



En consommant des produits laitiers, nous condamnons des animaux à une vie de misère et à une mort terrible. En France, chaque année, 5 millions de bovins et 6 millions d'ovins et de caprins sont tués dans les abattoirs.

De quel droit nous approprions-nous leur vie ?

QUELQUES CHIFFRES :



En France, environ 30 % de la consommation de viande bovine vient de vaches laitières "réformées", c'est-à-dire mises au rebut : considérées non rentables car leur production laitière baisse, ou qu'elles sont devenues stériles, trop malades ou blessées.



Âge d'abattage d'une vache laitière : 5 ans
Espérance de vie : **20 ans**

LE CALCIUM :

De nombreux aliments sont riches en calcium : consommer trois portions d'aliments riches en calcium par jour (dont leau) pour assurer ses apports en calcium : L214.com/calcium

2 oranges · 100 mg de calcium

200 g de brocoli · 100 mg de calcium

2 càs de purée de sésame (tahin) · 120 mg de calcium

1 yaourt végétal · 120 mg de calcium

1 yaourt au lait de vache · 128 mg de calcium

1 verre de lait de vache (200 mL) · 220 mg de calcium

1 verre de lait végétal enrichi (200 mL) · 240 mg de calcium

100 g de tofu · 150 à 300 mg de calcium

Eaux calciques 1 L (Contrex, Rozana...) · 500 mg de calcium

6

PARCE QU'ON PEUT CHOISIR DE FAIRE AUTREMENT

Crèmes, yaourts, 'laits' et fromages végétaux : **de nombreuses alternatives végétales permettent de remplacer facilement les produits laitiers dans les préparations.**

L'alimentation végétale ouvre des perspectives savoureuses, saines et insoupçonnées. Les alternatives à la viande, aux produits laitiers et aux œufs sont de plus en plus nombreuses et facilement accessibles. **L214 accompagne la transition alimentaire : pour en savoir plus, découvrez ses sites Vegan Pratique et VegOresto !**

Pour en savoir plus : L214.com/sans-lait



Imprimeur: Dédicé Graphique / Ne pas jeter sur la voie publique

L214.com
vegan-pratique.fr | vegorestor.fr
viande.info
L214.com/vaches

contact : L214.com/contact

Association L214
CS20317
69363 Lyon 08 Cedex



POUR QUOI REFUSER LES PRODUITS LAITIERS ?



1

PARCE QUE LES VACHES SONT DES ÊTRES SENSIBLES

Les vaches sont **intelligentes et curieuses**. Des vaches ont été filmées en train de se servir de leurs cornes comme d'outils pour ouvrir des portes, tourner des robinets ou actionner des pompes à eau ! Ce sont aussi des mères très attentionnées, et lorsqu'ils le peuvent, le petit et sa mère restent souvent ensemble pendant toute la première année de la vie du veau, et parfois bien plus.

Comme nous, les animaux peuvent souffrir ou éprouver du plaisir et devraient pouvoir vivre leur vie comme ils le désirent. Les animaux sont sentients, c'est-à-dire qu'ils sont **conscients et doués d'émotions**.

2

PARCE QUE LES VEAUX SONT SÉPARÉS DE LEUR MÈRE

Pour stimuler leur production de lait, les vaches laitières sont inséminées artificiellement dès l'âge de deux ans tous les 12 mois environ.

Dans les élevages laitiers, **le veau est séparé de sa mère à la naissance ou dans les 24 heures : ils ne se reverront jamais**. C'est un véritable déchirement et, après la séparation, beaucoup se cherchent en meuglant pendant des jours. Des vaches ont détruit des clôtures et parcouru des kilomètres pour retrouver leur petit, parfois au péril de leur vie. Brebis et agneaux, chèvres et chevreaux, tous connaissent le déchirement de cette séparation.

Les veaux passent les huit premières semaines de leur vie seuls dans des cases individuelles souvent à peine plus grandes qu'eux et parfois sans litière.

3

PARCE QUE LES VEAUX SONT TRAITÉS COMME DES MARCHANDISES

Très souvent, **les veaux sont castrés sans anesthésie et écornés par brûlure ou soude caustique**.

Certains veaux sont élevés en batterie et tués à trois mois, d'autres sont engraisés et abattus avant l'âge de deux ans. La plupart ne verront jamais un pâturage. Les femelles rem-



placent généralement leur mère, les autres sont engraisées et tuées comme les mâles.

Des dizaines de milliers de veaux sont transportés chaque année à travers l'Europe, lors de trajets épuisants qui peuvent dépasser 24 heures.

4

PARCE QUE LES VACHES SONT EXPLOITÉES

Les vaches laitières ont été **génétiquement sélectionnées pour produire le maximum de lait au détriment de leur santé**. Une vache produit aujourd'hui en moyenne 3 fois plus de lait qu'en 1950.

Les vaches ont souvent un accès limité à l'extérieur et les élevages en bâtiments clos (« zéro pâturage ») se développent, à l'exemple de la "ferme-usine" des 1000 vaches.

Puisqu'elles sont traites aussi pendant leur grossesse, l'organisme des vaches laitières est sollicité à la fois pour produire du lait et pour la croissance de leur veau. Poussées au maximum de leurs capacités, les vaches souffrent fréquemment de maux douloureux qui peuvent les conduire à l'abattoir : infections des pis, boiteries, troubles métaboliques et de la fertilité, etc.

5

PARCE QUE LES VACHES TIENNENT À LA VIE

Après une moyenne de 2 ou 3 mises-bas, épuisées, malades, blessées ou stériles, les vaches sont conduites à l'abattoir.

Des vaches en lactation sont parfois transportées sans être traites. Des animaux incapables de se déplacer sont quand même transportés, au mépris de la législation. Nos images d'enquête réalisées à l'abattoir de Limoges ont révélé que **des vaches gestantes sont tuées** et les fœtus, parfois sur le point de naître, jetés dans les bennes à ordures.

Les conditions de mise à mort sont terribles : pour être "étourdis" avant d'être saignés, les bovins ont le crâne perforé et le cerveau endommagé. Certains, mal ou non étourdis, agonisent de longues minutes, parfois jusqu'à 14 minutes.

Des dizaines de milliers de bovins sont exportés sur de très longues distances et tués par exemple en Turquie ou en Afrique du Nord. Les conditions de transport et de mise à mort défient l'imagination.