

DANS och KUNSKAP för DJURENS RÄTT

Sammanställning av Heléne Olivegren, dansinspiratör och sjukgymnast, Göteborg 2012.

Förändra världen & utvidga ditt eget hälsoperspektiv genom att sprida hälsa över artgränserna!

Min djupa önskan är att på ett personligt, överskådligt och någorlunda kortfattat sätt hjälpa till att förmedla kunskap/ren fakta om det osynliga, massiva och lagliga artförtrycket som pågår, även här i västvärlden. Jag vill även motivera till och informera om djurvänliga handlingar samt positiva skeenden i samhället. Det senaste året har jag faktamässigt lärt mig betydligt mer och först nu verkligen förstått vidden av utnyttjandet och hur det slår tillbaka mot oss själva och vår helt fantastiska planet.

Ta del av mitt dokument/sammanställning i sin helhet för din egen, dina barns, barnbarns och framtida generationers skull. Men framförallt av omtanke för djuren! Sprid vidare genom att mejla/skriva ut till familj, vänner, bekanta, kollegor med flera!

Dokumentet finns att klicka fram på min hemsida www.goodmove.se: avsnittet Djurens Rätt. Här finner du även information om insamlingsdans för djuren. Telefon: 0708-443673.



DANS och KUNSKAP för DJUREN - våra medspelare på denna vackra planet!

Förändra världen och utvidga ditt eget hälsoperspektiv genom att sprida hälsa över artgränserna. Oavsett språk, kroppsbyggnad och behåring så delar vi alla på Jorden; "vår" helt fantastiska högst levande planet! Vi är alla förenade i en stor magisk helhet där hälsa, lidande och lycka är sammanflätade i allra högsta grad.

Hösten 2011 dansade vi i Guldhedsskolan/Centrum och Frölunda/Hälsoteket ihop härliga 5300 kr till Djurens Rätt, www.djurensratt.se, Sveriges största och äldsta (1882) djurrätts- och djurskyddsorganisation. Under folkhälsoinstitutets hälsovecka i oktober 2012 gungade vi i Frölunda, Guldheden/Centrum, Landala, Mölndal och Mölnlycke ihop ytterligare 14200 kr. Gröna Boden, Färg och Förändring, Fram Livs, Ekostore och Djurens Rätt sponsrade med fina priser till ett lotteri på varje dansresa. [Se sid 22: Djurens Rätts medlemstidning november 2012.](#)



På mina regelbundna dansresor runt om i Göteborg med omnejd far vi iväg dit hjärtat och rytmerna leder oss med kärlek och ljuvlig musik som bränsle! Vi möter bland annat ursprungsbefolkningen i Norden, Australien, Nya Zeeland, Nord/Sydamerika och Söderhavet/Polynesien. Samtidigt hittar vi tillbaka till en mer naturlig enhet och helhet människa - djur - natur som gått förlorad i vår snabba, industrialiserade värld.

Sedan våren 2008 har vi tillsammans gungat ihop härliga 134500 kr till kvinnor och barn/våra medmänniskor i Afrika. Omtanke om människor och djur hänger ihop. Det ena utesluter inte det andra utan snarare tvärtom. Fler djurrättsförespråkare är engagerade i mänskliga rättigheter jämfört med övriga befolkningen. Det är slående hur många slaverimotståndare som också hade höga tankar om djurens värde, liksom kända feminister. Att likheterna mellan ras- köns- och artförtryck är påfallande tydliga påvisar Pelle Strindlund i sin bok "Jordens herrar – slaveri, djurförtryck och våldets försvarare" (2011). Martin Luther King lär ha sagt följande kloka ord (Coretta Scott King som dog 2006, 79 år gammal blev vegan under sina tio sista år och sonen Dexter är djurrättsaktivist och likaså vegan):

"En dag kommer absurditeten kring människans nästintill universella tro på förslavandet av djuren att uppenbaras. Vi skall då ha återfunnit våra själar och vara mer värdiga att dela denna planet med dem."

Alice Walkers (afroamerikansk författare; Purpurfärgen) ord är också talande:

"Världens djur existerar för sin egen skull. De skapades inte för människor, lika lite som svarta människor skapades för vita eller kvinnor för män."

Efter att ha flytt från det av nazisterna ockuperade Polen liknade författaren och nobelpristagaren Isaac Bashevis Singer obalansen mellan arterna vid de "mest extrema rasistiska teorierna":

"I sitt uppförande mot djur är alla människor nazister."

Vi har alla sedan barnsben förfasat oss över slaveriets och nazismens rasförtryck och övergrepp på mänskliga rättigheter medans det massiva, regelbundna och lagliga artförtrycket är något som mer eller mindre gått/går oss förbi utan något större bekymmer.

Djuren exploateras på många olika sätt men två områden utgör själva kärnan i utnyttjandet av djur: uppfödande av djur för föda och den vetenskapliga forskningen. Två enorma maktmonopol som dessutom subventioneras med skattemedel. Jag kommer här att ägna extra mycket utrymme åt en boskapsuppfödning som helt gått över styr.

Det senaste året har jag faktamässigt lärt mig betydligt mer och först nu verkligen förstått vidden av artförtrycket bland annat utifrån ett flertal välskrivna och omtalade böcker jag noggrant läst. Jag slutade själv av etiska skäl att äta kött för cirka 25 år sedan. Har sedan dess framförallt ätit vegetariskt men även fisk och skaldjur till och med förra året. Efter att ha varit passiv stödmedlem och fadder inom Djurens Rätt många år och även i WWF sedan ett antal år tillbaka känner jag att jag vare sig kan eller vill vara tyst i mitt engagemang längre. Risken att vara socialt obehaglig är ett billigt pris att betala jämfört med djurens enorma lidande och dess konsekvenser som inte minst slår tillbaka mot oss själva och vår miljö. Uppvaknandet har också medfört att jag håller på att lära mig mer om vegetarisk och vegansk kost. Jag är till 100% övertygad om att det går att leva etiskt och njuta ännu mer av livet. Det handlar bara om att lära om. Kunskap, förnuft & känsla påverkar dessutom smaklökar i rätt riktning!

Mitt syfte är inte att anklaga dig/er. Jag är själv inte fullkomlig i mitt leverne. Min djupa önskan är att hjälpa till att på ett personligt, överskådligt och någorlunda kortfattat sätt sprida kunskap/ren fakta om det osynliga, massiva och lagliga förtrycket som pågår, även här i västvärlden och försöka motivera till och informera om djurvänliga handlingar. Låt ditt eget engagemang bli som ringar på vattnet genom att sprida informationen vidare till din omgivning som i sin tur förhoppningsvis gör samma sak. Vi kan alla göra en stor skillnad utan fördröjning och dessutom "sväva vidare" med ett renare hjärta!

Djurfabriken - En mer än obehaglig sanning!

Vad beträffar krig och konflikter sägs det att människan aldrig har varit fredligare. Samtidigt tillfogar vi djuren mer lidande än någonsin. Djurhållning har förvandlats till djurplågeri med inbakad rutinmässig grymhet och miljöförstöring. Bondgårdarna har ersatts av högautomatiserade fabriksanläggningar med djuren som levande reproduktions- och mjölkmaskiner! Löpandebandprincipen råder i dessa sterila säkerhetszoner dit solen och årstiderna inte når. Våldet sker bakom stängda dörrar.

Djuren får betala priset för våra krav att kunna få allting när som helst för väldigt lite pengar. De faktiska priserna på animalieprodukter har minskat med i snitt 30% på grund av att mjölk- ägg- och köttproduktionen förändrats i grunden. Svensken äter exempelvis 50% mer kött än för bara 15 år sedan. Genomsnittsamerikanen äter 21000 hela djur under sitt liv. Enbart i Sverige dödas varje år cirka 85 miljoner landlevande djur (varav cirka 75 miljoner kycklingar) och 19 miljarder fiskar (huvuddelen blir foder i animalieindustrin). Vi pratar om en industri som omsätter 140 miljarder dollar årligen och upptar nära en tredjedel av all mark på jorden. Totalt sett hålls cirka 450 miljarder landdjur i djurfabriker årligen! Antalet fiskar finns det ingen uppfattning om. Haven skövlas med obarmhärtig gigantisk teknik. Om inget görs beräknas nästan all vild fisk vara utrotad innan 2050. Något helt galet pågår omkring oss.

