Es ist Zeit Für Weniger Fleisch!

Quiz

Bist du bereit für weniger Fleisch?

1. Hast du schon Fleischgerichte mit pflanzlichen Alternativen probiert – etwa **Seitan-Schnitzel, Bohnen-Burger, Karfiol-Wings**?

2. Glaubst du, dass sogenannte Nutztiere das gleiche Recht auf ein **schmerzfreies, artgerechtes Leben** haben wie wir?

3. Stimmst du zu, dass Politik, Landwirtschaft, Handel und wir Konsument:innen **Verantwortung für unsere Lebewesen** tragen?

4. Glaubst du, dass eine **Hauptspeise ohne Fleisch satt machen kann**?

5. Lebst du generell **umweltbewusst** und sorgst dich um die **Zukunft** unseres Planeten?

*Wenn du alle Fragen mit „Ja" beantwortet hast, bist du auf dem besten Weg für ein **tierfreundlicheres Leben**!*

Was könnten die nächsten Schritte sein?

Regelmäßigkeit: Wie wäre es mit zwei fixen Tagen in der Woche, an denen du kein Fleisch isst? Oder ab sofort nur mehr fleischloses Mittagessen?

Inspiration: Fleischlos heißt immer nur Salat und Gemüsesugo? Von wegen! Lass dich inspirieren, es gibt Millionen kreativer fleischloser Rezepte im Internet und auf Social Media.

Austausch: Gemeinsam geht's immer leichter. Vielleicht kannst du Familie oder Freund:innen motivieren, den Weg gemeinsam mit dir zu gehen. Oder du hast bereits Menschen in deinem Umfeld, die sich fleischlos ernähren? Sie können dir bestimmt von ihren Erfahrungen erzählen.

Wissen: Ärztliche Begleitung ist bei einer Ernährungsumstellung immer zu empfehlen. Denn wer weiß, auf welche Nährstoffe in welcher Menge zu achten ist, kann sorgenfrei eine fleischlose Ernährung genießen.

Tierschutz.
Weltweit.

VIER PFOTEN

www.vier-pfoten.at/ZeitFuerWeniger