

VEGAN **AT**

DAS MAGAZIN DER VEGANEN GESELLSCHAFT ÖSTERREICH

AKTIVITÄTEN
VEGGIE PLANET
VEGANMANIA

GESUNDHEIT
DIABETES

ALLTAG
VEGANE TEENS

UMWELT
REGENWALDSOJA

ETHIK
TIERTRANSPORTE

RESTAURANTS
NEUERÖFFNUNGEN

COVERSTORY

FILM SCREENING

PRODUCTION

VEGAN IN FILM UND FERNSEHEN



Für HARTE Kerle mit weichem Kern

Wir führen
über 500 rein
pflanzliche Produkte

Mit den leckeren
Vegourmet-Alternativ-
produkten wie Käse,
Wurstwaren und Fleisch-
alternativen ist für jede
Lebenslage was dabei.
GENUSS wird bei uns
groß geschrieben.
Geschmack, - und
keine Kompromisse.

- ▶ Rein pflanzlich
- ▶ Kein Cholesterin
- ▶ Bekömmlich
- ▶ Ethisch

vegane Alternativen mit Biss und Würze

...nicht nur für Großstadt-Cowboys

Würzige Wurst- und Käse-Alternativen für jeden Geschmack. „Rauchwürzen“, Burgermischung „Texas Summer“ oder die Würzmarinade „Wild Wild West“ von den VEGI-Gourmetspezialisten aus dem Wilden Westen Österreichs. Pflanzenpower mit Herz, - nicht nur für harte Jungs.

VEGANVERSAND.at
kompetent • persönlich • schnell • zuverlässig

INHALT

ZU GAST AB SEITE 4

INTERVIEW Kraftsportler Patrik Baboumian
Stärkster Mann Deutschlands 4

WISSEN AB SEITE 6

GESUNDHEIT Diabetes Mellitus 6
UMWELT Soja: Gefahr aus dem Urwald? 8
ETHIK Tiertransporte 10
WIRTSCHAFT V-Label News 12
WIRTSCHAFT Restaurant Neueröffnungen 14
POLITIK Tierschutzcausa – eine unendliche Geschichte 16
POLITIK Werke von Tierschutzprozess-Angeklagten 17

LEBEN AB SEITE 18

MEDIATHEK Umwelt-/Tierrechtsdokumentarfilme 19

COVERSTORY

SAMMELSURIM mit Poster 20

FILM SCREENING

Von Kino-Movies über Serien bis Zeichentrick: 22

Die Präsenz von Veganismus & Tierrechten in
Film und Fernsehen

COVER: YVONNE ZINKL



MEDIATHEK Kochbücher: Vegan für jeden Geschmack 27

ALLTAG Vegane Teens 28

VGÖ AB SEITE 30

AKTIVITÄTEN Frisch gepresst! 31

AKTIVITÄTEN Veggie Planet 32

AKTIVITÄTEN In aller Kürze! 33

UNTERSTÜTZUNG GESUCHT Mitgliedsformular 34

MITGLIED WERDEN Restaurantgutscheine gewinnen! 35

INTERAKTIV VEGAN.AT-Awards „Einsame Insel“ 36

VGÖ-SHOP Bücher, DVDs, Shirts, Postkarten 38

IMPRESSUM 40

LIEBE LESERINNEN
UND LESER!

ICH FREUE MICH GANZ BESONDERS ÜBER DIE NEUE AUSGABE DES VEGAN.AT-MAGAZINS. UNS IST INHALTLICH EINE GUTE UND AUSGEWOGENE MISCHUNG GELUNGEN, UND ICH BIN DAVON ÜBERZEUGT, DASS AUCH FÜR SIE INTERESSANTE INHALTE DABEI SEIN WERDEN.

Beeindruckend ist, wie rasant sich die vegane Wirtschaft, die Bekanntheit der veganen Idee in der Öffentlichkeit, der Konsum von pflanzlichen Lebensmitteln, der öffentliche Diskurs über Landwirtschaft und Tiere und auch die Manifestierung dieser Aspekte in Form von Veranstaltungen und Berichterstattung entwickeln: **INZWISCHEN IST OFFENSICHTLICH, DASS WIR ALS GESELLSCHAFT ZU VIEL FLEISCH KONSUMIEREN.** Namhafte Supermarktketten wie SPAR bieten seit Kurzem ein neues breites vegetarisches Sortiment an und lassen die Produkte durch ein von uns vergebenes Gütesiegel, das V-Label, kontrollieren. Weiters boomen vegetarische Restaurants – wir stellen Ihnen gleich mehrere vor.

DIESES JAHR FINDEN ZWÖLF VON UNSEREN VEGANMANIA-SOMMERFESTEN IN FÜNF VERSCHIEDENEN LÄNDERN STATT. Ende März gab es eine erfolgreiche Österreich-Premiere: die 1. rein vegane Messe, unsere **VEGGIE PLANET**. Ich denke, es ist ein Zeichen für die Qualität unserer Arbeit, dass wir im Zentrum dieser Entwicklung stehen.

PASSEND DAZU DAS HAUPTTHEMA. Wir waren bei unseren Recherchen überrascht, wie präsent die **VEGANE IDEE**, Tierrechte und ein neues Verständnis vom Mensch-Tier-Verhältnis in **UNTERHALTUNGSMEDIEN** ist. Wir hätten durchaus noch einige Seiten an den Hauptartikel anhängen können! **KEIN WUNDER AUCH, DASS IMMER MEHR JUGENDLICHE BEWUSST AUF FLEISCH VERZICHTEN.** Welche Erfahrungen sie damit in ihrem sozialen Umfeld gesammelt haben, beleuchten wir in der Rubrik Alltag mit dem Thema „Vegane Teens“.

Wie immer sind auch Artikel zu den **THEMEN UMWELT, GESUNDHEIT UND ETHIK IM MAGAZIN** enthalten. Unsere Standards wie **BUCH- UND MEDIENTIPPS SOWIE DER SHOP UND GEWINNSPIELE** runden die Ausgabe gelungen ab. Und als besonderes Extra: **EIN POSTER ZUM HERAUSNAHMEN!**

VIEL SPASS BEIM LESEN! ICH HOFFE, WIR SEHEN UNS IM SOMMER AUF EINER VEGANMANIA!

Mag. Felix Hnat

Darf ich
zu dir?

Wir sind ganz junge, gesunde Mäuse und Ratten auf der Suche nach einem liebevollen Zuhause!

Wir wurden aus einer laborähnlichen Ausbildungsstätte entlassen, wo man uns nicht mehr braucht und hoffen jetzt auf ein schöneres Leben!

