

Die Bruderschaft vom leidenden Schaf

Veganer verzichten völlig auf tierische Produkte. Für viele ist ihr Lebensstil eine Art der Rebellion

ES herrscht fast ein wenig Volksfest-Stimmung auf dem Platz vor dem Wiener Museumsquartier. Doch die üblichen Brathendl und Schweinshaxen sind an diesem strahlenden Sommertag tabu: Es gibt Sojawurstel, Bio-Bier und asiatische Nudeln, an einem Stand werden „vegetarische Schuhe“ verkauft – garantiert ohne Leder und sonstige tierische Produkte.

Es ist das Sommerfest der veganen Szene, die den Shopfern in der Stadt ihren kompromisslos tierfreundlichen Lebensstil näher bringen will. Aktivisten der „Veganen Gesellschaft Österreichs“ und verschiedener Tierrechtsorganisationen sind bemüht, positive Stimmung zu verbreiten und ein Leben ohne Tierprodukte coolerscheinen zu lassen – die Horrorbilder von blutigen, ausgeweideten Kälbern und in Legebatterien eingezwängten Hühnern dürfen freilich auch beim frohen Sommerfest nicht fehlen.

MASSE & MACHT Die Abneigung gegen die Massentierhaltung eint Veganer – auch Milch und Eier sind für sie Produkte eines ausbeuterischen Systems, das die Rechte von Tieren mit Füßen tritt. Natürlich, es gibt Bio-Eier und Bio-Fleisch – doch wer will schon vor jedem Bissen



Fleischfrei und noch mehr: Konsequente Veganer verzichten auf alle tierischen Produkte, auch auf Leder und Honig

ganen Gesellschaft Österreichs“. Mit ihrer Ablehnung der „autoritären“ Fleisch-Wirtschaft provozieren die Tierfreunde viele Fleischesser – diese fühlen sich schnell als Unmenschen hingestellt. Mit radikalen Broschüren, die das Leid von Schlachtkälbern mit Begriffen wie „Holocaust“ umschreiben, stellen sich einige Gruppen von vornherein ins Abseits. „Teilweise wird die Szene aber von Gegnern radikal dargestellt“, sagt Felix. „Es geht darum, mit vernünftigem Aufwand etwas Vernünftiges zu tun. Jeder muss wissen, wie weit er geht.“

BESSERE ESSER Doris hat ihre persönliche Grenze vor Kurzem neu gezogen: Sie ist von der Veganerin wieder zur Vegetarierin geworden. „Ich sitze in einem Lehrgang und habe nur eine halbe Stunde Pause – da hau’ ich mir schon mal Käse rein“, sagt sie. Die 35-Jährige, selbst ein Punk, hat mit 16 Jahren mit dem Fleischessen aufgehört und die Szene seitdem gut beobachtet. „Wenn man beginnt, auf andere herunterzuschauen und sich als etwas Besseres zu fühlen, wird’s blöd“, sagt sie. „Manche Leute tun das. Das sind meistens die, die ich nach ein oder zwei Jahren mit der Schinkensammel auf der Straße sehe.“ – M. HUBER

Ahnenforschung betreiben? „Im Veganismus ist es relativ leicht, konsequent zu sein“, sagt David, der sich im Verein

gegen Tierfabriken engagiert. „Wenn ich nicht will, dass Tiere leiden, bleibt nichts anderes übrig, als vegan zu leben.“

Fragen („Was – keine Milch?“) können sich die Fleischverweigerer an Treffpunkten wie dem Gasthaus Schillinger in Großmugl bei Stockerau ersparen. Dort gibt es sogar tierproduktfreies Cordon Bleu – Veganer aus ganz Wien und Niederösterreich pilgern hin. „Die Community ermöglicht es, sich zu entspannen und sich nicht ständig rechtfertigen zu müssen“, sagt David.

Viele der kompromisslosen Tierfreunde kommen aus der Alternative- und Punkszene. „Vielleicht ist das so, weil sich

diese Leute generell stark mit Unterdrückung auseinandersetzen“, vermutet Felix, ein Student und Mitglied der „Ve-

„Veganismus sollte nicht nur auf ein alternatives Nischenpublikum beschränkt bleiben.“

STEFAN & DORA



BENEDIKT VON LOEBEL

COMMUNITY Der Totalverzicht erspart einerseits viele komplexe Entscheidungen – andererseits braucht es einiges Know-how, um längerfristig ohne Tierprodukte auszukommen. Das schafft Zusammenhalt: Viele Veganer definieren sich über ihren Lebensstil und tauschen sich intensiv über Ernährungs-Themen aus. Die ungläubigen



BENEDIKT VON LOEBEL

„Wenn man beginnt, auf den Lebensstil anderer Leute hinunterzuschauen, wird’s blöd.“

DORIS

ADRESSEN

- www.vegan.at Die „Vegane Gesellschaft Österreichs“ informiert über Events und legt ausführlich die Standpunkte der Veganer in Ethik- und Ernährungsfragen dar.
- www.vgt.at Der „Verein gegen Tierfabriken“ bietet u.a. eine Liste veganer Restaurants & Treffpunkte in Österreich an.
- www.peta.at Die Tierrechtsorganisation bietet Online-Info für potenzielle Vegetarier und Veganer.
- www.oege.at Die Österreichische Gesellschaft für Ernährung liefert viele wis-

- senschaftliche Infos zum Thema Nährstoffe.
- www.vegan.chris.at Jeden Freitag von 11–11.30 Uhr sendet Radio Orange 94.0 das „Tierrechtsradio“. Sendungen können auch downgeloadet werden.
- www.charlys.at Homepage des Gasthofs Schillinger in Großmugl/NÖ, dem Veganer-Treff, der auch ein Cateringservice bei Rockkonzerten betreibt.
- www.relaxed.at/the-wellnesslounge Page des Szenetreffs „Wellness Lounge“ (jeden Mittwoch im Wiener Lokal Stylez).