Målet med dagens produktion som är att få djurens kroppar så snabbväxande och produktiva som möjligt har lyckats genom sojabönan! Nästan 9 av 10 sojabönor mals ner och blir kraftfoder åt djur. Malin Olofsson och Daniel Öhman, vinnare av stora journalistpriset 2011 för sin bok "Matens pris – boken som matindustrin inte vill att du skall läsa" (2011) beskriver en skrämmande utveckling på flera plan. Kalkning, konstgödning och besprutning är nödvändiga förutsättningar för den produktion som förser världen och Sverige med allt mer kött och djurfoder. Hela industrin bygger på massavverkning av Amazonas och ett enormt lidande för våra medvarelser! Jorden förgiftas av alltmer kemikalier, metangaser och enorma mängder avföring innehållande nitrat, ammoniak och fosfor.

Hur får man då reda på vad som faktiskt sker bakom de stängda dörrarna i djurfabrikerna och på väg till slakterierna? Man kan tro att majoriteten av alla de hemskheter (verklighetens skräckfilm) som skildras sker via dold bandspelare och kamera. Så är dock långt ifrån fallet. Informationen kommer till större delen från egna branschtidningar, utbildnings- och forskningsmaterial, öppna besök/planerade inspektioner och vittnesmål från anställda. Den sanna verkligheten som ibland lyckas fångas med dold utrustning är oftast många gånger värre. Jag har själv under årens lopp tvingat mig själv att läsa om djurens tillvaro och se avslöjande dokumentärer om vad som pågår. Den smärta det innebär att utsätta sig för dessa vidrigheter är det minsta man kan göra med tanke på vad djuren genomlider innan de hamnar på vår tallrik. Jag har däremot medvetet valt bort skrämmande foton på min hemsida/i detta dokument.

Konsekvensen av dagens exploatering där våra medvarelser kläms ihop i tusentals i koncentrationslägerliknande anläggningar är sönderavlade djur med nedsatt immunförsvar. Djur som inte kan föröka sig själva, som har fysiska egenskaper som dömer dem till ett liv med konstant smärta. Inflammationer, bogsår och ledbesvär/benskörhet är frekvent förekommande. Ett stort svinn på vägen är inget att bekymra sig om så länge man går med vinst. Djur med kroppar som växer på tok för snabbt och vars ben inte orkar bära upp tyngden. Djur som inte längre klarar av att vistas utomhus och vars vingar inte bär. Djur som manipuleras med, stympas, slits ut och mjölkas ur för att sedan avluta ett plågsamt och avkortat liv där en mamma-barn-relation inte har varit att tänka på. Den hårda aveln där avelsföretagen har blivit allt större och färre har gjort det svårare att återgå till en mer naturlig djurhållning. Allt fler djur är släkt med varandra.



Ett liv som höna och kyckling

Sverige har en tendens att klappa sig för bröstet när det gäller djurskydd. Visst är vi bland de bättre men det stoppar inte grova systematiska missförhållanden och en produktion som är långt ifrån djurvänlig. I vårt land sitter 2 miljoner värphönor inspärrade i så kallade "trivselburar", med ett utrymme motsvarande ett A4-ark/höna. Burhöns är för övrigt redan förbjudet i Schweiz sedan -92. Även Österrike, Holland och Tyskland har kommit längre i sin lagstiftning än Sverige. Hönorna som är framavlade för att vara så produktiva som möjligt, minst 300 ägg/år, slits ut på bara 1,5 år. En vild höna lägger normalt 20-30 ägg/år som hon ruvar fram till kycklingar och kan bli minst 10 år gammal. Inom värphöneindustrin mals 15000 tuppsycklingar ner levande varje dag och får fira påsk i himmelen eftersom man inte har någon nytta av dem. Miljontals gödskycklingar har plågsamma bensador på grund av extrem avel och omkring 150000 kycklingar dör varje år enbart i Sverige i samband med slakttransporter.

Varje dag transporteras miljontals djur genom Europa. Det är tillåtet att transportera de flesta vuxna djur 28 timmar med endast en kort rast (en stor kampanj för max 8 timmar såsom inom Sverige pågår). Det faktum att vi i Sverige har strängare transportregler och annat djurskydd hindrar inte att djur förs ut ur/in i landet under helt andra förhållanden. Fyra av fem kycklingar som serveras på skolor, sjukhem och restauranger kommer från andra länder. Värphöne- och kycklingindustrin är ett utav många områden där Djurens Rätt varit väldigt aktiva under åren med återkommande kampanjer och protestlistor. Visst innebär ekologiska ägg att hönorna är frigående och har tillgång till utevistelse (omfattningen kan vara väldigt varierande) men det är ändå ofta frågan om stora populationer och mer fabriksmässiga förhållanden/tråkiga miljöer. Finns mer småskaliga producenter. Problematiken med framavlade djur som slits ut i förtid och överflödiga tuppsycklingar är tyvärr liknande den inom konventionell äggproduktion.



Ett liv som gris

99% av våra svenska grisar kommer inte ut förrän de körs till slakt (3 miljoner/år) och 1,5 miljoner smågrisar kastreras fortfarande utan bedövning årligen (först från och med 2016 träder den nya lagen om bedövning i kraft) för att köttet inte skall lukta och smaka fränt. Det förekommer fortfarande att grisar skållas levande på grund av tidspress (slakteriernas egen avvikelserapport). Djurrättsalliansen offentliggjorde 2009 två års smygfilmande från ett hundratal svenska grsigårdar. Stora

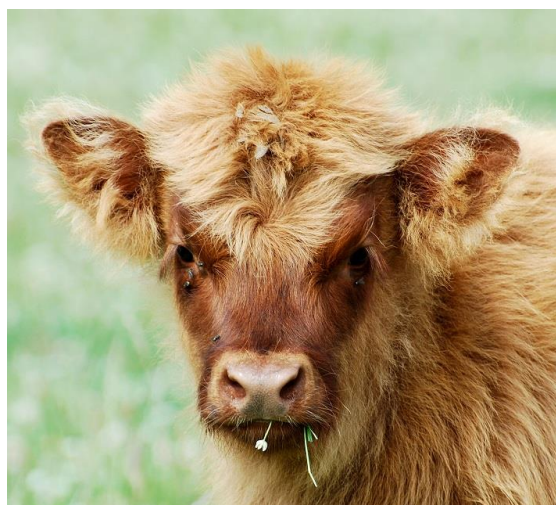
missförhållanden uppdagades, inte minst på dåvarande ordförandes för branschorganisationen Swedish Meats, Lars Hultströms grisgård. Utredningen lades dock ner och han kunde fortsätta som tidigare. Vårt kära grannland Danmark kan numera "ta åt sig äran" som världens största exportör av griskött. Informatören på Danmarks tredje största slakteri uttrycker; "det är som en biltvätt på Shell". Varje dag dör 25000 kultingar (25%) i Danmark. Men större vill ha mer. Försök pågår med att avla fram en sugga med minst 16 spenar istället för 14. En sugga slits ut på bara ett par år och kan knappt stå när hon körs till slakt. Halleluja för billig dansk fläskfilé!