Möchtest du einige von uns zu dir nehmen?

Schreibe eine Mail an

wolle-info@gmx.at oder alzabel@chello.at (0650/45 885 99)

<http://labortierhilfe.tumblr.com>

NEU!

Die Bio Bar hat Nachwuchs bekommen!

AB SOFORT GIBT ES DIE BIO BAR „BRUSCHETTE“ IN WIEN 12!

Das neue Lokal ist gemütlich, ausreichend groß für Veranstaltungen und Feste und bietet so wie das Stammlokal in der Stadt beim Judenplatz vegane & vegetarische Köstlichkeiten aus aller Welt.

Unsere besondere Spezialität: überbackene italienische Bruschetta Ofenbrote

Schönbrunnerstraße 235 (U4/U6 Längenfeldgasse), 1120 Wien – im Internet finden Sie uns unter bruschette.biobar.at



GEBOREN: 01.07.1979

GEWICHT: 125 KG

GRÖSSE: 171 CM

OBERARMUMFANG: 50 CM

PATRIK, DU BIST OFFIZIELL STÄRKSTER MANN DEUTSCHLANDS. WIE KAM ES ZU DIESEM TITEL?

Jedes Jahr aufs Neue wird in Waging am See das Finale zur Deutschen Meisterschaft im Strongman-Sport ausgetragen. Wer dort gewinnt, darf sich für die kommenden 12 Monate „Stärkster Mann Deutschlands“ nennen. Ich hatte 2011 Glück und konnte mir trotz meiner verletzten Wade den Titel holen.

WIE LANGE HAST DU GEBRAUCHT, UM DIESE BEEINDRUCKENDE LEISTUNG ZU ERREICHEN?

Ich habe mit 14 Jahren mit dem Training angefangen. Das heißt also, dass ich für mein heutiges Leistungsniveau 18 Jahre gearbeitet habe. Allerdings habe ich je nach meinen Lebensbedingungen mal intensiver, mal weniger intensiv gearbeitet und auch immer mal Abstecher in andere Sportarten wie etwa Bodybuilding, Powerlifting und Armwrestling gemacht.

ERKLÄRST DU UNS KURZ DEN UNTERSCHIED ZWISCHEN STRONGMAN, POWERLIFTING UND BODYBUILDING?

Der Strongman ist entwickelt worden, um zu testen wer der stärkste Athlet ist. Dabei wird Kraft nicht nur durch einige wenige Disziplinen wie etwa beim Powerlifting getestet, sondern sehr umfassend durch verschiedenste Disziplinen, die alle Facetten von Kraft testen sollen. Beim Bodybuilding geht es gar nicht darum, ob der Athlet nun stark ist oder nicht. Der Bodybuilder muss einem bestimmten Idealtyp körperlich möglichst nah kommen, wobei es hier nur um das Aussehen geht. Das soll nicht heißen, dass Bodybuilder_innen nicht auch stark sein können.

WIE IST DEIN TRAINING AUFGEBAUT?

Ich trainiere den Körper während der Saison auf drei Trainingseinheiten aufgeteilt über drei Tage, dann folgt ein Pausentag und der Zyklus beginnt von vorne.

WIE LANGE LEBST DU SCHON VEGETARISCH/VEGAN?

Vegetarisch lebe ich seit über 6 Jahren, mit einer Unterbrechung von 10 Monaten. Vegan ernähre ich mich nun seit 2011.

WAS WAR DEINE PERSÖNLICHE MOTIVATION, AUF VEGAN UMZUSTEIGEN?

Als ich gemerkt habe, dass ich mit meinem eigenen Verhalten Einfluss auf andere nehmen kann, folgte ich meinem Gewissen, indem ich endlich umsetzte, was mir während meiner gesamten vegetarischen Zeit klar war, nämlich dass der Veganismus die Konsequenz sein muss, wenn man seine Ernährung aus ethischen Gründen umstellt.

DIE TYPISCHE ERNÄHRUNG VON KRAFTSPORTLERN GILT ALS EIWEISSREICH UND FLEISCHLASTIG. WIE ERNÄHRST DU DICH?

Die Basis stellen Shakes und Früchte-Smoothies dar, die ich mir im Mixer zubereite. Als Energiequelle dienen Haferflocken, als Eiweißquelle hauptsächlich Soja in Form von Sojaisolat, Sojamilch und Tofu. Ansonsten esse ich eigentlich recht normal und auch gerne mal deftig, wobei eben anstatt Fleisch Tofu auf den Teller kommt.

WAS SAGEN DEINE KRAFTSPORTKOLLEGEN ZU DEINER ERNÄHRUNG?

Anfangs wurde ich viel belächelt, heute kann ich lachen. **DU HAST NICHT NUR VIEL KRAFT „TROTZ“ DEINER VEGANEN ERNÄHRUNGSWEISE, SONDERN STUDIERST AUCH PSYCHOLOGIE UND WIDERSPRICHST SOMIT ALLEN KLISCHEES. DERZEIT SCHREIBST DU DEINE DIPLOMARBEIT IM BEREICH DER NEUROPSYCHOLOGIE.**

Es geht dabei grob um Suchstrategien und darum, EEG-Korrelate dieser Suchstrategien ausfindig zu machen. Dabei lassen wir Probanden frei alle Ländernamen aufsagen, die ihnen in den Sinn kommen, und gehen davon aus, dass

diese Leistung eine interne Suche im Langzeitgedächtnis erfordert. Über die Sprungweite von Land zu Land analysieren wir welche Suchstrategie (abgrasend vs. sprunghaft) die Versuchsperson gerade anwendet und analysieren dementsprechend das EEG-Signal nach regelmäßig wiederkehrenden Komponenten.

BLEIBT NEBEN KRAFTSPORT UND STUDIUM NOCH ZEIT FÜR ANDERE DINGE?

Leider viel zu wenig. Zudem herrscht seit einigen Monaten ein gewisser Trubel um meine Person, den ich so nicht kenne, und so besteht im Moment das Leben zum größten Teil aus Arbeit.

BIST DU AUCH AKTIV FÜR TIERRECHTE UND VEGANISMUS?

Ich versuche meine Bekanntheit zu nutzen, um auf die entsprechenden Themen aufmerksam zu machen. Ansonsten versuche ich mehr zu inspirieren als zu missionieren.

DAS HAUPTTHEMA DIESER AUSGABE SIND FILME. DU ARBEITEST ZUR ZEIT AM FILMPROJEKT „KRAFTAKT“. WORUM GEHT ES DABEI?

