



FEM TIPS TILL DIG SOM VILL FIRA DJURVÄNLIGARE

Tipsen publicerades inför julen 2019 första gången, vissa har uppdaterats, men de flesta är i många fall så tidlösa att vi rekommenderar dem igen.

1. TA REDA PÅ HUR DJUREN HAFT DET



Vill du ha kött på julbordet? Titta i Världsnaturfondens, WWF:s, Köttguiden 2019. Här finns många tips på hur äta mindre men bättre kött. Ladda ner guiden gratis: [Köttguiden 2019](#)

Försäljningen av julskinka har sjunkit. För tio år sedan såldes cirka 7 000 ton julskinka i Sverige, i år beräknas det sjunka mer, och 2019 beräknades cirka 5 500 ton säljas, skrev tidningen Land Lantbruk i artikeln "Julskinkan minskar – både i storlek och i volym", den 8 december 2019. Enligt Sveriges Grisföretagare kommer 3,5 procent av skinkorna som säljs från "eko-grisar" varav cirka 35 000 hålls under KRAV-villkor, vilket SvD tog upp i artikeln "Överskott på ekogrisar – priserna sänks" i fjol. KRAV kräver bland annat att griserna kan vara utomhus året runt, böka och svalka sig i gyttjepölar.

Så om du tänker äta skinka och vill stötta gårdar som låtit grisarna ha haft ett liv där de fått utöva sina naturliga beteende, böka, beta gräs, bygga bo av halm och vara utomhus: Välj då att endast köpa från ställen där detta kan garanteras.

Kanske finns någon bonde i närheten av där du bor som säljer närproducerad julskinka på gården? Be att få se hur grisarna har det. Två sajter som samlar adresser till gårdar som hållit sina grisar så att de fått vara ute och böka är Trynet på jorden och Gårdsnära. Det finns säkert flera andra, sök dig fram och se sammanställningarna som en utgångspunkt: Hör alltid av dig själv till gården och ställ de frågor du vill ha svar på innan du bestämmer dig!

Här är sajterna:

[Trynet på jorden](#)

[Gårdsnära](#)

2. PROVA VÄLSMAKANDE VEGOVARIANTER



Variera julbordet med vegetariskt och veganskt.

Sugen på att avstå kött? Göra din egen rotselleriskinka? Julkorv utan kött? Det funkar fint och kan bli utsökt. Sök egna recept eller följ de här: [Vegansk](#)

[julskinka](#) och [Hemgjord](#) vegetarisk korv

För varje år blir de vegetariska alternativen allt fler. Listan på goda alternativ är lång. Fina recept finns även såväl i specialtidningar som hos de stora livsmedelskedjorna. Här är några säkra kort: [Vegansk sill gjord på aubergine](#), [sillsallad utan sill](#), [vegetarisk Janssons frestelse](#) och [grönkålssallader](#).

3. STÄLL ULLKRAV



I våras när den australiensiska veterinären Lynn Simpson var i Sverige uppmanade hon svenska konsumenter att vara medvetna:

– Köp inte ull som kommit från får som fraktas via sjötransporter från Australien till Mellanöstern. I Australien görs det förfärliga som kallas mulesing, huden från baken på merinofår skärs bort, mycket plågsamt. I Australien äter vi inte äldre får så får som utsatts för detta kan senare ha exporterats till Mellanöstern och Turkiet för slakt via sjötransporter, sa hon och fortsatte:

– När ni i Sverige köper ull kan ni göra medvetna val genom att kräva märkning av den ull ni köper, så att ni inte riskerar att köpa merinoull där får utsatts för detta trauma och kanske också ha exporterats levande på dessa transporter till sjöss för slakt i andra länder, sa Lynn Simpson.

Just fårskinnsstofflor, ullmössor och mjuka halsdukar är populära julklappar. Var alltid vaksam när du köper djurbaserade produkter och glöm inte bort att vara om du väljer att köpa något ullbaserat. Fråga producenten om var produkterna kommer ifrån. Hur produceras de? Hur tillvaratas djurens välfärd? Kan producenten inte svara: avstå köp.

4. TÄNK PÅ FISKARS DJURSKYDD



Lax.

För många har lax blivit en klassiker på julbordet. En stor del av laxen som säljs i Sverige importeras från Norge och i förfjöl köptes lax för mer än 30 miljarder kronor från Norge. Men. Den norska laxen som föds upp i odlingar kan, liksom andra länders lax i odlingar, vara

utsatt för stora djurskyddsproblem. Veterinärer och andra experter har länge varnat för detta.

