Wer die Welt retten will, muss bei sich selbst anfangen!

Klima retten – vegetarisch genießen!

18 Prozent der weltweit freigesetzten Treibhausgase entstehen durch Viehzucht. Fleischfrei lebende Menschen tun deutlich mehr für die Umwelt: Nach einer neuen Studie der Welternährungsorganisation ist die Viehzucht für das Klima sogar noch schädlicher als der ebenfalls stark umweltbelastende Verkehrssektor.
Die Welternährungsorganisation der Vereinten Nationen *(FAO - Food and Agriculture Organization of the United Nations*) stellte jüngst die Frage: „***Was verursacht mehr Treibhausgasemissionen: Viehzucht oder Autofahren?***" Die neue FAO-Studie „***Der lange Schatten des Viehs***" gibt darauf eine Antwort: Weltweit erzeugen rund 1,5 Milliarden Rinder, 1,7 Milliarden Schafe und Ziegen sowie unzählige Schweine und Hühner 18 Prozent der weltweit freigesetzten Treibhausgase und damit mehr als der gesamte Transportsektor. *„Der durch Viehzucht verursachte Ausstoß von klimaschädlichem Methangas muss bis 2020 deutlich reduziert werden. Weniger oder kein Fleisch essen sowie generell die stärkere Betonung auf eine pflanzliche Ernährung sind für den Fortbestand unserer Zivilisation unumgänglich"* so Hilmar Steppat, Sprecher des Vegetarier-Bund Deutschlands e.V (VEBU). „*Die vegetarische Ernährung ist die zukunftsfähigere und gesündere Lebensweise*" so Steppat weiter.

12 Fragen & Antworten zum Thema Fleisch

1. Ist Fleisch ein Stück Lebenskraft?

Der Fleischkonsum ist eine der Hauptursachen verbreiteter Zivilisationskrankheiten: Diabetes, Gicht, Fettleber, Wasserablagerungen, Rheuma, Allergien, Stoffwechselstörungen, Herz- & Kreislauferkrankungen, Krebs. Diese Leiden sind die Folge von Über- und Fehlernährung. Die Ursache vieler Krankheiten und Allergien findet sich im tierischen Eiweiß. Zahlreiche Studien haben diese Zusammenhänge eindeutig nachgewiesen (siehe unser STUDIEN-Infoblatt). Hautkrankheiten, z.B. Neurodermitis, die als unheilbar gelten, sind sehr häufig durch eine vegetarische oder vegane (rein pflanzliche) Ernährung zu heilen.

2. Führt eine vegetarische Ernährung zu Mangelerscheinungen?

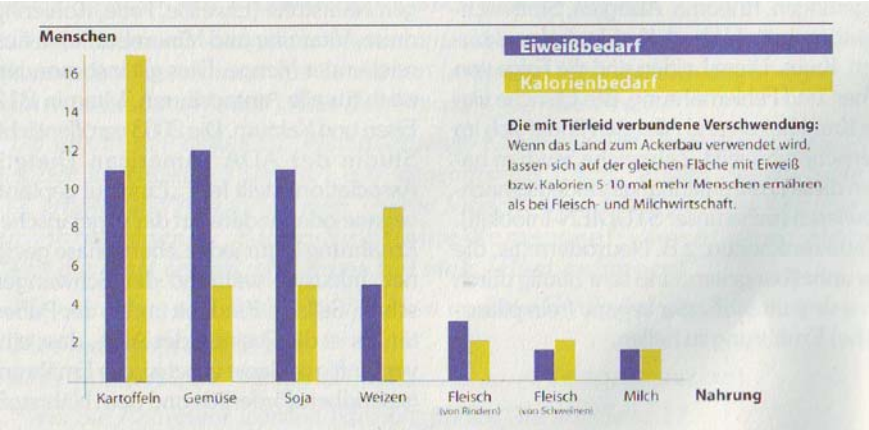
Eine ausgewogene und vollwertige vegetarische Ernährung enthält alle notwendigen Nährstoffe (Eiweiße, Fette, Kohlenhydrate, Vitamine und Mineralstoffe) in ausreichender Menge. Dies gilt insbesondere auch für alle Aminosäuren, Vitamin B12, Eisen und Kalzium. Die 2003 veröffentlichte Studie der ADA (American Dietetic Association) stellt fest: „Eine gut geplante vegane oder andere Art der vegetarischen Ernährung ist für jede Lebensphase geeignet, inklusive während der Schwangerschaft, Stillzeit, Kindheit und in der Pubertät. Es ist die Position der ADA, dass eine vernünftig geplante vegetarische Ernährung gesundheitsförderlich und dem Nährstoffbedarf angemessen ist, sowie einen gesundheitlichen Nutzen für Prävention und Behandlung bestimmter Erkrankungen hat. " Den vollständigen Text der Studie finden Sie unter ww.vebu.de/gesundheit/

