



ÜBER SWISSVEG

Für Tiere, Umwelt und Gesundheit



WAS KANN ICH TUN?



Pflanzliche Produkte konsumieren

Indem Sie pflanzliche statt tierische Produkte wählen, haben Sie die Möglichkeit, einen unmittelbaren Einfluss auf den Schutz der Tiere

und der Umwelt zu haben. Ob Tofu, Hülsenfrüchte, Vegi-Wurst oder «Thunfisch» aus Erbsen – die Auswahl an veganen Lebensmitteln ist so gross wie noch nie. Probieren Sie es einfach mal aus! Mehr Tipps für die Umstellung zu einem pflanzenbasierten Leben finden Sie in unserer Broschüre «Wie und warum vegan?».

Auf das V-Label achten

Um den Einkauf zu erleichtern und das langwierige Prüfen von Zutatenlisten abzukürzen, hat Swissveg das V-Label gegründet. Achten Sie beim Einkauf auf das vegane V-Label und Sie werden garantiert keine Produkte mit tierischen Inhaltsstoffen konsumieren.



Weitere Infos unter: www.v-label.com



Swissveg unterstützen

Engagieren Sie sich mit uns gemeinsam für den Tier- und Umweltschutz! Sie können Mitglied werden, das Veg-Info Magazin abonnieren, spenden, bei unseren

Events aktiv mithelfen oder Flyer verteilen. Wir freuen uns über jede Unterstützung, um die vegane Bewegung voranzubringen. Weitere Infos unter:

www.swissveg.ch/unterstuetzen

MITGLIEDSCHAFT BEI SWISSVEG

Mit einer Mitgliedschaft bei Swissveg unterstützen Sie den Tier- und Umweltschutz und tragen aktiv zur Aufklärung über die Vorteile einer vegan-vegetarischen Lebensweise bei. Als Mitglied haben Sie die Gelegenheit, bei den wichtigen Entscheidungen unseres Vereins mitzubestimmen und sich mit Gleichgesinnten auszutauschen und zu vernetzen. Ausserdem erhalten Sie viermal jährlich unser exklusiv recherchiertes Veg-Info Magazin, die einzige Schweizer Zeitschrift rund um den veganen Lebensstil.


Zudem profitieren Sie von attraktiven Rabatten bei unseren Card-Partnern.

Infos unter:




[www.swissveg.ch/
beitrittsformular](http://www.swissveg.ch/beitrittsformular)



 @swissveg.ch
@swissveg_romandie

 Swissveg
Swissveg Romandie

 TikTok @swissveg.ch
LinkedIn Swissveg

 www.swissveg.ch
www.v-label.com

1.2024 - 1. Auflage - 2000



ÜBER SWISSVEG

Für Tiere, Umwelt und Gesundheit

 swissveg



Swissvegs Ziele und Vision

Seit 1993 setzt sich Swissveg als politisch und konfessionell unabhängige Organisation dafür ein, eine pflanzliche Lebensweise als attraktive und gesunde Alternative allen Menschen zugänglich zu machen und zu fördern. Unsere Vision ist es, dass die gesunde, umwelt- und tierfreundliche vegane Lebensweise zur gesellschaftlichen Normalität wird.

Wie soll das erreicht werden?

Swissveg informiert, sensibilisiert und begleitet Menschen und Organisationen auf dem Weg zu einer pflanzlichen Lebensweise. Durch positive Öffentlichkeitsarbeit, Aufklärungsarbeit und Verbesserung der politischen und gesetzlichen Rahmenbedingungen soll die vegane und vegetarische Lebensweise gefördert und der Konsum tierischer Produkte nachhaltig gesenkt werden.

DIE MOTIVATION

TIERE

Wenn das Stück Fleisch auf unserem Teller liegt und das Honnigglas im Supermarktregal steht, ist uns nicht bewusst, was hinter der Herstellung dieser Produkte steht. Noch weniger sind wir uns der Tierindividuen bewusst und welches Leid wir ihnen durch unseren Konsum antun. Wir können deshalb viel zum Tierschutz beitragen, indem wir vegan leben.



UMWELT

Veganismus bedeutet Umweltschutz – denn tierische Produkte belasten die Natur mehr als jedes andere Lebensmittel. Sie verringern die weltweite Artenvielfalt, verschmutzen Luft und Gewässer und verschwenden wertvolles Wasser und Land. Die vegane Ernährung ist für Einzelpersonen dadurch die stärkste Waffe im Einsatz für unsere Umwelt! Sie schont unser Klima noch mehr als das Reduzieren von Flugreisen oder das Nutzen eines Elektroautos.



GESUNDHEIT

Mit einer ausgewogenen veganen Ernährung können Sie von vielen gesundheitlichen Vorteilen profitieren! Eine pflanzliche Ernährung kann nicht nur dazu beitragen, die Entstehung von Zivilisationskrankheiten wie z. B. Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Diabetes zu verhindern, sondern zudem auch das eigene Wohlbefinden, das Hautbild, die Regeneration und die Darmgesundheit positiv beeinflussen.



DAS V-LABEL



Das V-Label wurde 1996 von Swissveg in der Schweiz gegründet und dient der Deklaration vegetarischer und veganer Produkte. Das Label ist

Vorreiter seiner Branche und international das bekannteste Gütesiegel seiner Art. Als einfacher und leicht verständlicher Alltagsratgeber, erspart es Entscheidungsmüdigkeit. Achten Sie beim nächsten Einkauf auf das auffällige Label: So wissen Sie auf den ersten Blick, welche Produkte unseren Richtlinien entsprechen und somit sicher gekauft werden können! Die V-Label Richtlinien entstanden in Zusammenarbeit mit Vegetarier- und Veganer-Organisationen aus unterschiedlichen Ländern. Wenn Sie ein Produkt mit dem V-Label kaufen, können Sie sich somit darauf verlassen, dass nicht bloss unzureichende gesetzliche oder unternehmensspezifische Definitionen von vegan, beziehungsweise vegetarisch angewendet werden.



Nicht zuletzt werden die Einnahmen aus den Lizenzgebühren auch zur Unterstützung verschiedener NGOs und Projekte verwendet, welche sich für Tierrechte und die Verbreitung des Veganismus einsetzen.

Zu den Quellen



www.swissveg.ch/informationsquellen

