnittlich 2,7 globale Hektar – wir leben also, als hätten wir 1,7 Planeten zur Verfügung und nicht nur die eine Erde. Seit mehreren Jahrzehnten verbrauchen wir mehr Ressourcen als uns zur Verfügung stehen. Doch jeder Mensch und jedes Land hinterlässt eine unterschiedlich große Fußspur. In Deutschland beispielsweise beträgt der durchschnittliche Naturverbrauch pro Kopf 4,7 globale Hektar, während es in Bangladesch nur 0,8, in Äthiopien nur 1,0 und in Nicaragua nur 1,7 globale Hektar sind.

Der Fußabdruck, den Menschen für immer in der Natur unseres Planeten hinterlassen, bemisst sich nicht nur an dem ungeheuren Platz, den wir für Landwirtschaft oder Energiegewinnung beanspruchen. Auch die Abfallstoffe und Abgase, die dadurch entstehen, muss die

Umwelt irgendwie verarbeiten. Die Landwirtschaft produziert weltweit 24 Prozent der Treibhausgase – selbst der Verkehrssektor liegt mit 14 Prozent deutlich niedriger.

Natürlich müssen wir Menschen uns ernähren und Treibhausgase sind nicht gänzlich zu vermeiden. Aber die Umstellung auf eine pflanzliche Ernährung würde unseren Planeten schon deutlich aufatmen lassen. Denn: 70 Prozent aller Emissionen, die durch die Produktion von Lebensmitteln entstehen, gehen auf tierische Produkte zurück.



Menschen, die regelmäßig viel Fleisch essen, produzieren damit am Tag durchschnittlich 7,3 Kilogramm CO²-Äquivalente. Bei Vegetarier*innen sind es 3,9 Kilogramm, bei Veganer*innen sogar nur 2,9 Kilogramm. Es ist Zeit, dass wir Verbraucher*innen Verantwortung übernehmen: Für die Tiere, den Planeten, die Menschen rund um den Globus und die zukünftigen Generationen.

Wie geht vegan? Vorurteile und Realität

Veganismus ist eine nachhaltige Bewegung, die stetigen Zulauf bekommt. Die pflanzliche Lebensweise steht immer wieder im Mittelpunkt der Medienöffentlichkeit und greift auch im Alltag – zum Beispiel in Supermärkten, Restaurants und Modegeschäften – immer mehr um sich. Dennoch sehen sich Veganer*innen immer wieder mit kritischen Fragen – und auch Vorurteilen – konfrontiert.

„Du bekommst doch viel zu wenig Nährstoffe!“

Oft wird angenommen, eine vegane Ernährung könne nicht genügend Nährstoffe liefern. Vor allem die ausreichende Versorgung mit Proteinen wird immer wieder angezweifelt – denn viele Menschen denken bei dem Wort „Eiweiß“ an Fleisch, Milch und Eier. Dabei sind zum Beispiel Hülsenfrüchte und Samen ganz hervorragende Eiweißlieferanten: Sojadrink enthält zum Beispiel ebenso viel Protein wie Kuhmilch. Und ein Rinderfilet wird in seinem Proteingehalt locker von Erdnüssen und Kürbiskernen geschlagen. Auch Linsen, Kidneybohnen und Kichererbsen liefern viel pflanzliches Eiweiß und lassen sich aus der Dose oder dem Glas blitzschnell lecker zubereiten.





Das Beste daran:
Pflanzliche Proteine
bringen im Gegensatz
zu tierischen keine un-
gesunden Nebenstoffe wie

Cholesterin mit. Neben Proteinen

ist auch der Mineralstoff Eisen ein beliebtes, aber unberechtigtes Argument für den Fleischverzehr. Dabei liefern 100 Gramm Rinderfilet gerade einmal 2,3 Milligramm Eisen – hier haben Hülsenfrüchte wie Linsen und Bohnen oder auch Erdnüsse ebenfalls deutlich mehr zu bieten. Das sind nur einige Beispiele, die zeigen, dass eine ausgewogene vegane Ernährung nahezu alle wichtigen Nährstoffe liefert. Selbst Zartbitterschokolade ist meist vegan und schlägt den Eisen-gehalt von Rindfleisch um das siebenfache.