Ett liv som ko och kalv

Svenska kor lever inte heller i någon sagovärld. Hälften av alla mjölkkor står uppbundna i trånga och mörka bås och äter kraftfoder större delen av året. Något att tänka på vid det årliga kosläppet. Jakten på pengar har även här lett till svagare och sjukare djur. En kos naturliga livslängd är minst 20 år. Så som hennes tillvaro ser ut idag är följande: Hon får oftast sin första kalv vid 2 års ålder som tas ifrån henne redan direkt efter födelsen så att mjölken som produceras går till butiken istället för till kalven. Efter 2,5 år som mjölkproducent är "Rosa" utsliten och förbrukad och firar sin 5-årsdag på slakthuset. Pojkarna som föds är inte önskvärda inom mejeribranschen utan går till köttindustrin. De flesta nötdjur slaktas innan de är två år. Varje år dödas 500000 kor, kalvar och tjurar på svenska slakterier. Två tredjedelar av nötköttet kommer från uttjänata mjölkkor och deras kalvar. Vart tog de gröna ängarna och Disneyromantiken vägen eller har de någonsin funnits?

Vad beträffar ett liv som ko inom KRAV/ekologisk mejeriproduktion är tillvaron inte så mycket ljusare på mamma-barnfronten. Jag fick faktiskt själv först upp ögonen ordentligt när jag för snart två år sedan följde med min då 7-åriga dotter och hennes klass på ett av Arla sponsrat studiebesök till en populär mjölkkravgård i Ytterby utanför Kungälv. Det var inte bara jag utan även en lärare som reagerade på en liten snövit kalv som låg ner och såg så ledsen ut. Bonden var jättetrevlig och tillmötesgående på alla sätt och vis. När jag frågade var mamman var gick äntligen sanningen upp för mig. Bonden berättade att man separerar ko och kalv redan efter några dagar (efter råmjölkperioden) och att det sker när det är mörkt ute för att de skriker så mycket annars.



En annan bonde uttrycker i sin blogg (Pelle Strindlunds bok) att det är "mot naturen" och "upprörande smärtsamt" att separera ko och kalv. Inom KRAV gäller sedan i år/2012 nästan samma regler som vid övrig mjölkproduktion. Man kan separera ko och kalv redan efter en dag eftersom ny forskning visar att separationsångesten blir större efter några dagar. De strängare reglerna inom KRAV är mer påtagliga vad beträffar förbud att använda kemikalier och konstgödsel. Korna skall också ha tillgång till mer utevistelse och äta mer naturligt foder vilket självklart är positivt. Kalvarna får riktig mjölk under 3 månader istället för mjölkersättning som inom konventionell produktion. Emellanåt använder man sig av amningskor.



Ett liv som fisk

Viltfångad fisk innefattas inte av djurskyddslagen men det gör däremot odlad sådan. Det verkar emellertid inte vara till någon större hjälp när det gäller hur havets och sjöarnas invånare generellt sett behandlas. Här pratas det endast vikt/kg, djuren klumpas ihop som en stor massa och man fortsätter att fiska som om resurserna är outtömliga när tydlig fakta och erfarenhet visar på motsatsen. Trålning (bland annat räkor) ger en ofantligt stor bifångst, vilket kan ses som den marina motsvarigheten till skövlingen av regnskogen. Man dammar rent haven, bifångst dumpas med massdöd som följd. Hela ekosystem hotas. Just nu driver WWF en stor kampanj med namninsamling (sista datum 30 september 2012) inför EU:s översyn av fiskelagarna som bara sker vart tionde år.

Fiskodling är den snabbast växande typen av livsmedelsproduktion i världen. Laxodlingen har fått efterfrågan och utarmningen av de vilda laxbestånden att intensifieras. Det krävs över tre ton viltfångad fisk för att producera ett ton odlad lax. Fiskdammar producerar enorma mängder avföring med hög koncentration av fosfor och kväve. Vild fisk och växter dör. Fiskar trängs ihop i syrefattigt vatten med skador, sjukdomar och beteendestörningar som även kan kopplas till avel. Fiskarna svälts oftast i många dagar innan slakt. Det finns ingen maxtid för transport även om slakten i Sverige oftast sker i anslutning till odlingsplatsen. Fisken bedövas med koldioxid i vattnet innan slakt här i Sverige. Det är en plågsam och ofta långdragen död som förbjudits i Norge.



I det här sammanhanget har storleken verkligen betydelse. Vi har betydligt lättare att känna sympati med de större vattendjuren såsom delfiner och valar eller med de färggranna fiskarna som svävar förbi cyklopet på solsemester i Thailand än med en laxkotlett, gråaktiga fiskstim och kräftdjur som gladeligen får sluta sitt liv i ett upphettat ångbad. Fiske anses också som en trevlig och avkopplande hobby att sysselsätta sig med. Konstigt nog är vi inte lika positiva till att låta våra barn gå ut och snara in små talgoxar eller ekorrar. Kan man skylla på dubbelmoral eller vanans makt?

Sverre Sjölander, professor emeritus i etologi "anser att havsfisket i särklass är världens mest omfattande djurplågeri." Fisk är känsliga varelser som inte skiljer sig mycket från andra ryggradsdjur. Dom har i princip samma sorts hjärna som människor fast mindre. De kan känna smärta, minnas, lära sig saker och visar prov på logiskt tänkande. Bobyggar Konst och redskapsanvändning skall också nämnas och sinne för kultur! En studie visar förmåga att skilja på klassisk musik och blues. Det är också det djur som används i störst antal djurförsök såsom kemikalietester med mera.



Ett liv som försöksdjur - forskningens levande redskap

Djurförsök inte minst inom den vetenskapliga forskningen är en ofantligt omfattande "helig" verksamhet på djurens bekostnad. Det handlar både om vinstdrivande läkemedelsföretag det vill säga stora finansiella intressen och vetenskaplig prestige även inom universitetsvärlden; medicinska fakulteter och psykologiska institutioner. Inte minst inom psykologins område har otroligt fysiskt och psykiskt smärtsamma studier genomförts.

Peter Singer, professor i bioetik beskriver i "Djurens Frigörelse" (1975/1990) forskarens dilemma: "Antingen är djuret inte som vi och då finns ingen anledning att utföra experimentet eller också är djuret som vi och då borde vi inte utsätta det för något som vi själva skulle uppleva som fruktansvärt." Så många totalt onödiga och slentrianmässiga studier vittnar etablerade forskare om som vaknat upp och insett vilket totalt onödigt lidande djuren fått utstå under många gånger långvariga experiment. Man talar om betingad etisk blindhet.

Forskningsrapporterna talar sitt tydliga språk och inte heller här krävs det någon dold utrustning för att spegla en makaber verklighet. Mark Collins, före detta universitetsveterinär vid Göteborgs universitet ger bland annat ett sådant vittnesmål som Pelle Strindlund i sin bok refererar till: "Djuren mår alldeles för dåligt för att resultaten skall vara möjliga att tolka." Vederbörande klarade inte av att behöva bevittna den värdelösa forskningen med kroniskt deprimerade djur. Han ansågs besvärlig eftersom veterinärerna skall representera forskarna såsom hos läkemedelsföretagen.



Jag är personligen övertygad om att vi skulle kunna ha nått ändå längre vilket Peter Singer antyder om vi satsat mer pengar och talang på alternativa forskningsmetoder och hälsoförebyggande åtgärder/ett hälsosammare liv istället för att uppfinna ännu fler preparat, botemedel och behov. Varför är inte fler medvetna om och upprörda över hur stor andel av våra sjukdomar som orsakas av maten vi äter och av att vi faktiskt rör på oss för lite? Finns det exempelvis någon vettig anledning att fortsätta att utsätta djuren för alkohol och tobak i forskningssyfte? Vill vi använda oss av medicin och kunskap som utvecklats genom avsevärt lidande och maktmissbruk? Gynekologins fader forskade exempelvis på dåtidens kvinnliga slavar och gjorde säkerligen viktiga upptäckter, något som vi naturligtvis aldrig skulle ha godkänt idag. Detsamma gäller för nazisternas utnyttjande av judarna under andra världskriget.



Skulle det inte vara ett effektivare bidrag till hälsan om forskarvärlden istället la mer resurser på att rädda världens barn med den medicinska kunskap som redan finns istället för att fortsätta att exploatera andra arter, inklusive människans bästa och trognaste vän? Vi måste här påminna oss om att det är enorma vinstdrivande företag och inte välgörenhetsorganisationer vi pratar om. Försvarsmaktens utnyttjande av djur, inte minst i USA är ett eget skrämmande kapitel för att inte tala om kosmetika- och kemikaliebranschen.