Der Film begleitete mich über ein ganzes Jahr und versucht darüber hinaus die Frage zu ergründen, was die Faszination von Kraft ausmacht. Dabei tauchen im Film eine ganze Reihe von bekannten Vertretern des Kraftsports auf, wie etwa Lou Ferrigno, der selbst 1977 bei der ersten Ausgabe des „World's Strongest Man“ gestartet ist.

KENNST DU UNSER VEGAN.AT-MAGAZIN? GEFÄLLT ES DIR?
Es ist schön und wichtig ein Medium zu haben, das etwas Orientierung bietet. Als Subkultur ist es nicht immer einfach an gut aufbereitete Informationen zu kommen, und da ist eure Arbeit ein sehr wichtiger Beitrag in meinen Augen.

PATRIK, VIELEN DANK FÜR DAS INTERVIEW UND VIEL ERFOLG BEI DEINEN WEITEREN WETTBEWERBEN!

LINK_TIPP

- > [DE.WIKIPEDIA.ORG/WIKI/PATRIK_BABOUMIAN](https://de.wikipedia.org/wiki/Patrik_Baboumian)
- > [WWW.ARMENIAN-VIKING.COM](http://www.armenian-viking.com)
- > [YOUTUBE.COM/WATCH?V=MDGEJLIFJOE](https://youtube.com/watch?v=MDGEJLIFJOE)
- > **TRAILER:** [VIMEO.COM/21260274](https://vimeo.com/21260274)

PATRIK BABOUMIAN

STÄRKSTER MANN DEUTSCHLANDS



2009 WELTREKORD BAUMSTAMMSTEMMEN IN DER GEWICHTSKLASSE BIS 105KG

2010 DEUTSCHER MEISTER UND GESAMTSIEGER IM BAUMSTAMMSTEMMEN

2011 DEUTSCHER REKORD IM BIERFASSTEMMEN

2011 STÄRKSTER MANN DEUTSCHLANDS 2011

DIABETES MELLITUS

DIABETES MELLITUS TYP 2 ZÄHLT ZU DEN HÄUFIGSTEN CHRONISCHEN KRANKHEITEN. DA SICH DIE STOFFWECHSELERKRANKUNG SEHR SCHNELL AUSBREITET, WIRD SIE ZUNEHMEND ALS „EPIDEMIE DES 21. JAHRHUNDERTS“ BEZEICHNET. BETROFFEN SIND INZWISCHEN AUCH VIELE KINDER.

Unter Diabetes mellitus werden verschiedene Störungen des Kohlenhydrat-Stoffwechsels zusammengefasst. Leitbefund ist eine Hyperglykämie, also eine Überzuckerung des Blutes. Diese kann auf 2 verschiedene Arten entstehen: Bei Diabetes mellitus Typ 1 (früher jugendlicher oder juveniler Diabetes) produziert die Bauchspeicheldrüse nicht genügend Insulin. Diabetes mellitus Typ 2 (früher auch Altersdiabetes) wird hauptsächlich durch eine ineffektive Nutzung von Insulin verursacht. Häufig ist er das Resultat von Übergewicht und mangelnder Bewegung.

VERBREITUNG

Weltweit leiden derzeit 346 Millionen Menschen unter Diabetes mellitus. In Österreich gibt es offiziell rund 400.000 Diabetiker_innen; Schätzungen zufolge ist jedoch von doppelt so vielen Erkrankungen auszugehen, wovon die Hälfte unentdeckt ist. Jährlich steigt die Zahl der Menschen mit Diabetes um 5 %. Etwa 80 – 90 % aller Diabetiker_innen leiden an dem als Wohlstandserkrankung bezeichneten Diabetes mellitus Typ 2. Da die Krankheit vor allem ältere Menschen betrifft, wurde sie früher auch Alterdiabetes genannt. Typ-2-Diabetes beginnt jedoch immer früher: Die Erkrankungshäufigkeit bei Kindern und Jugendlichen hat in den letzten Jahren dramatisch zugenommen.

URSACHEN

Wenn der Blutzuckerspiegel nach der Nahrungsaufnahme ansteigt, wird Insulin aus der Bauchspeicheldrüse ausgeschüttet. Das Hormon ist für den Transport des Zuckers in die Zellen und damit für die Senkung des Blutzuckerspiegels verantwortlich. Während es bei Typ-1-Diabetes zum Untergang der insulinproduzierenden Zellen kommt, wofür das Zusammenwirken von erblicher Veranlagung, äußeren Faktoren wie Virusinfektionen und einer Fehlsteuerung des Immunsystems verantwortlich gemacht wird, spielen bei Typ-2-Diabetes zwei Defekte eine Rolle: eine gestörte Freisetzung von Insulin sowie insbesondere eine verminderte Insulinempfindlichkeit. Deren Folge ist, dass Insulin in den Zielgeweben wie Skelettmuskulatur, Fettgewebe und Leber nicht mehr ausreichend wirken kann (Insulinresistenz). Entscheidende Risikofaktoren für die Entwicklung von Diabetes mellitus Typ 2 sind Übergewicht (mehr als 80 % aller Betroffenen) und Bewegungsmangel. Besonders Bauchfett fördert durch die ständige Abgabe von freien Fettsäuren ins Blut die Insulinresistenz. Durch Überernährung und Insulinresistenz kommt es zu einer erhöhten Konzentration von Glukose (Traubenzucker) im Blut. Dadurch muss die Bauchspeicheldrüse mehr Insulin produzieren, was langfristig zu einer Erschöpfung der Insulinausschüttung bis hin zum Versagen der Insulinbildung führt.



SYMPTOME

Während Gewichtsabnahme, Austrocknung, Durst und Harndrang charakteristische Symptome für Diabetes mellitus Typ 1 sind, treten bei Typ-2-Diabetiker_innen meist nur unspezifische Symptome wie Müdigkeit, Schwäche, Sehstörungen oder Infektneigung auf. Daher wird die Diagnose oft erst nach Jahren durch Zufall bei der Kontrolle der Blutzuckerwerte gestellt.

SCHWERWIEGENDE KRANKHEITEN ALS SPÄTSCHÄDEN

Über eine Krankheitsdauer von 10 bis 15 Jahren hinweg können sich diabetische Spätschäden entwickeln. Aufgrund der hohen Konzentration von Glukose im Blut entstehen Stoffwechselprodukte, die zu Veränderungen der Blutgefäße führen. Diese können Folgeerkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems sowie Schädigungen von Netzhaut, Nieren und Nerven hervorrufen. So ist Diabetes beispielsweise mit einem deutlich erhöhten Risiko für Amputationen, Erblindung und terminaler Niereninsuffizienz verbunden. Mit diesen Erkrankungen geht nicht nur ein Verlust an Lebensqualität sondern auch eine verkürzte Lebenserwartung einher.