Das einzige Vitamin, das Veganer*innen im Auge behalten sollten, ist Vitamin B12. Es kommt vorrangig in Fleisch, Milch oder Eiern vor. Das Vitamin wird von Mikroorganismen gebildet, die auf Pflanzen leben. Wenn zum Beispiel eine Milchkuh diese Pflanzen isst, gelangt das B12 in ihre Milch und damit auf den menschlichen Speiseplan. Tatsächlich sehen die meisten Kühe in der heutigen Landwirtschaft aber nie eine Weide und können von frischem Gras und Wildkräutern nur träumen. In den Ställen bekommen die hochgezüchteten Tiere Energiefutter, um rekordverdächtige Mengen Milch geben zu können. Das Gleiche gilt für Mastrinder, Masthühner, Schweine und Legehennen: Sie alle werden mit Spezialfutter versorgt, um Höchstleistungen und damit den größtmöglichen Profit zu bringen. Statt Vitamin B12



auf natürliche Weise aufzunehmen, enthält ihre Nahrung einen Cocktail aus Vitaminen und Mineralstoffen, der Milch, Fleisch und Eier nahrhafter machen soll. Die Annahme, dass eine Ernährung mit tierischen Produkten „natürlicher“ sei als eine vegane, weil sie das Vitamin von Natur aus mitliefert, ist so also nicht richtig: Während Veganer*innen einfach regelmäßig selbst Präparate mit B12 nehmen, gehen andere den Umweg über die mit Vitaminzusätzen versorgten Tiere.

Eine Ernährung mit Fleisch, Milch und Eiern ist weder natürlicher noch grundsätzlich gesünder als eine rein pflanzliche Lebensweise. Unsere Vorfahren mochten auf tierische Nahrungsmittel angewiesen sein – doch die Menschheit hat sich weiterentwickelt und mit ihr Nährstoffbedarf sowie Konsumverhalten: Wir sind keine Jäger*innen und Sammler*innen mehr. Wir sind Ander-Supermarktkasse-Ansteher*innen – im besten Fall welche, die Verantwortung für Tiere, Umwelt und künftige Generationen übernehmen.

„Du kannst nur noch Reis und Kartoffeln essen!“

Warum sollte eine pflanzliche Ernährung einseitig oder langweilig sein? Schließlich wartet die gesamte Obst-, Gemüse- und Getreidepalette nur darauf, zu einem leckeren Gericht verarbeitet zu werden. Wenn jemand erst einmal den Blick über den eigenen Tellerrand wagt, eröffnen sich ganz neue Möglichkeiten. Eine spannende Neuentdeckung ist beispielsweise das schwarze Salz Kala Namak, das durch sein leichtes Schwefelaroma Tofu in leckeren pflanzlichen Ersatz für Rührei verwandelt – auch Rührtofu genannt. Auch das den meisten Menschen noch unbekannte Aquafaba – das Wasser von Kichererbsen, Bohnen und anderen Hülsenfrüchten – wird mit etwas Backpulver zum perfekten pflanzlichen „Ei“schnee für Kuchen, Baiser und vegane Desserts.

Beim Kochen und Backen können Sie sich jederzeit auf die Kraft der Pflanzen verlassen. Vor allem die Sojabohne liefert uns in Form von Tofu, Seitan und Tempeh vielseitigen Fleisch- und Fischersatz, der keine Wünsche offen lässt und den Sie so würzen können, wie es Ihnen beliebt. Auch der innere Schweinehund geht bei einer veganen Er-



