

1. November

Welt-Vegan-Tag

Am 1. November wird seit 1994 der *Welt-Vegan-Tag* gefeiert. In vielen Ländern finden an diesem Tag Informationsveranstaltungen statt, um den *Veganismus* der Öffentlichkeit näher zu bringen. Im Jahr 1994 wurde der Welt-Vegan-Tag zum ersten Mal anlässlich des 50-jährigen Bestehens der *Vegan Society* veranstaltet. 1944 beschloss der Brite *Donald Watson*, dass ihm die Forderungen der Vegetarian Society nicht weit genug gingen, und gründete – zusammen mit weiteren Gleichgesinnten – die Vegan Society.

Was bedeutet vegan?

Der Begriff *vegan* wurde aus dem englischen *vegetarian* abgeleitet, indem ein mittlerer Teil des Wortes entfernt wurde, um anzudeuten, dass die veganen Produkte eine Teilmenge der herkömmlichen vegetarischen (ovo-lacto-vegetarischen) Produkten sind. Vegan lebende Menschen meiden soweit praktisch möglich sämtliche tierlichen Produkte sowohl in der Ernährung als auch in allen weiteren Lebensaspekten. Fleisch, Milch, Eier, Honig und Gelatine werden genauso abgelehnt wie auch Pelz, Leder, Wolle und Seide.

Wieso keine Tierprodukte?

Dass Fleisch direkt mit dem Töten von Tieren zusammenhängt ist offensichtlich. Aber auch die Produkte, für die direkt keine Tiere sterben müssen, sind zwangsweise mit Tierqual und meist auch indirekt mit dem Töten der Tiere verbunden. So ist z.B. die **Milch**produktion ohne regelmäßig geschwängerte Kühe nicht möglich – die männlichen Jungtiere werden keine Milchkühe, wodurch die Milchindustrie also auch einen Teil der Fleischindustrie ist.



Bei der **Eier**produktion werden auch nur die weiblichen Tiere benötigt. Alle männlichen Küken werden kurz nach dem Schlüpfen getötet. Die weiblichen Exemplare haben meist ein extrem kurzes Leben – degradiert zu Eierlegemaschinen.

Die **natürliche Lebenserwartung** einer Kuh beträgt 18 bis 25 Jahre – in einem Milchbetrieb werden Kühe meist nach 5 Jahren geschlachtet. Eine Henne kann bis zu 15 Jahre alt werden. In der Eierindustrie erleben die meisten Hennen nicht ihren 2. Geburtstag während sie in der Mastzucht nur einige Wochen alt werden.

Auch aus **ökologischen Gründen** meiden viele Menschen Tierprodukte, da eine nachhaltige und umweltfreundliche Produktion von tierlicher Nahrung unmöglich ist. Des Weiteren sind Tierprodukte nachweislich Auslöser vieler Zivilisationskrankheiten, wohingegen der Verzicht auf tierliche Produkte positive Auswirkungen auf die Gesundheit hat.

Welche veganen Alternativen gibt es?

Menschen, die sich vegan ernähren oder auch in anderen Formen keine Tierprodukte konsumieren, müssen auf nichts verzichten. Es gibt kaum ein



Tierprodukt, für das es nicht eine tierleidfreie Alternative gibt. In fast jedem Supermarkt gibt es mittlerweile diverse Milchalternativen auf Pflanzenbasis – z.B. Soja-/Reis-/Hafermilch, Sojapudding, Sojajoghurt, Sorbet-/Sojais. Auf der Basis von Soja und Weizen existieren viele Alternativen zu Fleischprodukten. Auch lederfreie Schuhe, Gürtel und Taschen aus stabilen

atmungsaktiven Materialien sind mittlerweile einfach zu beziehen. Wie umfangreich das Angebot an veganen Produkten ist, zeigen die vielen *Vegan-Shops*, die ausschließlich tierleidfreie Produkte anbieten.

Internet Links mit weiteren Infos:

www.vegan-tag.de www.v-heft.de www.vegansociety.com

www.rezeptefuchs.de www.biovegan.de

Vegan-Shops:

Vegan-Total
www.vegan-total.de

Alles Vegetarisch
www.alles-vegetarisch.de

Avesu (Schuhe)
www.avesu.de

Avocado Store
www.avocadostore.de

Noah Shop (Schuhe)
www.noah-shop.com



www.animal-liberators-frankfurt.de



Ortsgruppe von
die tierbefreier e.V.