PRÄVENTION UND THERAPIE

Übergewicht, Bluthochdruck und Fettstoffwechselstörungen in Folge von ungesunder Ernährung sowie Bewegungsmangel gelten neben dem Alter und der genetischen Veranlagung als wichtigste Risikofaktoren für die Entwicklung von Diabetes mellitus Typ 2. Für Menschen mit gesunder Lebensweise ist das Diabetesrisiko gegenüber dem Bevölkerungsdurchschnitt um 80 – 90 % reduziert. Eine Veränderung des Lebensstils gilt als hochwirksame Maßnahme bei Typ-2-Diabetes: Empfohlen wird eine Verringerung des Übergewichts um mindestens 5 %, regelmäßige Bewegung und eine Ernährungstherapie mit geringem Anteil an Fett und gesättigten Fettsäuren sowie einem hohen Anteil an Kohlenhydraten und Obst, Gemüse und Hülsenfrüchten.

DIABETES MELLITUS BEI EINER VEGANEN ERNÄHRUNG

Zahlreiche Studien belegen, dass Diabetes mellitus Typ 2 bei Veganer_innen deutlich seltener auftritt als bei Allesesser_innen. So zeigte beispielsweise eine Kohortenstudie mit über 60.000 Menschen, dass nur 2,9 % aller Veganer_innen von Typ-2-Diabetes betroffen waren, aber 3,2 % aller Lacto-Vegetarier_innen und 7,6 % aller Nicht-Vegetarier_innen. Nach einem Beobachtungszeitraum von 2 Jahren entwickelten von allen anfangs Nicht-Erkrankten 0,54 % aller Veganer_innen Diabetes, doppelt so viele Lacto-Vegetarier_innen und 4-mal so viele Allesesser_innen. Zahlreiche weitere Studien bestätigen, dass Vegetarier_innen nur halb so oft unter Diabetes leiden wie Omnivor_innen und dass das Risiko für die Entwicklung von Typ-2-Diabetes bei Veganer_innen zusätzlich reduziert ist. Auch als Therapie von Typ-2-Diabetes empfiehlt sich der Einsatz von veganer Ernährung: Wie Studien zeigen, sind vegetarische Ernährungsformen in der Behandlung von Typ-2-Diabetes wirksamer als konventionelle Diabetes-Diäten. Eine vegetarische Ernährung mit niedrigem Fettgehalt hilft bei der Gewichtskontrolle und senkt den Blutzuckerspiegel sowie das Risiko für Herz-

Kreislauf-Erkrankungen. Am effizientesten ist hierbei eine vegane Ernährung mit niedrigem Fettgehalt. Begründet wird dies – abgesehen von einem größeren Gewichtsverlust – mit der verringerten Aufnahme von gesättigten Fettsäuren und einfachen Kohlenhydraten, der erhöhten Aufnahme von Ballaststoffen und pflanzlichem Protein, besseren Blutfettwerten und niedrigeren Eisenspeichern.

FAZIT

Gegenüber einer omnivoren Ernährung verringert eine vegane Ernährung das Risiko für Typ-2-Diabetes deutlich. Als Ursachen gelten das im Durchschnitt geringere Körpergewicht, die höhere Zufuhr von komplexen Kohlenhydraten und Ballaststoffen, die niedrigere Zufuhr an Fett, speziell gesättigten Fettsäuren, bessere Blutfettwerte und niedrigere Eisenspeicher. Außerdem ist eine vegane Ernährung ideal als diätetische Diabetestherapie geeignet, durch welche sich das Risiko für diabetische Spätschäden reduzieren lässt.

LINK_TIPP

> **QUELLEN: WWW.VEGAN.AT/DIABETES**

TIPPS FÜR DIE PRÄVENTION + THERAPIE VON DIABETES MELLITUS TYP 2:

- Abwechslungsreiche vegane Ernährung mit viel frischem Obst und Gemüse
- Übergewicht vermeiden bzw. um wenigstens 5 % reduzieren
- Regelmäßige körperliche Aktivität, mindestens 30 Minuten/Tag an mindestens 5 Tagen/Woche
- Vermeidung von übermäßiger Proteinzufuhr
- Gesunde, ausgewogene Ernährung mit einem Gesamtfettanteil von maximal 30 % und einem Anteil gesättigter Fettsäuren von maximal 10 %
- Regelmäßiger Verzehr ballaststoffreicher Lebensmittel wie Vollkornprodukte, Hülsenfrüchte, Gemüse und Obst
- Zucker- und Salzkonsum einschränken

KURZNEWS**D-A-CH-REFERENZWERTE FÜR VITAMIN D UM DAS 4-FACHE ERHÖHT**

Die Ernährungsgesellschaften in Deutschland, Österreich und der Schweiz haben Anfang 2012 die Zufuhrempfehlungen für Vitamin D für Kinder, Jugendliche und Erwachsene von vormals 5 auf 20 µg (entsprechend 1.000 Internationale Einheiten) erhöht. Grund dafür ist, dass der Vitamin-D-Blutwert bei 60 % aller Mitteleuropäer_innen unterhalb von 50 nmol/l liegt. Diese Konzentration gilt als wünschenswert, um Krankheiten wie Rachitis, Osteoporose im Alter und Infekten vorzubeugen. Vitamin-D-reiche Lebensmittel wie fetter Fisch tragen selbst bei Omnivor_innen bestenfalls 10 – 20 % zur Vitamin-D-Versorgung bei.

DESHALB SPIELT DIE SONNE EINE WESENTLICHE ROLLE:

Durch UVB-Strahlung kann Vitamin D in der Haut gebildet werden. In den Wintermonaten ist die Sonneneinstrahlung in unseren Breiten für eine ausreichende Vitamin-D-Bildung allerdings zu gering. Die Vegane Gesellschaft Österreich empfiehlt daher, von Oktober bis März mindestens 20 µg Vitamin D pro Tag in Form eines Nahrungsergänzungsmittels einzunehmen. Geeignet ist hierfür z.B. das Vitamin D3 Spray von Vitashine, das im Onlineversand erhältlich ist.