nahrung nicht leer aus: In Supermärkten sowie Discountern sind zahlreiche vegane Convenience-Produkte und Fertiggerichte wie Curry, Gulasch oder Chili erhältlich. Auch der Nachtschisch ist dank der verschiedenen pflanzlichen Milchalternativen in Eis, Pudding und anderen Desserts gesichert. Vieles, was beim Film-Marathon auf dem Sofa einfach dazugehört, ist ohnehin schon vegan: dunkle Schokolade, Fruchtgummi ohne Gelatine sowie gesalzene Kartoffel- oder Tortilla-Chips. Zahlreiche süße und salzige Knabberereien kommen ohne tierische Inhaltsstoffe aus. Ein Blick auf die Zutatenliste zeigt, dass die vegane Welt der Lebensmittel viel größer ist, als sie für manche zunächst vielleicht scheinen mag.



„Vegane Lebensmittel sind viel zu teuer!“

Eine vegane Ernährung besteht hauptsächlich aus dem reichhaltigen Angebot an Gemüse, Obst, Hülsenfrüchten und Getreide. Diese pflanzlichen Lebensmittel sollten auch die Basis einer vegetarischen oder fleischhaltigen Ernährung bilden – nur, dass bei diesen zusätzlich noch die tierischen Produkte hinzukommen. Wieso sollte also ausgerechnet eine pflanzliche Ernährung teurer

sein? Natürlich kann sich jede*r auch mal etwas gönnen, aber ein vollwertiger veganer Speiseplan kommt ohne Fertiggerichte oder Ersatzprodukte für Fleisch und Käse aus. Auch sogenannte Superfoods, die teuer vermarktet werden, sind nicht notwendig.

Zugegeben, teilweise sind einfach zu produzierende Pflanzenprodukte wie Sojadrink teurer als die tierische Alternative. Doch diese Preisunterschiede sind weniger ein Problem des veganen Marktes, sondern vielmehr ein weiterer Missstand unserer modernen Lebensmittelindustrie: Während für pflanzliche Lebensmittel die reguläre Mehrwertsteuer von 19 Prozent fällig wird, sind tierische Lebensmittel subventioniert und mit dem ermäßigten Satz von nur sieben Prozent besteuert. Hinzu kommt, dass Produkte tierischen Ursprungs viel zu billig verkauft werden – die Discounter unterbieten sich mit immer niedrigeren Dumpingpreisen. Die Leidtragenden sind dabei nicht nur die Landwirt*innen, sondern vor allem die landwirtschaftlich genutzten Tiere, auf deren Rücken dieser Preiskampf ausgefochten wird. Für hohen Profit werden ihnen Höchstleistungen abverlangt, während sie selbst kaum etwas kosten dürfen. Das schlägt sich in unwürdigen, industrialisierten Lebensumständen nieder, die sie viel zu früh das Leben kosten.



„Sollen Kühe und Schweine etwa aussterben?“

Kann Fleischessen Artenschutz sein? Einige Menschen glauben, dass sie mit ihrer Unterstützung der landwirtschaftlichen Tierhaltung tatsächlich etwas für die Tiere tun: Nämlich Nutztierassen von Rindern, Schweinen und Hühnern zu schützen, indem sie die Nachfrage ihrer Produkte sichern. Doch die Artenvielfalt in der heutigen Landwirtschaft ist extrem beschränkt. Die genutzten Tiere sind auf ganz bestimmte Merkmale gezüchtet: Mastrinder zum Beispiel sollen möglichst viel Fleisch ansetzen, Legehennen möglichst viele Eier legen.

Die hohen Ansprüche an die Tiere haben dazu geführt, dass Hybridtiere – eine Mischung verschiedener Rassen, bei der jede einzelne zu einem gewollten Merkmal beiträgt – eingesetzt werden. Die Elterntiere, die dabei der Zucht dienen, stammen von nur einigen wenigen Marktführern.



