

# Was du über Milch wissen solltest

---



# Wusstest du, dass...



...Milchkühe meist schon nach vier bis fünf Jahren getötet werden, wenn ihre Milchleistung nachlässt?

...Schweizer Hochleistungskühe oft unter entzündeten Eutern, kaputten Klauen und psychischem Stress leiden?

...Kälber ihren Müttern nach wenigen Tagen entrissen werden und meist nur kurze Zeit leben dürfen, bevor sie geschlachtet werden?

**Tierleid und Tod gehören zum Alltag in der Milchproduktion.** Das ist in der Schweiz nicht anders als im Ausland. Egal, welches Bio- oder Tierwohl-Gütesiegel auf der Packung steht.

# Das kannst du tun



## **Pflanzliche Milch probieren**

Die Zeiten sind vorbei, als man sich auf Kuhmilch beschränken musste. Wer Tiere gern hat, kann heute feine pflanzliche Milchsorten probieren.

## **Offen sein für Neues**

Milch aus Mandeln, Hafer oder Reis ist etwas ungewohnt. Doch wer neugierig und offen ist, findet bald seine Lieblingsorte.

**Pflanzliche Milchsorten haben viele Vorteile:** Sie sind vielseitig, fein und nährstoffreich. Und für Pflanzenmilch müssen keine Kühe leiden und sterben – ein unschlagbarer Vorteil im Vergleich zu Kuhmilch!

# Drei Tipps für dich



Reis-Kokosmilch  
ist superfein  
im Müesli und  
ein Alleskönner  
beim Kochen  
und Backen.



Mandelmilch  
schmeckt leicht  
nach Marzipan.  
So ist sie perfekt  
für Desserts und  
im Kaffee.



Hafermilch ist  
erfrischend und  
süsslich - am  
besten genießt  
du sie pur oder  
im Shake.

Mehr Tipps zu pflanzlichen Alternativen: [www.veganprobieren.ch](http://www.veganprobieren.ch)

**Animal Rights**  
Switzerland

Animal Rights Switzerland | [www.animal-rights-switzerland.ch](http://www.animal-rights-switzerland.ch)  
8000 Zürich | IBAN: CH57 0900 0000 8920 0481 5