INFO

Geht's ohne Milch? Die wichtigsten Fragen zum Thema Veganismus & Fleischverzicht

► **Was sind die wichtigsten Argumente der Veganer?**

Mitleid mit Tieren ist das am häufigsten angeführte Motiv, auf Tierprodukte zu verzichten. Viele Veganer misstrauen dazu der Agrarindustrie und fürchten, mit Fleisch und Tierprodukten Hormone und Antibiotika aufzunehmen. Manche Menschen werden auch auf Grund von Nahrungsmittelunverträglichkeiten zu Veganern. Andere führen wirtschaftliche Gründe an: Um Tiere aufzuziehen, werden

große Mengen an pflanzlichen Futtermitteln benötigt. Veganer verbrauchen weniger Ressourcen.

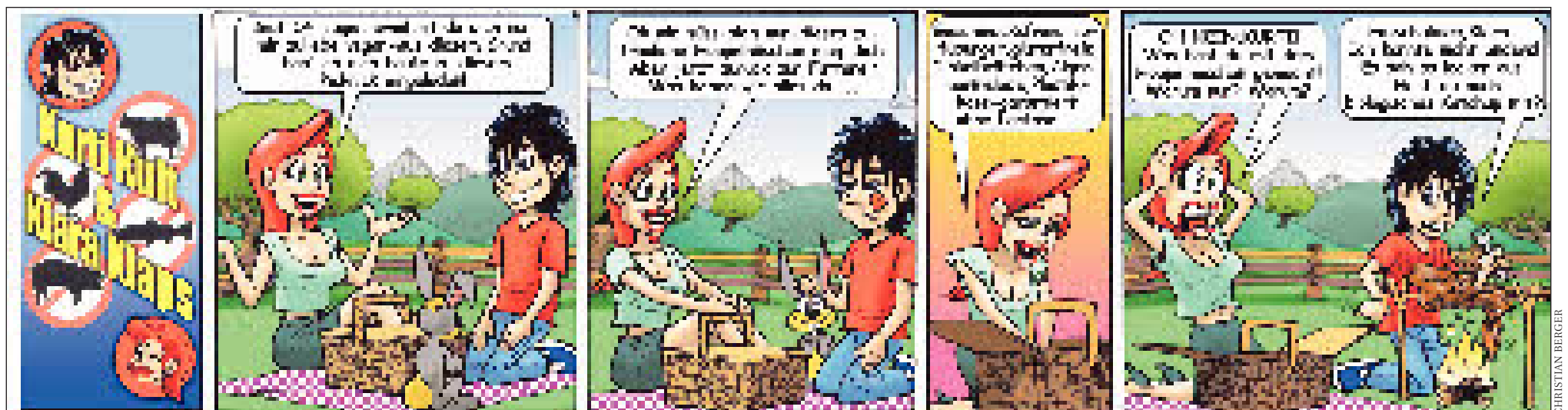
► **Ist es ungesund, ganz auf Tierprodukte zu verzichten?**

„Bei Veganern ist die Sorge vor Mangelerscheinungen – vor allem bei Kindern, Jugendlichen, Schwangeren und Stillenden – nicht unbegründet“, sagt Alexandra Hofer, Ernährungswissenschaftlerin der Österreichischen Gesellschaft für Ernährung (ÖGE). „Kritische Nähr-

stoffe, bei denen es unter Umständen zu einem Mangel kommen kann, sind Eiweiß, die Vitamine B12 und D sowie Calcium, Eisen und Jod.“ Veganer müssen diese Stoffe gezielt aufnehmen – oft können Nährstoff-Präparate dabei helfen. „Bei Ovo-lacto-Vegetariern (also jenen, die pflanzliche Kost, Milch & Eier essen) ist die Nährstoffversorgung gesichert“, sagt Hofer. „Diese Kost ist gesundheitlich vorteilhaft und zur Dauerernährung geeignet.“

► **Welche Alternativen zum Veganismus gibt es?**

Zwischen strikt veganer Kost und der Schnitzel- und Wurst-Diät gibt es viele Abstufungen. Jeder Konsument, ob Fleischesser oder nicht, kann etwas bewegen, wenn er sich genau über die Herkunft der Nahrung informiert: Produkte, die aus biologischer Landwirtschaft stammen und keine langen Transportwege zurücklegen mussten, sind vielleicht etwas teurer, aber in vielerlei Hinsicht besser.



CHRISTIAN BERGER