Nicht nur die Vielfalt, auch die Lebensqualität der Tiere leidet unter den heutigen Zuchtstandards. Legehennen sind schon nach kurzer Dauer vollkommen ausgezehrt, weil ihr Körper so viele Eier produziert. Auch Milchkühe werden schnell krank und nach wenigen Lebensjahren geschlachtet. Schweine und Masthühner setzen so viel Fleisch an, dass ihr Herz den massigen Körper kaum mehr versorgen kann. Würden die Tiere nicht sowieso geschlachtet werden, hätten sie eine extrem kurze Lebenserwartung. Zugunsten höheren Profits sind sie auf Höchstleistung gezüchtet, wobei ihre Gesundheit in den Hintergrund getreten ist. Ihre Daseinsberechtigung ist das menschliche Konsumverhalten. Sind diese Zustände wirklich schützenswert?

Es gibt alte Rassen landwirtschaftlich genutzter Tiere, die allmählich aussterben. Sie werden nur noch von Liebhaber*innen und Hobbyzüchter*innen gehalten, denn im Gegensatz zu ihren bemitleidenswerten Artgenossen aus der industriellen Landwirtschaft sind sie nicht rentabel. Weil sie zu wenig Fleisch, Eier oder Milch liefern, geraten sie langsam in Vergessenheit – da nützt jedoch auch der Kauf von Milch, Fleisch oder Eiern aus dem Supermarkt nichts.

„Das ganze Soja, das für Veganer*innen produziert wird, ist schlecht für die Umwelt!“

Der massenhafte Anbau von Soja ist ein Problem. Besonders in Brasilien muss der Regenwald riesigen Feldern der eiweißreichen Hülsenfrucht weichen. Das ist schädlich für die Artenvielfalt und unser gesamtes Ökosystem. Denn die genveränderten Pflanzen wachsen dort in großen Monokulturen und werden mit Unmengen von Pestiziden behandelt. Die Nachfrage steigt trotzdem weiter an.

Es sind jedoch nicht die Veganer*innen, die diese Mengen Soja beanspruchen. Tatsächlich dienen nur zwei Prozent des weltweit produzierten Sojaschrots dem menschlichen Speiseplan. Und die Pflanzen, die in Tofu, Sojamilch und Co. verarbeitet werden, stammen zumeist ohnehin aus europäischem Anbau und haben häufig Bio-Qualität. Den Löwenanteil der umweltschädlichen Sojaproduktion verantwortet die landwirtschaftliche Tierhaltung: Als Proteinlieferant ist Soja ein beliebtes Krafftutter, das die hochgezüchteten Tiere mit genug Eiweiß für Fleisch-, Milch- und Ei-Produktion versorgt. Wer tierische Lebensmittel konsumiert, isst indirekt immer auch Soja mit, mit dem die Tiere gefüttert wurden. Aus dem Soja, das eine Kuh fressen





muss, um nur einen Liter Milch zu produzieren, könnte zum Beispiel auch direkt ein Liter Milchalternative hergestellt werden. Und auf ein Kilogramm Schweinefleisch kommen 500 bis 600 Gramm der Pflanze. Die Ernährung mit tierischen Produkten ist also recht ineffizient – würden wir unseren Energie- und Nährstoffbedarf einfach direkt mit Soja decken, wäre das ressourcensparender und umweltschonender. Bevor die eigentlich sehr nützliche und hochwertige Pflanze den umweltschädlichen Weg übers leidende Tier nimmt, wäre sie in einem leckeren veganen Gericht doch viel besser und tierfreundlicher aufgehoben.

Veränderung beginnt hier und jetzt!

Jeder noch so kleine Schritt ist wichtig und jeder Mensch kann mit seinem täglichen Handeln etwas bewirken. Für all diejenigen, die in die vegane Küche hineinschnuppern möchten, steht die gesamte Getreide-, Gemüse- und Obstpalette bereit. Und wenn Horizont und Tellerrand erst einmal erweitert sind, ist die pflanzliche Ernährung überhaupt nicht mehr kompliziert. Niemand muss auf etwas verzichten – im Gegenteil: Schon mit kleinen Veränderungen, jeder einzelnen Mahlzeit und mit viel Genuss kann jede*r den Tieren und unserer Umwelt große Dienste erweisen. Sie fühlen sich dazu inspiriert, die pflanzliche Lebensweise besser kennenzulernen?