LINK_TIPP

> **WWW.VEGAN.AT/VITAMIND** > **DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR ERNÄHRUNG: WWW.DGE.DE**
 > **WWW.VEGANVERSAND.AT** > **WWW.VEGANVERSAND-LEBENSWEISE.AT** > **WWW.VEGANBAG.AT**

SOJA: GEFAHR AUS DEM

ES GIBT KAUM EINE PFLANZE, DIE STÄRKER MIT VEGETARISCHER ODER VEGANER ERNÄHRUNG ASSOZIIERT WIRD, ALS SOJA. DER VERMEINTLICHEN WUNDERBOHNE WERDEN POSITIVE EIGENSCHAFTEN WIE KREBSPROPHYLAXE ODER VERJÜNGUNGSWIRKUNG, ABER AUCH NEGATIVES WIE REGENWALDZERSTÖRUNG ODER GENTECHNIK ZUGESCHRIEBEN, DIE SOMIT AUCH MIT DEN VIELEN FLEISCHALTERNATIVEN ODER SOJAPRODUKTEN IN VERBINDUNG GEBRACHT WERDEN.

1. „IST DAS GEN-SOJA?“

Die Assoziation von Soja und Gentechnik ist im allgemeinen Bewusstsein sehr stark ausgeprägt, und das nicht ohne Grund. Weltweit waren 2003 ca. 50 % des angebauten Sojas gentechnisch verändert, im Jahre 2008 waren es schon knappe 70 %. Der Ruf von Soja kommt also nicht von ungefähr. Jährlich werden 600.000 Tonnen Sojaextraktionsschrot nach Österreich importiert, davon sind 90 % gentechnisch verändert. Dieses „Gen-Soja“ wird allerdings zu 100 % als Tierfutter verwendet und ist nicht etwa im Tofuburger zu finden, sondern im Raiffeisen-Lagerhaus – in der Futtermittelabteilung. Es ist festzuhalten, dass das gentechnisch veränderte Soja fast ausschließlich an Tiere verfüttert wird. Sojaprodukte für den menschlichen Verzehr sind in den allermeisten Fällen nicht gentechnisch verändert. Die Erklärung dafür ist schnell gefunden: Das Gentechnik-Lebensmittelkennzeichnungsgesetz schreibt vor, dass gentechnisch veränderte (GV) Lebensmittel mit einem Vermerk auf der Verpackung als solche gekennzeichnet werden müssen. Da Konsument_innen sehr kritisch gegenüber Gentechnik sind und selbst keine gentechnisch modifizierten Produkte essen wollen, findet sich in den Supermarktregalen äußerst selten ein GV-Produkt. Anders hingegen bei Futtermitteln. Hier gibt es eine Kennzeichnungslücke. Österreichisches Fleisch, welches mit „Gen-Soja“ gemästet wurde, muss nicht gekennzeichnet werden. Des Weiteren sind die meisten veganen Sojaprodukte aus kontrolliert biologischer Produktion. Der Einsatz von Gentechnik ist hier ausgeschlossen. Resümee: Das typische österreichische Schnitzel stammt zu 99 % von einem mit GV-Futtermittel gemästeten Tier. Ein GV-Tofuburger wurde in Österreich noch nie gefunden.

2. „MUSS ES IMMER SOJA SEIN?“

Es gibt zahlreiche rein pflanzliche Eiweißlieferanten, die kein Soja enthalten. Hierzu zählen Fleischalternativprodukte wie pflanzliche Würste oder Schnitzel auf Weizenbasis (Seitan) oder auch Lupinenfilets. Als pflanzliche Milchquellen stehen neben Sojamilch unter anderem auch Mandel-, Hafer-, Reis- oder Dinkelmilch zur Verfügung. Als besonders gesunde Proteinquellen, die gleichzeitig auch viele Nähr- und Ballaststoffe liefern, gelten Hülsenfrüchte wie beispielsweise Bohnen, Linsen, Erbsen und Kichererbsen, aber auch Nüsse, Kerne und Samen.

3. „WO KOMMT DAS SOJA HER?“

Alleine von 2009 auf 2010 hat sich die Sojaanbaufläche in der Alpenrepublik um 36 % vergrößert. In Oberösterreich wird auf 13.000 ha Soja angebaut, im sonnigen Burgenland auf 10.000 ha. Die beiden wichtigsten österreichischen Sojafirmen, der Tofuexperte Sojarei und der Sojadrinkhersteller Joya, haben Vertragsbauern und -bäuerinnen in Österreich.

4. „IST SOJA AUS DEM REGENWALD UMWELTSCHÄDLICH?“

Eine Studie des SERI-Instituts aus Österreich hat untersucht, wie Soja- und Seitanprodukte von ihrer Ökobilanz her im Vergleich mit Fleisch zu bewerten sind. Dabei wurden sogar Extremvarianten wie Sojafleisch aus Regenwaldsoja mit österreichischem Bio-Rindfleisch verglichen. Das Ergebnis: Das Regenwaldsojaprodukt emittiert 1,8 kg CO₂ und verbraucht 0,73 m² und schneidet noch um den Faktor 20 besser ab als das österreichische Rindfleisch mit 14,7 kg CO₂ und 22 m². Da die meisten Sojaprodukte biologisch angebaut sind, ist der tatsächliche Vergleich noch viel gravierender. Hauptgrund: Für die Produktion von 1 Kalorie Fleisch oder Tierprodukt werden 3 – 19 Kalorien Futtermittel verfüttert. Würde man alleine in Deutschland sämtliches Faschiertes (Hackfleisch) durch Sojaprodukte ersetzen, würde so viel CO₂ eingespart werden wie durch 4 bis 7 Millionen Autos weniger auf der Straße!

5. „SOJA IST ZU TEUER!“

Es stimmt, dass gewisse Sojaprodukte wie Tofu oder Sojawürstchen teuer sind. Bioqualität hat ihren Preis. Eine Studie der WU Wien hat außerdem ergeben, dass 61 % aller Agrarsubventionen mit Tierausbeutung verknüpft sind. Dabei wurde auch eine Futtermittelsubventionierung einberechnet. Im Gegensatz dazu fließen 11 % der Gelder in die Produktion pflanzlicher Lebensmittel für den menschlichen Verzehr. Kein Wunder also, dass Fleisch so billig ist. Das meiste Fleisch kommt aus Intensivtierhaltung – das Wohl der Tiere wird also dem Gewinnmaximierungsprinzip untergeordnet. Auf das Befinden der Tiere wird bei der Produktion keinerlei Rücksicht genommen, wodurch sich Kosten einsparen lassen und das Endprodukt billig im Regal steht.