Ett liv som människa = skapelsens krona?

"Det ska va gött å leva annars kan det kvitta". En helt underbar refräng som vi säkert alla instämmer med till 100%! Ja, visst skall livet avnjutas men inte på bekostnad av ett massivt förtryck av andra arter som inte kan föra sin egen talan på grund av att de "talar ett annat språk". De har sin egen fantastiska och fascinerande intelligens anpassade till sin egen unika miljö. Deras sinnen är många gånger skarpare och mer utvecklade än våra. De har också ett inbyggt behov av att skydda och ta hand om sin avkomma liksom ungarna har av närheten till sin mor/far. Och de kan också lida och känna smärta i allra hösta grad! Att vara nära och umgås med djur, att lyssna till sin intuition och sitt hjärta och att låta känsla och förnuft tala räcker för att bevisa det som studier och vetenskaplig kunskap bekräftar. I vår värld har människan i stora avseenden tagit patent på lidandet för att behålla ensamrätten och på så sätt makten och härligheten.

Det mänskliga monopoliet på lidandet är tydligt inom media. Hundratals djur kan ha brunnit inne eller behövt avlivas i samband med avkörning vid transport vilket i bästa fall uppmärksammas med en liten notis. Vid rapportering kring konflikter, krig och naturkatastrofer är andra arter något som överhuvudtaget inte nämns. Lider människan svår nöd är det inte svårt att gissa hur djuren har det. Emellanåt förekommer det dock att något riktigt saftigt får stora rubriker för att sedan till stor del falla i dubbelmoralens och försvarens glömska. Det senaste åren har djurens situation indirekt börjat uppmärksammas i klimatfrågan men återigen glöms lidandet bort och man fokuserar istället på hälso- och miljöaspekten som en konsekvens av ökad köttkonsumtion.

Vår syn på djur är till stor del även kulturellt betingad (och religiöst) och enbart detta faktum borde verkligen få oss att tänka till mer än en gång. Vi förfasar oss lätt över möjligheten att som i delar av Asien stoppa hunden i grytan men utsätter gärna grisen som är minst lika intelligent för både ett plågsamt liv och en smärtsam död. Dubbelmoralens ömma behandling!

Ett djurs ringa värde avspeglas tydligt i rättssystemet där straffsatserna för djurplågeri är låga. Det är svårt att väcka åtal och få någon dömd på grund av lagens utformning och beviskraven. I början av augusti 2012 togs just ett sådant fall upp av SVT nyheterna där åklagaren uttryckte en generell svårighet på grund av att djuren inte kan tala.

Christer Fuglesang, vår världsberömda astronaut är inte ensam om tron att det finns annat liv i universum. En utav hans drömgäster vid bordet i "Go'kväll" 24 mars 2012 var faktiskt E.T. En mycket tacksam föreställning är då om vi i framtiden skulle få besök av mer utvecklade varelser med större "intelligens", annorlunda utseende och ett annat språk. Skulle vi tycka att det var okey om vi och våra barn blev behandlade så som vi behandlar djuren idag?

Det osynliga våldet och lidandet

Fler och fler människor flyttar in till städerna och avståndet till djur och natur ökar i dubbel bemärkelse. För att vara krass så blir andra arter ofta något som skall hållas på behörigt kontrollerat avstånd, kopplat, i bur, i inhägnad och inte minst inpaketerat eller smakfullt uppdukat i charkuteriets och mejeriprodukternas mastodontavdelningar där variationen är oändlig. Respekten för och kunskapen om det som faktiskt ligger på vår tallrik minskar och dess historia ter sig allt mer avlägsen.

Våldet hålls på behörigt avstånd inte minst från våra barn. Här är det inget sponsrat studiebesök till försökslaboratorier eller slakterier som gäller. Arla bjuder däremot både på skolmaterial och en fridsam dagsutflykt till en kravmjölgård i utkanten av stan. Djurtransporterna sker också utan insyn. I hela mitt nu 46-åriga liv har jag aldrig ute på Sveriges vägar behövt bevittna ett enda djur på väg till slakt i dödens mobila väntrum. De cirka 150000 kycklingarna (per år!) dör osynliga i det tysta på sin sista resa. För drygt tio år sedan grep däremot smärtan och verkligheten tag i mig ordentligt när jag i Fremantle, Perth (västra Australien) mötte en öppen lastbil fullastad med får/lamm på väg att skeppas levande till bland annat Saudiarabien. Paul och Linda McCartney myntade begreppet; "Om slakthuset hade glasväggar skulle alla vara vegetarianer".



Mekanismer som upprätthåller en helt galen exploatering

Kött/mejeri (och läkemedels-) industrins maktmonopol skyddar oss konsumenter från den obehagliga sanningen på en rad olika sätt. Bristen på insyn är påtaglig. Reklam och marknadsföring inte minst riktat mot barn är en annan effektiv väg att gå för att behålla sina konsumenter. PR-kampanjer för våldet. Man arrangerar tävlingar för barn, studiebesök, sprider broschyrer, filmer och undervisningsmaterial i skolor. Industrin har starkt inflytande på näringsläran, kostrådgivningsbranschen och forskning. Inte minst proteinstudier sponsras ofta av djurindustrin. Köttdieterna ökar i popularitet. Kostcirkeln sitter inpräntad i ryggmärken sedan barnsben och proteinhysterin har alltid varit stor. Man kan lugnt säga att experter och annonsplatser köps. I "Matens Pris" beskrivs hur kommunernas upphandlingsavtal gör det möjligt för grossisten Servera R & S AB (som tillsammans med Menigo Foodservice AB levererar livsmedel till den offentliga sektorn för över 4 miljarder/år) att kontinuerligt bestrida upphandlingar som tar mer hänsyn till djuretik. Det är alltså inte helt lätt att påverka maten i svenska skolor, vårdhem och andra offentliga institutioner.

Språkets makt. Problem slätas över med tjusiga argument och bortförklaringar. Vackra ord såsom trivselbur och djurvårdare (jmf viltvård) får en mardrömslik tillvaro att verka mer omhändertagande.

Smutskastning av motståndaren. Precis som under slaveriet så förlöjligas aktivisterna (håller långsamt på att förändras). Hela etablissemangen; industrin och samhället utmålar lätt djurrättsförespråkare som okunniga, mer känsllosamma och fanatiska/extremister som sprider lögn. De får ofta även bära ansvaret för enskilda individers våldshandlingar.

År 1789 levde tre av fyra människor som slavar eller i någon form av organiserad ofrihet. Om någon i början av det året hade ställt sig i ett gathörn i London och hävdade att slaveriet var moraliskt fel och måste stoppas, skulle nio av tio åhörare ha skrattat ut den personen som en knäppgök skriver Adam Hochschild, expert på antislaverirörelsen.

Ursäkternas era, dubbelmoral och en kollektiv avtrubbningsmekanism. Våra vanor är så djupt rotade och förankrade i ett socialt och kulturellt sammanhang (vanans makt) trots all kunskap om oss själva och andra djur. Vi använder en rad försvar istället för hållbara argument. Missförhållanden bagatelliseras och bortförklaras. Vi blundar, förskjuter och stänger av när vi skymtar den skrämmande och smärtsamma verkligheten som döljer sig under ytan.

Matens pris. Producenterna lägger skulden på konsumenterna som inte är beredda att betala för mer etisk djurhållning. Jakten på kunderna slår tillbaka på djuren. Aldrig har vi svenskar ätit så mycket som nu och ändå lägger vi mindre och mindre pengar på mat.

Politiker som inte vågar ta kraftfulla och modiga beslut för att minska lidandet och köttkonsumtionen. Exempelvis införande av köttskatt, mer statliga medel för att utveckla alternativa forskningsmetoder och mycket hårdare djurskyddslagstiftning/strängare straff.

Bristande kritisk granskning från media.