Mit unserem Kochbuch „Tierschutz genießen“ geben wir Ihnen gerne Starthilfe! 80 spannende Rezepte – von einfach bis gehoben, von Vorspeise bis Nachtisch – öffnen Ihnen die Augen für die Vielfältigkeit der pflanzlichen Küche. Wie das Kochbuch bietet „Tierschutz genießen – Das Backbuch“ Anfänger*innen und erfahrenen Pflanzenesser*innen neue Perspektiven und Ideen für jeden Geschmack – von Klassikern wie Bienenstich und Donauwelle bis zu modernen Kreationen wie No Bake und Upside Down Cakes.



**IHR BEITRAG
ZUM TIERSCHUTZ!**

Im Buchhandel vor Ort
und online erhältlich.





Das Tierschutzlabel „Für Mehr Tierschutz“

Wer mit kleinen Schritten mehr Tierschutz auf den Teller bringen, dabei aber nicht auf tierische Produkte verzichten möchte, sollte beim Kauf von Fleisch, Milch und Eiern auf das Tierschutzlabel „Für Mehr Tierschutz“ des Deutschen Tierschutzbundes achten. Das Tierschutzlabel „Für Mehr Tierschutz“ ist inzwischen beinahe bundesweit vertreten – insgesamt rund 500 Betriebe halten ihre Tiere – Mastschweine, Masthühner, Mastrinder, Legehennen und Milchkühe – schon heute unter den Kriterien des Tierschutzlabels. Das Label umfasst zwei Stufen: eine Einstiegs- und eine Premiumstufe. Beiden liegen jeweils verbindliche Anforderungen an die Tierhaltung, den Tiertransport, die Schlachtung und die Verarbeitung zugrunde, die über die gesetzlichen Vorgaben hinausgehen. Mit einem größeren Platzangebot, Strukturen und Beschäftigungsmöglichkeiten bietet der Einstiegsstandard einen ersten eindeutigen, messbaren Mehrwert für die Tiere. Der Premiumstandard bietet mit einem noch höheren Platzangebot beziehungsweise Außenklimabereichen oder Auslaufmöglichkeiten weiteren Mehrwert und eine tiergerechtere Haltung. Mit seinem Tierschutzlabel „Für Mehr Tierschutz“ schafft der Deutsche Tierschutzbund hier und jetzt bessere Bedingungen für die Tiere in der Landwirtschaft.



#WEILJEDEMAHLZEITZÄHLT

*Zahlreiche vegane Rezepte und
Inspirationen finden Sie unter
www.weiljedemahlzeitzaehlt.de*



Unterstützen Sie den Tierschutz, indem Sie Mitglied im örtlichen Tierschutzverein und im Deutschen Tierschutzbund werden!

Überreicht durch:

Deutscher Tierschutzbund e. V.

In der Raste 10, 53129 Bonn

Tel. 0228 60 49 6-0, Fax 0228 60 49 6-40

www.tierschutzbund.de

FINDEFIX – Das Haustierregister des Deutschen Tierschutzbundes

Tel. 0228 60 49 6-35

Fax 0228 60 49 6-42

www.findefix.com

Folgen Sie uns auf:



Sparkasse KölnBonn

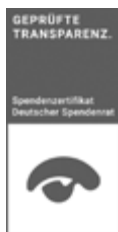
BLZ 370 501 98, Konto Nr. 40 444

IBAN: DE 88 37050198 0000040444

BIC: COLS DE 33

Spenden sind steuerlich absetzbar.

Gemeinnützigkeit anerkannt.



Initiative
Transparente
Zivilgesellschaft

Verbreitung in vollständiger
Originalfassung erwünscht.
Nachdruck – auch auszugs-
weise – ohne Genehmigung
des Deutschen Tierschutz-
bundes nicht gestattet.