3. Warum gibt es Massentierhaltung?

Der bis 1988 enorm angestiegene Fleischverbrauch hat die Massentierhaltung zu einem profitablen Geschäft gemacht. Dieses hat die Lebenssituation der Tiere dramatisch verschlechtert. Massentierhaltung bedeutet eine ununterbrochene Qual durch unerfüllte Bedürfnisse und unentrinnbare Zwänge (extrem enges Eingesperrtsein, Fehlen von Ruheplätzen, Verkümmerung von Körperteilen, nicht artgemäße Nahrung, keine sozialen Kontakte etc.). Diese Intensivhaltung ist die direkte Folge der Nachfrage nach billigem Fleisch.

4. Warum werden durch den Fleischkonsum Lebensmittel verschwendet?

Aus 10 kg Getreide kann nur 1 kg Rindfleisch gewonnen werden. Den Rest braucht das Rind für seine Lebenserhaltung. Wer sich über den Umweg von Fleisch ernährt, verbraucht also viel mehr Pflanzen als bei der vegetarischen Lebensweise. Von 1 Hektar Kartoffeln können z.B. 11 Menschen mit genügend Proteinen (Eiweiß) und 17 mit genügend Kalorien versorgt werden (durch Viehzucht dagegen nur maximal 2,5 Menschen, siehe Grafik). Ähnlich liegen die Verhältnisse beim Wasserverbrauch: Für die Produktion von einem Kilo Rindfleisch werden 15m3 Wasser benötigt, für ein Kilo Getreide reichen schon 0,4-3m3 Wasser.



5. Wie kommt Chemie und BSE ins Fleisch?

Die Lebensbedingungen in der Massentierhaltung erfordern einen hohen Einsatz von Arzneimitteln, die wir über den Fleischverzehr aufnehmen (z.B. Antibiotika, Hormone, Psychopharmaka, Tranquilizer). Gifte aus Futtermitteln, die in Monokultur erzeugt wurden, reichern sich ebenfalls im Fleisch an. Auch der sog. Rinderwahnsinn (BSE) war eine direkte Folge der Massentierhaltung: Pflanzen fressende Rinder wurden seit Beginn der 80er Jahre von der Agrarindustrie gezwungen, zu „Kraftfutter" verarbeitete Schafs-Kadaver zu fressen, um noch mehr Fleisch bzw. Milch zu produzieren. Diese Schafe waren teilweise an der Seuche „Scrapie" verendet. BSE kann z.B. durch Fleischverzehr infizierter Tiere auf den Menschen übertragen werden und endet immer tödlich (BSE ist identisch mit dem Creutzfeld-Jacob-Syndrom).

6. Was hat der Hunger in der sog. 3. Welt mit unserem Fleischkonsum zu tun?

Ohne die massiven Futtermittelimporte aus der sog. 3. Welt könnten unsere Fleischmengen überhaupt nicht produziert werden. Alle sieben Sekunden stirbt irgendwo auf der Welt ein Kind unter zehn Jahren an Hunger, weil diese Pflanzennahrung fehlt. 826 Millionen

Menschen sind permanent schwer unterernährt (Jean Ziegler/UN, 2003). Auf den landwirtschaftlichen Flächen dieser Regionen wird pflanzliche Nahrung angebaut und als Futtermittel in die Industrieländer gebracht, um hier zur „Veredelung" für Mastfutter zu dienen: Verelendung durch ‚Veredelung".

7. Fressen und gefressen werden: ganz natürlich?

Viele Menschen würden sich vegetarisch ernähren, wenn sie die Tiere, die sie essen, selbst töten müssten. Davor, dass andere das für sie erledigen, verschließen sie gern die Augen. Der Mensch ist jedoch in der Lage, seine Entscheidungen bewusst und verantwortungsvoll zu treffen und auch über die Folgen seiner Handlungen zu reflektieren. Deshalb machen wir es uns zu einfach, wenn wir das Verhalten aus dem Tierreich auf das menschliche Leben übertragen. Da wir gut leben können, ohne Tiere zu töten, ist es sinnlose Grausamkeit, wenn wir sie dennoch töten lassen.