Nästan alla i förtryckargruppen är direkt inblandade och gynnas av förtrycket och de förtryckta det vill säga djuren kan inte organisera sig.



Köttfestens verklighet – baksmälla – uppvaknande!

Etiskt kött är en vision, ingen realitet så som världen ser ut idag. Vi är 7 miljarder människor som skall samsas på jorden men i den krassa verkligheten konsumerar 20% av befolkningen 80% av dess tillgångar. Girighet är vår gemensamma fiende. Studier i Europa, USA och Japan visar att välbefinnande och lycka inte ökat sedan 1960-talet trots en enorm ökning av konsumtionen. Filmaren Peter Gerdehags fantastiska dokumentärer; "Hästmannen", "Kokvinnorna" och "Landet som inte

längre är” beskriver just en verklighet som är svår att hitta tillbaka till för mer än ett fåtal med tanke på befolkningsexplosionen och urbaniseringen.

Djurfabrikerna bidrar också till att utveckla en ny sorts sadism. Hur många kan tänka sig vilket dagens köttätande kräver att som heltidssysselsättning döda på löpandeband; hundratals, tusentals djur/dag? Hur mår man och hur utvecklas man som människa? Vem får man träna på för att lära sig sitt ”hantverk”? Vem låter man sin frustration gå ut över en dålig dag? Jonathan Safran Foer beskriver i sin bok ”Äta djur” (2009) en mardrömslik utveckling och situation i USA:s djurfabriker/slakterier. Bönder som bytts ut mot ackordsarbetare. En olycksfallsfrekvens som är den högsta i USA. Orutinerad lågavlönad personal under hemiska förhållanden borgar för misstag. Regler finns men det förekommer mer ofta än sällan att man avblöder, flår och klipper av de upphängda djuren benen medan de är vid medvetande, så kallad branschpraxis.

En mer allmän reflektion är här på sin plats, hur många av alla köttätare skulle stå ut med att möta sin middag (en kyckling, ett lamm, en gris, en ko) med blicken alldeles innan det är dags att med sina egna händer själv ta död på vederbörande, det vill säga en kännande individ? Jag minns själv en kvinnlig vårdtagare i 85-årsåldern som jag besökte då jag för många år sedan jobbade inom hemtjänsten i Johanneberg, Göteborg. Hon var vegetarian och berättade för mig att hon när hon besökte sin mans grav plötsligt hade stått öga mot öga med en stor älg. Deras blickar hade mötts och sedan dess kunde hon aldrig mer äta kött.

”Vi bedriver ett globalt experiment med klimatet på vår planet, den enda beboeliga plats i universum vi känner till” skriver göteborgaren Christian Azar, fysiker och klimatprofessor på Chalmers samt tidigare medlem i FN:s klimatpanel i sin bok ”Makten över klimatet” (2008). Arter utrotas i en hastighet som aldrig förr och hela ekosystem hotas.



Kanske blir djurens räddning en omväg via klimathotet? Köttkonsumtionen (animalieindustrin) står för hela 18% av världens utsläpp av växthusgaser och tar stora ytor i anspråk. Monokulturen (kontra växelbruk) breder ut sig i skövlingens spår. Det krävs 13000 liter vatten för att producera 1 kg nötkött vilket kan jämföras med 4000 liter för 1 kg ris och 100 liter för 1 kg potatis. Boskapsuppfödningen/djurfabrikerna är den enskilt största bidragande orsaken till den globala uppvärmningen och en eller två av de tre främsta till vartenda stort miljöproblem i världen. De bidrar till att göra vår antibiotika mindre verkningsfull (resistenta bakterier frodas), de förvärrar den globala fattigdomen och världssvälten, de är grogrund för svin- och fågelinfluensor och de ödelägger haven.



Argumenten (se även hälsofördelar nedan) för att överge köttssamhället är överväldigande. Vill vi fortsätta att livnära oss på ett enormt lidande och dess konsekvenser för vår jord och framtida generationer, det vill säga våra barn, barnbarn med flera? Medlidande räcker till alla oavsett kön, ras och art. Respekt, empati och gränslös kärlek!

Jag refererar återigen till Pelle Strindlunds bok där han som nämnts jämför dagens djurförtryck med dåtidens slaveri: ”Under 1780- och 1790-talet blomstrade den brittiska slavhandeln. Engelsmännen gjorde större vinster än någonsin på det ofria arbetet/.../Också i USA var slaveriet lönsamt när det avskaffades 1865. Inger hopp för samhällsreformer. Visar att idealism kan vara starkare än vinststrävanden.”

Vegetarian och Vegan – ett hälsosammare liv för alla djur

Här följer en förklaring av olika begrepp:

Vegetarian (lakto-ovo-vegetarian): Äter inte kött (inklusive fågel, fisk och skaldjur) men däremot ägg och mejeriprodukter.

Lakto-vegetarian: Äter inte heller ägg men däremot mejeriprodukter.

Ovo-vegetarian: Äter ägg men däremot inte mejeriprodukter.

Vegan: Äter inget från djurriket. Är inte bara en kost utan en ideologi baserad på ickevåld och respekt för andra varelser.



Malin Olofsson och Daniel Öhman förmedlar i sin bok att vi äter 70% mer protein än vad vi egentligen behöver för att tillfredsställa vårt näringsbehov. Den viktigaste orsaken är att köttet blivit billigare. Köttet har även en framträdande roll i populära bantningskurer. Dessutom matas vi fortfarande med tron att vi måste äta kött för att må bra och bli stora och starka. Förlegade uppfattningar dröjer sig sorgligt nog kvar. Ett flertal andra mekanismer som upprätthåller köttindustrins exploatering och konsumenternas efterfrågan har jag redan uppmärksammat.

Det intressanta i det här sammanhanget är att över 90% av jordens alla däggdjur faktiskt är växtätare. Stora enormt kraftfulla djur såsom, elefanter, noshörningar, flodhästar, bufflar, giraffer, gorillor, älgar och inte minst alla våra boskapsdjur livnär sig på vegetabilier. Varför har vi endast blivit jämförda med lejon och tigrar som dessutom har huggtänder i syfte att kunna jaga på mer lika villkor utan vare sig gevär eller bultpistol. Dessa djur överkonsumerar och profiterar för övrigt inte på andra djur utan äter för att överleva.

Idag i västvärlden är det ofta snarare tvärtom. Vi lever för att äta och helst med så lite ansträngning som möjligt. Ekonomiska resurser, stress, press, lättillgänglighet, snabbmat och en aldrig sinande ström av mysiga kaffeer och restauranger är något som de flesta av oss (inklusive jag själv) i vår

privilegerade värld helt eller delvis kan identifiera oss med. Välfärdssjukdomar kopplat till stress, dåliga matvanor och på tok för lite rörelse ökar. Inte minst i de delar av Asien som mer och mer börjat anamma våra matvanor ser man en ökad frekvens av cancer, hjärt- och kärlsjukdomar. Enligt en nypublicerad Harvardstudie som fick stort genomslag i medierna i våras (2012) leder vårt köttätande (nöt- och griskött) till en påtagligt ökad risk att drabbas av cancer, hjärt- och kärlsjukdomar. Studien omfattade 121.000 personer (både kvinnor och män) som följts upp under 28 år och är den största och mest omfattande i sitt slag. Bearbetat kött såsom korv och pastej var den största boven i dramat.

American Dietetic Association (ADA), USA:s största organisation för dietister och näringsfysiologer har i ett officiellt dokument som både Pelle Strindlund och Jonathan Safran Foer hänvisar till slagit fast att "en välplanerad vegetarisk kost är hälsosam, näringsrik och innebär hälsovinster när det gäller att förhindra uppkomsten av och behandla vissa sjukdomar." "Väl sammansatta veganska och lakto-ovo-vegetariska kosten är lämpliga för alla stadier i livscykeln, inklusive under graviditet och amning. Tillräckligt planerade veganska och lakto-ovo-vegetariska kosten tillfredsställer spädbarns, barns och tonåringars näringsbehov och främjar normal kroppsutveckling." Det enda kosttillskott man brukar rekommendera till veganer är B12 vilket dock även köttätare kan lida brist på.