LINK_TIPP

> WWW.VEGAN.AT/SERI > WWW.VEGAN.AT/SOJA_AGES

Schnelle vegane Küche

LIEBEVOLL GESTALTET!

SIE HABEN GENUG VON NUDELN MIT DER IMMER SELBEN TOMATENSAUCE? EINTÖNIGER BLATTSALAT IST IHNEN ZU WENIG UND SOGAR DIE VEGANE CURRYWURST REISST SIE SCHON LANGE NICHT MEHR VOM HOCKER? DANIELA FRIEDL ZEIGT, DASS DIE SCHNELLE VEGANE KÜCHE, SELBST OHNE SOJA- UND FLEISCHERSATZPRODUKTE, WEIT MEHR ZU BIETEN HAT. IN IHRER KLEINEN, ABER FEINEN REZEPTSAMMLUNG FINDEN SICH ÜBERLIEFERTE, „VEGANISIERTE“ FAMILIENREZEPTE EBENSO WIE IDEENREICHE EIGENKREATIONEN. DIE REZEPTE NEHMEN MAXIMAL 30 MINUTEN IHRER ZEIT IN ANSPRUCH UND KÖNNEN OHNE BESONDERE VORKENNTNISSE ZUBEREITET WERDEN. LASSEN SIE IHRE KÜCHE VON ABWECHSLUNG, FANTASIE UND FRISCHE EROBERN!

ERHÄLTLICH AUF > WWW.AMAZON.DE > WWW.VEGANBAG.AT



URWALD?

SOJAANBAU IN ÖSTERREICH (2009 = 25.230 HA)

2010 = 34.302 HA = +36 %

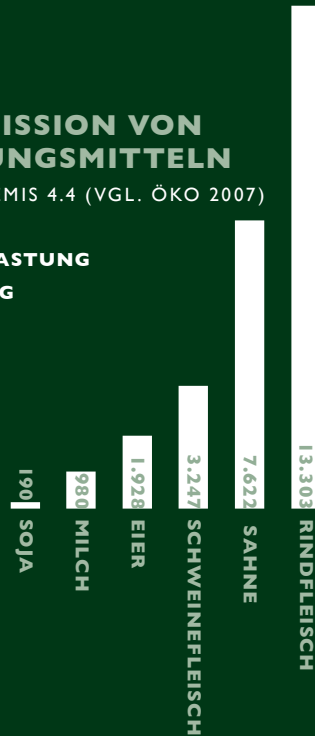
QUELLE: AMA

BURGENLAND	10.731 HA
NIEDERÖSTERREICH	6.215 HA
KÄRNTEN	2.810 HA
OBERÖSTERREICH	13.094 HA
SALZBURG	29 HA
STEIERMARK	1.389 HA
TIROL	2 HA
VORARLBERG	0 HA
WIEN	32 HA

CO₂-EMISSION VON NAHRUNGSMITTELN

QUELLE: GEMIS 4.4 (VGL. ÖKO 2007)

KLIMABELASTUNG
IN G CO₂/KG



EINSATZ VON 1 KG SOJA- PROTEIN IM VERGLEICH

QUELLE: USDA; FAO/WHO/UNICEF PROTEIN
ADVISORY GROUP

DIE DIREKTE VERARBEITUNG VON HEIMI-
SCHEN SOJA-BOHNEN ZU NAHRUNGSMIT-
TELN VERMEIDET DEN UMWEG ÜBER DIE
TIERFÜTTERUNG UND IST DAMIT UM EIN
VIELFACHES EFFIZIENTER.



TIERTRANSPORTE



FOTO © SOYLENT-NETWORK.COM

DER GROSSTEIL INSTITUTIONALISIERTEN TIERLEIDS GESCHIEHT IN VERSCHLOSSENEN STÄLLEN UND ABGESCHOTTETEN SCHLACHTHÖFEN. EINZIG AUF DEN STRASSEN VON DER TIERFABRIK ZUR TÖTUNGSANSTALT WIRD DAS LEID SO GENANTER „NUTZTIERE“ ÖFFENTLICH UND DEM INTERESSIERTEN AUGE WIRD EIN BLICK DARAUFGEMÖGLICHT.

TIERTRANSPORTE IN EUROPA

Tiere, die nie Tageslicht gesehen haben und nie laufen konnten, werden mit Treibstöcken, Tritten, Elektroschockern oder durch Schwanzzeindrehen aus den Tierfabriken in Transportfahrzeuge und von dort in den Schlachthof getrieben. Stress und Verletzungen führen zu Leid, Schmerz und Tod – vor, während und nach den Tiertransporten. Ohne Tiertransporte geht es aber gar nicht mehr: Landwirtschaftlichen Betrieben sind Hausschlachtungen nur „zum Eigenbedarf“ gestattet. Über 99 % aller „Nutztiere“ müssen ein- oder mehrmals in einem Tiertransporter leiden.

BIS ZU 30 % DER TIERE STERBEN BEIM TRANSPORT

Nachdem österreichische Tierschutz- und Tierrechtsvereine in den Neunzigern das Leid der „Nutztiere“ bei sogenannten Lebendtiertransporten aufgedeckt hatten, führten entsprechende Kampagnen und zahlreiche Protestaktionen zivilen Ungehorsams wie z.B. Tiertransportblockaden zum „Tiertransportgesetz Straße 1995“. Dieses sah eine maximale Transportdauer von sechs Stunden und eine maximale Transportstrecke von 260 Kilometern vor. Leider wurde diese vergleichsweise strenge Regelung nach Österreichs EU-Beitritt in einem Musterprozess aufgehoben. 17,5 Millionen Schafe, Schweine und Rinder werden allein innerhalb der EU in Langzeittransporte (über 8 Stunden Fahrtzeit) verfrachtet. Nach der geltenden EU-Verordnung (EG) Nr. 1/2005 dürfen Schweine und Pferde bis zu 24 Stunden ununterbrochen transportiert werden, Rinder sogar bis zu 29 Stunden, wenn eine einstündige „Ruhepause“ eingelegt wird. Eine Verlängerung der Transportdauer um zwei Stunden „im Interesse der Tiere“ ist möglich (wenn sich beispielsweise kein geeigneter Schlachthof in der Nähe befindet). Nach einer 24-stündigen Pause, in der die Tiere entladen, gefüttert und getränkt werden müssen, ist eine Wiederholung dieses Transportschemas in beliebiger Anzahl erlaubt. Innerhalb von 25 Stunden werden Kälber von Deutschland nach Spanien gekarrt; Kälber werden aber auch von Polen nach Italien und anschließend weiter nach Spanien transportiert. Nach einem ähnlichen Schema werden beispiels-