Lusangrepp, svamp och andra sjukdomar drabbar laxarna. Branschen har själv uppgett, enligt Natursidan.se, att det dog 53 miljoner laxar i norska odlingskassar under 2017. Förra hösten dömdes en svensk filmare till dagsböter för att ha varit för nära odlingarna när han skulle dokumentera hur fiskarna såg ut. Risken finns även att angrepp av exempelvis lus också drabbar vilda laxar när de som hålls i odlingar rymmer.

Dödligheten för den norska laxen är cirka 20 procent. Dessutom används så kallade putsarfiskar för att få bort laxlusen och dessa har en extremt dålig välfärd. Putsarfiskarna blir väldigt sjuka och närmar sig 100 procentig dödlighet.

Köp inte ål. Säg nej till ålen på tallriken. Den uppmaningen kommer från WWF, Världsnaturfonden och dagarna innan förra julen fattade EU-kommissionen beslutet att införa ett tre månader långt förbud för allt ålfiske i EU:s vatten. Förbudet gällde alla åldrar och storlekar på ålar. Ålen är utrotningshotad och sedan 1970-talet har den europeiska ålen minskat med 90 procent. All ål föds i frihet.

– Odlad ål är ung vildfångad ål som sätts i fångenskap och matas för att växa sig stor. Den kommer från samma hotade bestånd. Ingen ål kan föröka sig i fångenskap, sa Karin Glaumann, fiskeexpert på WWF, i ett pressmeddelande.

Hur kan det trots det säljas ål i Sverige?

– Ålfiske är fortfarande tillåtet i Sverige. Men, i Sverige ges inga nya tillstånd att fiska ål. Om du tidigare haft tillstånd för ålfiske kan du beviljas ett nytt. Man kan inte heller köpa eller ärva någon annan fiskares ål-licens. Det innebär i praktiken att det fiskas mindre ål i Sverige för varje år som går och den dagen den sista ålfiskaren med tillstånd går i pension eller slutar fiska, kommer vi inte ha något legalt ålfiske längre, förklarar fiskeexpert Albin Gräns, som bedriver sin forskning vid SLU.

5. GÅSLEVERN PÅ DIN CANAPÉ KAN HA UTSATT GÅSEN FÖR GRYM HANTERING



*Grågäss långt i från tvångsmatnings-
industrins burar.*

Redan för sju år sedan varnade Pontus Ljunghill i Tidningen Djurskyddets julråd för bristande djurskydd bakom den utländska gåsleverproduktionen i bland annat Frankrike. Inför julen 2013 skrev han: "Gåslever är knappast något som finns på var mans julbord, men det förekommer. Och på nyårsafton är det en relativt populär rätt i olika kretsar.

Produktionen av ank- och gåslever är i till exempel Frankrike mycket plågsam. Den innebär bland annat att fåglarna tvångsmatas genom att stora mängder foder pumpas in i dem på några få sekunder. På så sätt sväller fåglarnas leverar upp till ibland tio gånger sin normala storlek – det kan leda till att det blir svårt att gå och andas.

I Sverige är det inte tillåtet med den här typen av produktion, men ank- och gåslever importeras hit och säljs i butiker och restauranger", skrev Pontus Ljunghill.

Någon vecka innan förra årets julhelg landade den franska djurskyddsorganisationen L214:s filmer i vår e-post. Under parollen "Foie gras: La cruauté de la naissance à la mort", på svenska: "Gåslever: Grymhet från födelse till död", visas hur en prisbelönt fransk gåsleverproducent inte bara låter de utsållade hon-ungarna långsamt kvävas och svältas ihjäl när de kastas över varandra i en stor bing, utan också hur hanfåglar står i burar och tvångsmatas under tio dagar, för att deras lever ska växa. De får svårt att andas av all föda som via en slang trycks ner i deras halsar dag efter dag. Det är mycket plågsamma bilder, inte minst de sekvenser som visar hur fåglar med skakande näbbarna kippar efter andan. Diarréer är en annan konsekvens av tvångsmatningen och L214 visar även hur bedövningen slutar verka under avlivningen: fåglar återfår medvetandet medan de hänger upp och ner i väntan på att slaktas.

Text Katarina Hörlin & Pontus Ljunghill (Citat om gåslever från 2013)

Foto Anders Johansson (Katt i fönster), Emma Brunberg (Gris som bökat) & iStockphoto