Jag minns själv att jag som sjukgymnaststuderande (1993-95) tog upp frågan om vårt proteinbehov under fysiologiavsnittet med dåvarande föreläsare (läkare) i fysiologi. Vederbörande uppgav då klart och tydligt att en vegetarisk kost är fullvärdig och WHO:s (världshälsoorganisationens) rekommendationer avseende optimalt proteinintag på tok för höga. Jag har själv inte kollat upp hur dagens riktlinjer ser ut utifrån WHO:s sida.

Det är emellertid viktigt att vara medveten om att vegetarisk kost och veganism inte är någon mirakelmedicin. Alla kosthållningar måste vara väl sammansatta för att vara näringsrika.



Njut av Jordens gröna skafferi – nya spännande möjligheter och en lyckligare planet

Vår levande urmoder - cirka 4,5 miljarder år gammal balanserad visdom! Den moderna människans utveckling har däremot endast 200000 år på nacken. Vi bytte tillvaro från nomadliv till jordbrukssamhälle för bara 10000 år sedan. På den korta tid människan existerat har hon/vi tagit nästan hela jorden i besittning och förändrat hennes utseende. Framförallt under de senaste 50 åren har de största och mest hänsynslösa ingreppen på djur och natur ägt rum som rubbat balansen och utrotat arter i en takt som aldrig förr. Vi har tagit oss rätten att bestämma över liv och död och förslavat andra arter på ett fruktansvärt obarmhärtigt sätt. Jorden – naturen förser oss med ett enormt skafferi och rikedom. Hon erbjuder växter, örter, frukter, bär, nötter i det oändliga att njuta av men istället skövlar vi och suger ut hennes tillgångar.

Livet är komplext och ingen av oss kan skryta med att vara fullkomlig. Jag har själv mycket kvar att lära men känner att jag kommit en bra bit på vägen i min medvetenhet och mitt leverne. Det senaste året har jag utifrån ett större engagemang lärt mig betydligt mer om den bistra verkligheten för djur och natur samtidigt som jag slutat att blunda för den obehagliga sanningen. Det har inneburit att jag även

slutat äta fisk/skaldjur och försöker lära mig mer om alternativ till/dra ner på/att vara utan ägg och mejeriprodukter. Veganismen som tidigare känts väldigt avlägsen har kommit betydligt närmare utifrån min ökade kunskap om och erfarenhet av djurens situation inom ägg- och mejeriindustrin, även KRAV. Det är inte helt okomplicerat att försöka bojkotta en hel (sjuk) industri men ser det som en spännande möjlighet att lära om.

Det är inte heller alltid lätt att vara människa skall gudarna veta men jag skulle aldrig vilja byta tillvaro med ett plågsamt liv, en ångestfylld separation och en smärtsam död på djurfabriken, vår tids lagliga och subventionerade koncentrationsläger där hundratals miljarder djur får sätta livet till årligen! Det är så ofantligt stort och smärtsamt att man helst vill koppla på hela arsenalen av tillgängliga försvar. Min stora förhoppning och tilltro är dock att vi, ni och hela mänskligheten skall ta sitt ansvar och till att börja med åtminstone sluta förneka bevisbar konkret fakta. Vi har förmågan till etiskt reflekterande. Här i vår privilegierade del av världen har vi också möjlighet att välja vad vi äter. Låt oss vara ansvarsfulla konsumenter och föregå med gott exempel. Argumenten att överge köttssamhället eller till att börja med äta betydligt mindre kött (men naturligtvis inte för att istället äta mer fisk) är överväldigande. Skulle hela jordens befolkning äta kött i samma utsträckning som här i västvärlden skulle det vara en fullkomlig katastrof för djur, natur och vår framtid.

Härlighet, kärlek och engagemang finns det massor av även hos köttätare. De flesta av mina helt underbara vänner, släktingar, familj, bekanta och dansdeltagare äter kött och/eller fisk (en del är mer medvetna och begränsade i sina inköp än andra). Det gäller bara att öppna upp, bryta invanda mönster och våga utvidga empatin till att omfatta inte bara vår egen art. Alla kan göra mycket och det inbegriper även producenter och politiker. På så sätt kan vi vända en hänsynslös utvecklingen och vara med och skriva ett betydligt vackrare kapitel i historien utan vare sig ras- köns- eller artförtryck!



Albert Einsteins (1879-1955) kloka ord passar extra bra att referera till i det här sammanhanget:

"Vår uppgift måste vara att frigöra oss själva/.../genom att vidga vår cirkel av medkännande till att omfamna alla levande varelser och all natur och dess skönhet."

"Ingenting kommer att gynna den mänskliga hälsan och öka chansen för överlevnad på Jorden lika mycket som evolutionen till en vegetarisk diet."



"Jag lever utan kött och fisk och mår väldigt bra. Jag har alltid förstått att människan inte var född till rovdjur."

"Vegetarisk föda ger en djup fördelaktig verkan på det mänskliga temperamentet. Om hela världen anammade vegetarianism, skulle det påverka mänskligheten och livets överlevnad på Jorden på ett ytterst välgörande sätt."

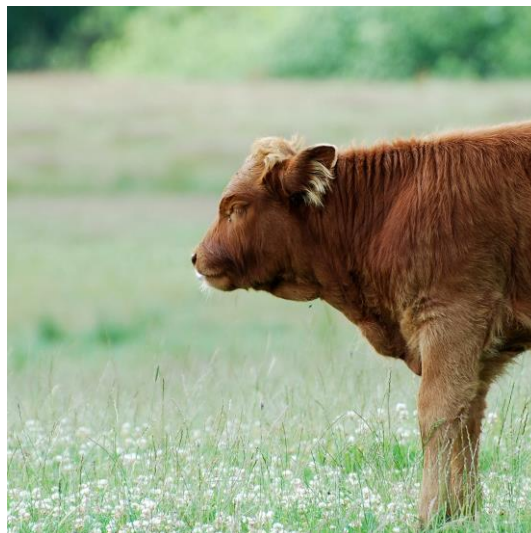
Tips på djurvänliga handlingar

- Bli medlem/fadder i en djurrättsorganisation.
- Utsätt dig för den obehagliga sanningen, läs och se filmer.
- Du som konsument har makten, ställ krav och ta ansvar!
- Undvik billighetsjakten. Ofta handlar det om prioritering.
- Det bästa är naturligtvis att bli vegan/vegetarian.
- Dra ner på kött, ägg och mejerivaror. Våga prova nya produkter och lägg energi på att hitta alternativ. Utbudet växer alltmer och det finns massa härligt att lära sig och ta del av.
- Handla direkt från gårdsbutik med slakteri i anslutning så att djuren slipper transporteras.
- Köp KRAV/ekologiskt. Tillåter bland annat inte bekämpningsmedel och konstgödsel. Bättre foder och mer utevistelse men mycket kvar att önska på det djuretiska planet. Av två onda ting för djuren välj åtminstone det minst onda. Vi behöver faktiskt påminna oss om att inget sker på djurens villkor. De är framavlade för att tillfredsställa människans behov och ökade efterfrågan på kött, mjölk och ägg. Välj ost med vegetabiliskt löpe (minst lika god)!
- Hjordnära: ett ekologiskt mindre "mejeri" i Hjo vars produkter även säljs i en del affärer här.
- De stora butikskedjorna har sina egna gröna alternativ: Coop; Änglamark, Axfood; Garant och Ica; I love Eco.
- Ställ krav på skolmaten och det som serveras inom vårdsektorn.
- Lär dig mer om vegetarisk matlagning.
- Bojkotta päls- skinn- och dunprodukter. Skall nu själv även utvidga min medvetenhet till skoinköp där jag inte varit lika konsekvent.
- Bojkotta cirkus med vilda djur (redan förbjudet i flera länder) och djurparker där djur far illa. Högaktuellt här i Göteborg med tanke på Cirkus Maximums reklambroschyrer som dimper ner i brevlådan.
- Välj ekoturism.
- Spela aldrig på djur, exempelvis trav.
- Använd kosmetika och andra produkter som inte är testade på djur.
- Välj naturläkemedel som inte är djurtestat.
- Djur- och naturvänligt pensionssparande (skall själv se över mitt sparande).
- Låt dina barn umgås med djur. Att njuta med djur och natur på ett respektfullt sätt.
- Skriv på protestlistor och kräv bättre djurhållning.
- Rösta djurvänligt. Ställ krav på producenter och politiker.
- Våga vara socialt obekväm och säg vad du tycker och tänker.

