

Team Koe in gesprek



wakker
dier

Je kent het wel. Jij ziet een kaasplankje, en denkt: *O nee... ☹️ sloopmelk!*

Waar anderen gezelligheid zien, zie jij ontstoken uiers en vieze vloeren. Koeien die jaar na jaar worden uitgemolken. Die veel te jong naar het slachthuis gaan. Dit dierenleed gaat je zo aan het hart, dat je niet kunt geloven dat vrienden en familie zo zorgeloos genieten van bakken yoghurt, stukken cheesecake en hompen brie. Zonder zich ook maar af te vragen of de dieren achter deze zuivel wel een goed leven hebben gehad.

Voordat je het weet, flap je het eruit: “Weten jullie wel dat een melkkoe...?” De een lacht ongemakkelijk, de ander zucht... “Koeien hebben toch gewoon een goed leven? Mag dat nou ook al niet meer?” en “Laten we het gewoon gezellig houden.” of “Doe niet zo sektarisch.” Daar zit je dan. Onbegrepen, gefrustreerd, misschien wel verdrietig.

wij helpen je op weg

Als lid van Team Koe voel je je betrokken bij het lot van de melkkoe. Je staat achter Wakker Dier, ontvangt de nieuwsbrief of ondertekent misschien wel eens een petitie. Je wilt meer doen en ook jouw omgeving wakker schudden. Hoe laat je jouw betrokkenheid zien aan anderen, zónder de verbinding te verliezen?

Wakker Dier zocht de samenwerking op met KlimaatGesprekken. Zij ontwikkelden een methode om anderen mee te nemen in verduurzaming – empathisch, psychologisch goed onderbouwd en gericht op wat wél werkt. Die methode vertaalden wij naar handvatten voor jou, om gesprekken te voeren over dierenleed. De volgende vuistregels kunnen je helpen om zaadjes te planten bij anderen - en om daarbij trouw te blijven aan jezelf.

1. **Luister en vraag door:** mensen stellen zich pas open als ze zich veilig voelen. Stel vragen. Wees nieuwsgierig. Wat denkt of voelt de ander?
2. **Beweeg mee met weerstand:** merk je dat iemand zich afsluit of lacherig reageert? Ga er niet tegenin maar beweeg mee. “Ja ik vond het zelf ook lastig dat/toen..”
3. **Verwacht geen directe verandering:** één gesprek verandert zelden iemands mening of gedrag, maar kan wél een zaadje planten!
4. **Inspireer:** deel je eigen ontdekkingstocht en wat jij leerde en voelde. Probeer de ander niet te overtuigen, maar vertel over je favoriete diervriendelijke recept.
5. **Praat vanuit je hart:** overweldig je gesprekspartner niet met je kennis over de vee-industrie, maar deel jouw persoonlijke gevoel. Vraag ook eens naar die van de ander.
6. **Kies je moment:** probeer je gesprek goed te timen. Wat kan jouw vriend met een gesprek over koeienleed gesprek als hij net een zelfgemaakte slagroomtaart op tafel heeft gezet?

Tips voor bijeenkomsten met familie of vrienden:

- Geef vooraf aan dat je diervriendelijk eet (en wat dat voor jou concreet betekent).
- Wees je ervan bewust dat wat voor jou de gewoonste zaak van de wereld is, voor de ander mogelijk nog nieuw is en tijd kost om aan te wennen.
- Sta stil bij de moeilijke situaties die je tegen kunt komen, en bedenk hoe je daarop wilt reageren.
- Reflecteer: voel je zelf ruimte om te luisteren? Anders is dit misschien niet het beste moment om in gesprek te gaan.

tijd om te oefenen!

Nu je al deze tips op zak hebt, is het tijd om te gaan oefenen. Wij hebben alvast een gesprek voor je uitgewerkt met een van de vragen over melkkoeien die wij het vaakst ontvangen:

“Koeien lopen toch gewoon lekker in de wei?”

1. Luister en vraag door:

Oh ja, ja dat zie ik inderdaad ook regelmatig. Wat betekent dat volgens jou? En weet je wat er gebeurt als ze niet in de wei staan?

2. Zeg dat je er anders in staat en vraag toestemming voor je dit deelt:

Ik kijk daar zelf wat anders naar. Vind je het oké als ik met je deel hoe ik hiernaar kijk?

3. Deel iets vanuit je hart:

Ik dacht vroeger ook dat koeien gewoon lekker buiten lopen. Dus ik schrok enorm toen ik een keer las dat veel koeien het grootste deel van het jaar binnen staan - of soms zelfs nooit buiten komen. Sindsdien ben ik me gaan verdiepen in de zuivelindustrie, en in – zo noemt Wakker Dier het – sloopmelk. Daardoor ben ik bewuster gaan kiezen. Gelukkig zijn er steeds meer diervriendelijke alternatieven te koop.

4. Vraag wat de ander hiervan vindt:

Wat vind jij belangrijk als het gaat om het welzijn van de koeien in de vee-industrie?

5. Ga op zoek naar gedeelde waarden:

Ja dat hoor ik bij jou ook terug – dat je het belangrijk vindt dat we goed voor koeien zorgen / dat koeien buiten komen / dat koeien voor hun kalmpjes mogen zorgen / dat koeien gezond zijn. Dat vind ik zelf ook belangrijk.

bonustips cadeau

- Niemand wil veranderd worden. Geef mensen de ruimte en tijd om zelf tot nieuwe inzichten te komen.
- De eerste stapjes in verandering spelen zich vanbinnen af. Dat je het niet ziet gebeuren, betekent niet dat er niets gaande is. Houd moed!

En... tja, de credits van je tot bloei komende zaadjes zul je wellicht nooit krijgen. Maar niet getreurd – de koeien waarvoor we het doen zullen de verandering even goed merken!

- Je kunt altijd je gevoel delen. Heeft ooit iemand gereageerd met “niet waar!” toen je vertelde dat je je moedeloos, boos of verdrietig voelde?

Op onze website vind je meer voorbeelden van gesprekken over het leed van de melkkoe.

Namens heel Wakker Dier én de melkkoeien: heel erg bedankt voor jouw tomeloze inzet!

PS. Je staat niet alleen. Duizenden mensen sloten zich samen met jou aan bij Team Koe. Ook zij lezen deze tips en bekommeren zich om de melkkoe. Zo werken we samen stap voor stap toe naar onze gedeelde droom. Een toekomst waarin alle melkkoeien een dierwaardig leven kunnen leiden.