weise Schafe von Spanien vier Tage lang nach Griechenland transportiert. Transporte über die EU-Grenzen sind naturgemäß nicht durch die EU geregelt. Daher werden Pferde von Weißrussland nach Sardinien zum Schlachten transportiert. Das sind ca. 2.800 km reine Fahrtstrecke und 5 Tage Transport. Zuchtrinder (früher: Bullen) werden per LKW und Schiff von Deutschland in den Libanon gekarrt; diese Fahrt dauert 6 bis 8 Tage. Internationale Schiffstransporte sind zeitlich ebenso unlimitiert: Da der Export australischer Schafe profitabler ist als die inländische Verwertung, werden diese oft wochenlang um die halbe Welt transportiert, beispielsweise nach Ägypten. Den einzelnen EU-Mitgliedsstaaten ist es faktisch verboten, nationalen Tiertransporten kürzere Transportzeiten als maximal acht Stunden vorzuschreiben.

TIERTRANSPORT IST TIERLEID

Wie in allen anderen Bereichen kommerzieller Tierproduktion zählt auch bei Tiertransporten der Gewinn mehr als individuelles Tierleid: Entsprechend der kapitalistischen Arbeitsteiligkeitsmaxime werden „Nutztiere“ ohnehin nicht mehr in ein- und demselben Betrieb gezüchtet und gemästet. In Österreich gibt es eine Handvoll riesiger „Brütereien“, welche Küken für Eierproduktion und Geflügelmast erzeugen. Je nach Preislage beziehen Hühnerhalter_innen ihre Tiere von verschiedenen in- oder ausländischen Brütereien, was bereits in diesem frühen Produktionsstadium erste Tiertransporte erfordert. Nach der Aufzucht werden die Jungtiere entweder in die (Fleisch-)Mast oder in die Legehaltung transportiert. Masthühner werden nach nur 30 Tagen erneut weiter transportiert – zum Schlachthof. „Ausgediente“ Legehennen landen nach einem Jahr ebenso in sogenannten „Zerlegebetrieben“. Da nur weibliche Hühner Eier legen und die männlichen Tiere für die Mast als „unproduktiv“ gelten, werden die Küken an ihrem ersten Lebenstag nach Geschlecht sortiert und die männlichen (sogenannte „Eintagesküken“) werden unmittelbar nach ihrem Schlupf vergast, geschreddert oder erstickt.

300 MILLIONEN TIERE WERDEN AUS DER EU EXPORTIERT, 150 MILLIONEN IMPORTIERT

Ähnlich verhält es sich mit männlichen Kälbern: Da nur weibliche Kühe, die ein Kind geboren haben, Milch geben, müssen diese vorher befruchtet werden und das Kind bekommen. Allerdings entstehen auf diesem Weg mehr Kälber als es für die Rindfleischmast erforderlich wäre. Um einer Gefährdung des Rindermarktes durch ein Überangebot entgegenzusteuern, ist es notwendig, diese wenige Tage alten Kälber vom Markt fernzuhalten. Als der Fleischkonsum während der BSE-Krise in den 1990ern ein Minimum erreichte, wurde von der EU sogar die sog. „Herodes-Prämie“ eingeführt, um die Bäuer_innen für die Tötung ihrer wenige Wochen alten „überzähligen“ Kälber zu entschädigen. Tatsächlich werden nach wie vor unzählige Kälber aus Europa zu Mastbetrieben oder Schlachthöfen im In- oder Ausland transportiert. Jährlich werden etwa 80.000 Milchkälber im Alter von wenigen Wochen in bis zu 70-stündigen Transporten zur Mast nach Südeuropa gekarrt. Geht die Milchleistung der Mutterkühe nach 2 – 3 Jahren an der Melkmaschine zurück, landen auch sie auf dem Schlachthof. Da die Tiere durch permanentes Laktieren aber ständig an ihrer physiologischen Leistungsgrenze leben mussten, gelten sie als „ausgemergelt“ und sind am europäischen Fleischmarkt nicht mehr profitabel verwertbar. Daher werden besonders viele dieser „ausrangierten“ Milchkühe in Langzeittransporten und teils auf dem Seeweg aus dem EU-Raum exportiert, und dann nach einem wochenlangen Transport getötet.

VEGANE ERNÄHRUNG KANN TIERTRANSPORTE STOPPEN

Auf den ersten Blick mögen das Leid und die abstoßenden Praktiken der Tierlogistik wie ein vereinzelter Exzess der Profitmaximierungslogik oder wie die Spitze eines Eisbergs wirken. Tatsächlich gehen das Leid, die Schmerzen und die Todesfälle bei Tiertransportern aber völlig unscheinbar unter neben unzähligen anderen entwürdigenden Methoden einer kapitalistischen Tierausbeutung, so „bio“ sie auch sein mag: seien es die Kastration männlicher Ferkel, die kalkulierten Ausfälle oder die frühe Schlachtung kaum nach dem Erreichen der Pubertät. Solange im derzeit bestehenden System eine Nachfrage nach Tierprodukten besteht, wird auch die „Ware Tier“ nach den derzeit bestehenden Produktionsbedingungen kostenoptimiert hergestellt, verarbeitet und verkauft. Mündige und bewusste Konsument_innen und Bürger_innen können selbst entscheiden, ob sie tatsächlich weiterhin Auftraggeber_innen und Zuseher_innen dieses Spektakels sein wollen.

LINK_TIPP

- > **WARUM VEGAN? WWW.VEGAN.AT/WARUM**
- > **WIE VEGAN? WWW.VEGAN.AT/BUDDY**
- > **KAMPAGNE ZUR BEENDIGUNG VON LANGZEITTIERTRANSPORTEN – MIT LISTE ZUSTÄNDIGER EU-PARLAMENTARIER_INNEN: 8HOURS.EU**
- > **ANIMALS ANGELS BEOBACHTEN TIERTRANSPORTE: EN.ANIMALS-ANGELS.EU/TRANSPORTE,I074.HTML**
- > **EU-TIERTRANSPORTGESETZ: EUROPA.EU/LEGISLATION_SUMMARIES/FOOD_SAFETY/ANIMAL_WELFARE/F83007_EN.HTM**



BEOBACHTUNGEN BEI TIERTRANSPORTEN

UNGEEIGNETE,
FALSCHER,
DEFEKTE,
EINGEFRORENE,
UNERREICH-
BARE, LEERE
UND/ODER MIT
FÄKALIEN VER-
UNREINIGTE
TRINKWASSER-
SYSTEME