- Undervisa dina barn och barnbarn i djuretik och vad kött faktiskt är.
- Undvik talesätt som förringar djur såsom klumpig som en elefant, dum som en åsna, hönshjärna, fårska, smutsig som en gris/grisa ner sig, bli behandlad som ett djur etc.

Positiva skeenden

- Allt fler vegetariska restauranger och rätter på allmänna menyer.
- Göteborgs första raw food-kafé öppnar på Viktoriagatan september 2012.
- Ekologiska matbutiker och ökat ekologiskt sortiment i övriga affärer.
- Ekologisk mat/grönsaker hemlevererad via olika företag.
- Gröna nätverk och gårdar, närodlat ekologiskt även i stadsmiljö sprider sig som en reaktion mot dagens industri.
- Allt fler goda och bra vegetariska och veganska alternativ/produkter.
- Köttfri måndag alternativt annan veckodag har slagit igenom på många håll.
- Bra mat-mässan/vegetarisk mässa i Göteborg 2011 och 2012.
- Way out West-festivalen i Slottsskogen, Göteborg var helvegetarisk sommaren 2012.
- Pågående forskning kring köttskatt och odling av kött på Chalmers i Göteborg.
- Första rena djurskyddsgruppen bland polisen i Stockholm har startats upp.
- Djurrättspartier inom politiken. I Holland det första med parlamentarisk makt.
- Kläddesigners, filmstjärnor och modeller som bojkottar pälsar och skinn.



Farm Sanctuaries = fristad. Reservatliknande områden med djur som räddats från eländiga förhållanden. Allmänheten bjuds in för att möta/lära känna djuren. Inte minst barn och ungdomar som själva farit illa blir hjälpta i mötet med dessa fantastiska djur. Ett exempel är The Gentle Barn i Kalifornien som hjälper både djur och människor att hitta tillbaka till livet och att kunna känna tillit igen.

Förebilder: några kända vegetarianer/veganer och djurrättsförespråkare

Brigitte Bardot lämnade sitt glamorösa liv i 40-årsåldern för att helt och hållet ägna sig åt djurrätt. Idag 78 år och fortfarande väldigt aktiv (även i den svenska vargdebatten). En inspirationskälla för mig på 70-talet när hon började engagera sig mot säljakten.

Paul och Linda McCartney och andra medlemmar i forna Beatles. Även deras dotter **Stella McCartney**, modedesigner som utesluter skinn och päls i sina plagg.

Laleh vår egen fantastiska sångfågel och låtskrivare är vegetarian.

Astrid Lindgren (ej vegetarian) förfasade sig över djurens situation och blev av dåvarande statsminister Ingvar Carlsson lovad en ny lag; lex Lindgren för förbättrad djurhållning som det dock inte blev mycket av.

Gandhi och Dalai Lama.

Martin Luther King och hans familj.

Leonardo da Vinci var så bekymrad över djurens situation att han blev vegetarian.

Ett otal antal kända författare med flera finns att ta del av på nätet; klassiska citat från 100 världsberömda vegetarianer kan vara inspirerande att insupa.

Alla som redan lever djuretiskt och för länge sedan förstått vidden av vår exploatering av andra arter och på så sätt också tar mer ansvar för allas vår framtid.

Alla som jobbar djurrättsligt på olika plan i samhället. De som med dold utrustning på olika sätt utan våld lyckas fånga och sprida den grymma verkligheten och samtidigt riskerar sin egen frihet för att inte tala om den smärta det innebär att bevittna djurens lidande.

Filmer att rekommendera

"Home": Den här filmen (2009) får ni bara inte missa! Den är gjord av Yann Arthus-Bertrand, och har ett otroligt vackert foto och en klok eftertänksamhet som berör oss alla. Yann Arthus-Bertrand är mest känd för sina fotografier tagna på Jorden uppifrån himlen. Visar naturens skönhet och hur människan på olika sätt påverkar jorden. Tyvärr oftast på ett negativt sätt för alla olika raser och arter, inte minst människan själv. Är trots allt hoppogivande. "It's too late to be a pessimist!" Finns att se gratis på youtube. Se även www.filmenhome.se.

"Oceans": En helt fantastiskt vacker dokumentär från 2009 om oceanernas fascinerande värld där bilderna får tala.

"The Cove": Prisbelönad dokumentärfilm, vann bland annat en Oscar 2010, om den grymma slakten på delfiner i Japan.

"Earthlings": Skrämmande dokumentär (2005) om djurindustrin med skådespelaren Joaquin Phoenix (spelade Johnny Cash i "Walk the Line") som själv är vegan och djurrättsaktivist. Finns att se på youtube.

"Ett liv som gris": Under två års tid har aktivister från Djurrättsalliansen besökt närmare hundra slumpvis utvalda grisgårdar i Sverige. Resultatet (2009) finns presenterat på deras kampanjsajt www.ettlivsomgris.se. Här avslöjas hemska förhållanden genom smygfilmning som vi får ta del av.

Tvinga dig att se insidan av djurfabriker, slakterier och djurtransporter på youtube för att få upp ögonen för verkligheten. Låt smärtan motivera till handling och förändrade kostvanor.

Litteraturlista/böcker och hemsidor att rekommendera

Pelle Strindlund: "Jordens herrar – slaveri, djurförtryck och våldets försvarare" (2011). Parallellerna mellan dåtidens slaveri och nutidens artförtryck är slående. Pelle Strindlund är ickevåldsutövare i freds- och djurrättsrörelsen och har också engagerat sig för mänskliga rättigheter. Ivrig köttätare upp till 23-års ålder (far jägare och morfar mjölkbonde) då han började ifrågasätta vad som faktiskt låg på tallriken. Jag lyssnade till hans tankvärda föreläsning i Frölunda Kulturhus hösten 2011.

Jonathan Safran Foer: "Äta Djur" (2009). Filosofen som hyllas som ett litterärt underbarn och en av USA:s främsta unga författare. Boken beskriver våra matvanor i ett socialt och kulturellt sammanhang med en mormor som flytt undan Nazityskland. Jonathan Safran Foers bok bygger på en ingående treårig research av den amerikanska köttindustrin som inneburit att han och hans familj blivit vegetarianer. Det var när han skulle bli pappa som han kände behov av att verkligen ta reda på vad kött egentligen är. En utav hans tidigare böcker "Extremt högt och otroligt nära" är filmatiserad och gick nyligen på bio med Max von Sydow i en av huvudrollerna.

Peter Singer: "Djurens Frigörelse" (1975/1990). Djurrättsrörelsens bibel. Peter Singer (australienare men verksam i USA) är filosof och professor i bioetik. Han beskriver ingående djurförtryckets kärna; djurfabrikerna och forskningen. Är också engagerad i att minska världssvälten och skrev 2009; "Det liv du kan rädda – agera nu och stoppa fattigdomen."

Malin Olofsson och Daniel Öhman: "Matens Pris – boken som matindustrin inte vill att du skall läsa" (2011). Är reportrar på Sveriges Radio och vinnare av stora journalistpriset 2011 för sin kritiska granskning av Vietnams, Sydamerikas (Brasilien) och Europas (Danmark, Holland och Sverige) storskaliga fisk- kött- mjölk- soja- och grönsaksproduktion och dess konsekvenser. Var i våras ute på en rad föreläsningar i Göteborg med omnejd, bland annat via balansen/hälsoteket i Mölndal.