8. Gibt es einen Zusammenhang zwischen Fleischkonsum und dem Waldsterben?

Die Ursachen für „Sauren Regen" sind Schwefeldioxid (Industrie) und Stickoxide (Kfz), die nach einer Umwandlung in der Atmosphäre als Schwefel bzw. Salpetersäure herabregnen. Auch die Verdunstung von Ammoniak aus den großen Mengen von Gülle aus der Massentierhaltung führt zur Bildung von Salpetersäure. Beide Säuren führen in hoher Konzentration zur Zerstörung der Blattepidermis und Austrocknung der Blätter. Langfristig bewirkt „Saurer Regen" die Auswaschung notwendiger Nährmetalle aus dem Wurzelbereich der Bäume sowie die Freisetzung leicht giftigen Aluminiums. In den Niederlanden gehen z.B. 30% des Waldsterbens auf die Massentierhaltung zurück. Ammoniakwolken aus dieser Gülle sind noch in Lappland nachweisbar. Die Waldsterberate ist in Gebieten starker Massentierhaltung sehr hoch.

9. Was haben Steak und Kotelett mit dem Regenwald zu tun?

Der südamerikanische Regenwald (auch „*Lunge der Welt*" genannt) wird gerodet, um Anbauflächen für Futtermittel sowie Weideflächen zu schaffen. Die Zerstörung von Gebieten, um ein vielfaches größer als Deutschland, ist die Folge. Der Wasserhaushalt, das Klima und der Kohlendioxidgehalt der Luft werden nachhaltig verändert. Zehntausende von Pflanzen- und Tierarten werden ausgelöscht.

10. Fördert der Fleischkonsum den Klimawandel?

Laut der oben genannten Studie der FAO (Landwirtschaftsorganisation der UNO) aus dem Jahr 2006 ist die Erzeugung tierischer Lebensmittel für 18% aller anthropogenen klimawirksamen Emissionen verantwortlich und liegt damit vor dem ebenfalls sehr belastenden Verkehrssektor. Die Treibhausgas-Emissionen liegen z.B. für Rindfleisch bei 6450 CO2-Äquivalenten, für Schweinefleisch bei 1900, für z.B. Kartoffeln aber nur bei 240 und für Gemüse bei 150 CO2 Äquivalenten. Der vegetarische Lebensstil kann nach einer Untersuchung der Universität Gießen den Ausstoß von Treibhausgasen um bis zu 50% reduzieren.

11. Ist die vegetarische Ernährung die Ernährung der Zukunft?

Die Zahl der Erdbevölkerung steigt weiter. Die landwirtschaftlichen Flächen lassen sich ohne

immense ökologische Schäden nicht vergrößern. Sie werden vielmehr durch ständige Oberbeanspruchung und einseitige Ausbeutung verringert. Bei vegetarischer Ernährung und gerechter Lebensmittelverteilung brauchte heute und in Zukunft niemand zu hungern. Diese Chance wird verbaut, wenn wir unseren Fleischkonsum beibehalten und durch den Export von Fleischüberschüssen aus der EU in die so genannte„Dritte Welt" den Fleischkonsum noch fördern. Hunger wird gemacht!

12. Vegetarisch -wie geht denn das?

Die vegetarische Küche lebt vom Genuss und ist ganz leicht zu lernen. Um sich den Einstieg zu erleichtern können Sie: vegetarische Restaurants/Hotels ausprobieren, ein schönes vegetarisches Kochbuch kaufen, einen vegetarischen Kochkurs belegen (z.B. über Volkshochschulen/Krankenkassen), Kontakt zu anderen Vegetarierinnen aufnehmen (in vielen Städten Deutschlands bieten „*Vegi Treffs*" Austausch, Hilfe und Beratung), vegetarische Zeitschriften („*natürlich vegetarisch*" oder „*Vegetarisch fit!*") abonnieren, auf der Internetseite „*vegetarisch-einkaufende*" stöbern, die telefonische Ernährungsberatung des VEBU in Anspruch nehmen, sich Infos des VEBU bestellen (besonders empfehlenswert ist die Broschüre: *So geht's vegetarisch - jetzt einsteigen*!).

Infoflyer des Vegetarier-Bund Deutschlands e.V (VEBU)
Blumenstr. 3, 30159 Hannover, Tel. 0511-3632050,
E-Mail: Info@vebu.de, Homepage: *www.vebu.de*

Albert Einstein:

„Nichts wird die Chance auf ein Oberleben auf der Erde so steigern wie der Schritt zur vegetarischen Ernährung." „Ich habe die Tierleichen immer mit etwas schlechtem Gewissen gegessen."

Thomas Alva Edison:

„Ich bin sowohl Vegetarier als auch Antialkoholiker, weil ich so besseren Gebrauch von meinem Gehirn machen kann."

Albert Schweitzer:

„Meine Ansicht ist, dass wir, die für die Schonung der Tiere eintreten, ganz dem Fleischgenuss entsagen und auch gegen ihn reden. So mache ich es selber."

Eugen Roth:

„Es denkt der Mensch, zufrieden froh: ich bin kein Schlächter, blutig roh; doch da der Mensch kein Wurstverächter, so trägt die Mitschuld er am Schlächter."

Quelle: http://*www.vegetarismus.ch/zitate.htm*