Christian Azar: "Makten över klimatet" (2008). Fysiker och klimatprofessor på Chalmers samt tidigare medlem i FN:s klimatpanel. En överskådlig bok som beskriver klimathoten men också pekar på nya möjligheter.

Djurens Rätt: "Under ytan – en rapport om fiskar och fiskindustrin" (2008). En avslöjande och kortfattad bok om havens invånare.

Djurens Rätts medlemstidning som utkommer fyra gånger/år.

En rad inspirerande kokböcker som rekommenderas på www.djurensratt.se. Här finns för övrigt på ett konkret och överskådligt sätt massa bra tips för nybörjare!

Pinto Magasin, www.pintomagasinet.se, är Sveriges största veganska webbtidning. Bevakar allt som händer i veganvärlden och presenterar nyheter, recept, produkt- och restaurangtips, resereportage, gästkockar och tävlingar. Pintos vision är ett veganvänligt samhälle, där grön mat är det självklara valet – för djuren, hälsan och miljön.





Populära Djurrättsorganisationer:

Djurens Rätt

www.djurensratt.se

Sveriges största djurrätts- och djurskyddsorganisation där jag själv är medlem sedan cirka 25 år tillbaka. Finns många sätt att engagera sig inom föreningen inte minst i den lokala verksamheten här i Göteborg. Föreningen har 90-konto.

Huvudkontoret i Stockholm: Tel. 08-55591400

Djurens Rätt Göteborg, Fjärde Långgatan 18.

Telefon: 08-55591400 eller 0722-06 62 60

E-post: goteborg@djurensratt.se

Webbplats: <http://www.djurensratt.se/goteborg>; www.facebook.com/djurensrattgoteborg

Djurrättsalliansen

www.djurrattsalliansen.se

En rikstäckande ideell djurrättsorganisation som förespråkar veganism och som kämpar mot det man ser som djurförtryck i alla former genom lagliga metoder och smygfilmning. Tack vare aktivisterna har avskryvda förhållanden på bland annat svenska grisfarmar uppdagats.

Sammanställning av Heléne Olivegren, dansinspiratör och sjukgymnast, Göteborg 2012.

Mer info: www.goodmove.se

Foton: Förutom några egna bilder har Djurens Rätt, Mona Nielsen, Zandra Rosén och Leif Algotsson bidragit med sina fina foton (även några från nätet). TACK!



Dansa för djuren

Heléne Olivegren är sjukgymnasten som älskar att dansa. För sex år sedan startade hon företaget goodMove som anordnar danskurser i Göteborg med omnejd. Heléne Olivegren är medlem i Djurens Rätt och har arrangerat danstillfällen till förmån för Djurens Rätt samt för projekt som stödjer kvinnor/barn i Afrika.

- Under folkhälsoveckan i oktober gungade vi ihop härliga 14 200 kronor till djuren. Räknar man även in förra höstens djuriska avgångar har vi nu inbringat närmare 20 000 kronor till Djurens Rätt, berättar Heléne Olivegren.

På sin hemsida skriver hon: "På mina dansresor far vi iväg dit hjärtat och rytterna leder oss med kärlek och ljuvlig musik som bränsle! Vi njuter av Afrika och möter bland annat ursprungsbefolkningen i Norden, Australien, Nya Zeeland, Nord- och Sydamerika och Söderhavet/Polynesien. Samtidigt hittar vi tillbaka till en mer naturlig enhet och helhet människa - djur - natur! Nästa år fortsätter jag/vi att sprida hälsa över artgränserna genom att "checka in" på fler globala dansresor för våra medvarelser på denna vackra planet!"

För mer info: www.goodmove.se

Sara Palmquist

BILAGA augusti 2014

I oktober 2013 dansade vi ihop ytterligare 9000 kr i Frölunda och Mölndal. Förutom tidigare sponsorer deltog nu även Eco & Fair, Olivolja etc samt Condeco. Specialdansen bidrog dessutom till att Djurens Rätt fick närmare 60 nya medlemmar!



Några fler positiva händelser sedan 2012

Förbud mot djurtestad kosmetika inom EU införs i mars 2013.

Cirkus Scott slutar med vilda djur/elefanter i sina shower.

Djurens Rätt i Göteborg anordnar VEGOVISION – en vegansk mässas med en mängd utställare och intressanta föreläsare våren 2014. Över 2000 besökare!

WAY OUT WEST upprepar 2012 års vegetariska succé sommaren 2013 och 2014.

THALI, en ny indisk vegetarisk restaurang slår upp portarna på Värmlandsgatan 18B och får jättefina recensioner för sin välsmakande och till stor del ekologiska meny.

FRAM LIVS öppnar sin andra butik på Södra Allégatan 2 i augusti 2013. Har blivit enormt populär!

Mattias Kristiansson introducerar Sveriges första veganska mattidning VEGO och bidrar till att Liseberg öppnar en vegansk restaurang; THE GREEN ROOM med en fantastiskt god buffé 2014.

Jonsborg, ägare av gatuköket (med stor vegansk meny) på avenyn öppnar en VEGANSK BUTIK på Seminariegatan 2 våren 2014.

LÄKARE FÖR FRAMTIDEN (www.lakareforframtiden.se) bildas i början av 2014 och lyfter fram den veganska kostens hälsofördelar!

DJURENS PARTI bildas i Sverige i februari 2014. Ställer liksom sex andra Europeiska Djurrättspartier upp i EU-valet samma år (i Sverige även i valet 14 september). Det holländska och det tyska partiet kommer in i parlamentet!

Fler böcker att rekommendera

Ellie Larks: "My Gentle Barn" (2014). En fantastisk och inspirerande berättelse om hur Ellie Larks bygger upp en fristad för djur som farit väldigt illa. I mötet med dessa fantastiska medvarelser som överlevt avskyvärda förhållanden helas traumatiserade barn/ungdomar som saknar tillit och hopp. En magisk plats i Kalifornien med besökare från hela världen!

Colleen Patrick-Goudreau: "Vegan's Daily Companion" (2011). En helt underbar bok som sprider kunskap om den veganska livsstilen med många recept och kloka citat/berättelser att frossa i dagligen med mera. Colleen, bosatt i Kalifornien är en oerhört populär föredragshållare, författare, kock och matskribent som sprider ett mer kärleksfullt leverne!

Fler filmer att rekommendera

"The Witness": En grymt bra och flerfaldigt prisbelönad dokumentär (2007) om byggarbetaren vars liv tar en otrolig vändning i mötet med en katt. Från att inte ha haft någon positiv kontakt med djur under sin barndom och vuxenliv blir Eddie Lamas en aktiv djurrättsförespråkare med nya kraftfulla metoder!

"Peaceable Kingdom": En otrolig, smärtsam men samtidigt hoppgivande film (2012) där man bland annat får följa bönder inom djurindustrin i USA som vaknar upp och får ett helt annat förhållande till djuren. Vunnit många filmpriser.

"Speciesism-The Movie": Den unga studenten Mark Devries satsar all sin tid och sina pengar på att kartlägga människans förhållande till djur och om vårt rådande artförtryck går att försvara. Här intervjuvas professorer, filosofer, läkare, jurister, bönder med flera. Försök till insyn i djurfabrikerna som oftast stoppas och kontakt med invånare som fått hälsoproblem på grund av utsläpp från anläggningarna. En riktigt väckarklocka! (2013)



Jag har själv dom senaste tre åren gjort en stor resa som inte varit så dramatisk som jag trott. Lever idag som vegan sedan ett halvår tillbaka. Det känns som en stor befrielse! Önskar bara att jag tagit steget tidigare. När man väl fått upp ögonen finns det ingen återvändo. Vissa saker kommer jag kanske alltid känna lite sug efter men det är lätt att övervinna när man tänker på vad djuren måste genomlida på grund av våra matvanor. Jag fortsätter naturligtvis att utforska nya spännande recept och produkter. Så mycket gott det finns att upptäcka! Varför inte bjuda dig själv på ett gränslöst grönt äventyr!