ZU NIEDRIGE DECKENHÖHE
ZU WENIG PLATZ/TIER

AUFSTEHEN NACH EINMALIGEM
HINLEGEN NIE MEHR MÖGLICH;
HINLEGEN NICHT MÖGLICH OHNE
NIEDERGETRAMPELT ZU WERDEN

ERSCHÖPFTE TIERE

HITZE > 35° C

DURST

TOTE TIERE

HUNGER

SCHWANGERE UND NEUGEBORENE TIERE

ZWISCHEN
GITTERN UND
LADE-EBENEN
EINGEKLEMMTE
GLIEDMASSEN

ZWISCHEN
TRENNWÄNDEN
EINGEKLEMMTE
TIERE

GELENKVERLETZUNGEN
AUGENVERLETZUNGEN
VERLETZUNGEN LIEGENDER TIERE DURCH

EINGEKLEMMTE
UND ABGEBROCHENE HÖRNER

STEHENDE TIERE





V-LABEL NEWS

PRODUKTE, DIE MIT DEM V-LABEL DER UNTERKATEGORIE „VEGAN“ GEKENNZEICHNET SIND, ENTHALTEN GARANTIERT KEINE TIERISCHEN INHALTSSTOFFE. DIE VERGABESTELLE „VEGANE GESELLSCHAFT ÖSTERREICH“ IST FÜR DIE KONTROLLE ZUSTÄNDIG UND BÜRGT FÜR DEN VEGAN-STATUS. TIERPRODUKTE SIND DAHER WEDER IM ENDPRODUKT ZU FINDEN, NOCH WERDEN SIE IM PRODUKTIONSPROZESS VERWENDET.



SPAR VEGGIE

„SPAR Veggie“ nennt sich die neue Produktlinie von SPAR, die über 40 vegane und (ovo-lacto-) vegetarische Produkte umfasst. Das gesamte „SPAR Veggie“-Sortiment ist mit dem V-Label gekennzeichnet; der Großteil mit etwa 30 Produkten ist sogar explizit als vegan ausgewiesen. Zur Linie zählen Fertigprodukte wie pflanzliches Gulasch und Chili, vegane Wurst, diverse Laibchen, Aufstriche und Feinkostsalate, verschiedene Tofusorten, Sojamilch, Agar-Agar und sogar rein pflanzliche Mayonnaise auf Sojabasis. Die Produkte sind in allen Supermärkten von SPAR, EUROSPAR sowie INTERSPAR erhältlich.





FEIERT 10-JÄHRIGES JUBILÄUM MIT NEUEN VEG-PRODUKTEN!

KREN-KAROTTE AUFSTRICH

Der Aufstrich Kren-Karotte verbindet die Schärfe von Kren mit der milden Note der Karottenstückchen. Erhältlich bei Billa wie auch Merkur.

GRILLTOFU

Der Grilltofu von Vega Vita in würziger Marinade ist der ideale Begleiter auf jeder Grillparty. Erhältlich in der Grillsaison bei Billa und Merkur.

AUFSTRICH NATUR

Der Vega Vita Aufstrich Natur aus Soja schmeckt nicht nur cremig leicht am Brot, sondern ist auch ideal zum Kochen geeignet. Erhältlich bei Merkur.

LANDVURST

Neben der AufschnittVurst fein und pikant gibt es jetzt auch die mild geräucherte LandVurst, die bei keiner Brettjause für Veganer_innen fehlen darf. Erhältlich bei Merkur.

EI-VREI AUFSTRICH

Neu ist auch die rein pflanzliche Alternative zum klassischen Eiaufstrich – macht jede Jause zum Genuss! Den Ei-Vrei Aufstrich gibt es bei Merkur.



GREEN HEART – HUMMUS X 2

Das neueste Produkt von Green Heart ist gleich in zwei attraktiven Varianten erhältlich: als Klassiker „Hummus Natur“ und als Exot „Hummus Lemon Coriander“. Das Bio-Erzeugnis auf Basis von Kichererbsen eignet sich als Aufstrich oder Dip und ist mit dem V-Label gekennzeichnet. Erhältlich ist der Green Heart Hummus bei Merkur.



V-LABEL-LIZENZIERTE MARKEN

MARKE	PRODUKT	BEZUGSQUELLEN	LINK_TIPP
• BIOGENA	NÄHRUNGSERGÄNZUNG	APOTHEKEN, BESTELLUNG@BIOGENA.AT	WWW.BIOGENA.AT
• GREEN HEART	AUFSTRICHE	MERKUR, BIOHANDEL, VEGANVERSÄNDE	WWW.GREEN-HEART.AT
• HEMPRO	NÄHRUNGSERGÄNZUNG	HEMPIRE HANFWAREN VERTRIEB, 1080 WIEN	WWW.HEMPRO.COM
• LA COMPTESSÉ	ÖLE	SUPERMÄRKTE	WWW.DUNEKACKE.COM
• PARAMONOW	NÄHRUNGSERGÄNZUNG	BIOHANDEL	WWW.V-LABEL.INFO
• SEEBERGER	SNACKS	BIOHANDEL, SUPERMÄRKTE	WWW.SEEBERGER.DE
• SPAR VEGGIE	DIVERSE LEBENSMITTEL	SPAR, EUROSPAR, INTERSPAR	WWW.SPARVEGGIE.AT
• TARTEX	AUFSTRICHE	BIOHANDEL, SUPERMÄRKTE	WWW.TARTEX.DE
• VEGA VITA	FLEISCHALTERNATIVEN	MERKUR, BILLA	WWW.VEGAVITA.AT
• VEGUSTO	KÄSE-/WURSTALTERNATIVEN	VEGANVERSÄNDE, FORMOSA	WWW.VEGUSTO.COM

Ganz



TIAN

frisch



YAMM!

FOTOS © MONIKA SPRINGER

Seit Dezember 2011 gibt es in Wien neben yamm!, der Bio-Bar von Antun und der Hollerei ein weiteres vegetarisches Lokal der gehobenen Klasse. Das Tian ist aber mehr als nur ein Restaurant: In der Himmelfortgasse 23 im 1. Wiener Gemeindebezirk gibt es neben dem „cafe.restaurant“ auch einen „takeaway.market“, eine „bar.lounge“ und eine eigene „Patisserie“. Entsprechend dem Motto „Tian – experience taste“ sind die Speisen von höchster Frische und Qualität. Die jugendlichen Mitarbeiter_innen zeichnen sich nicht nur durch Höflichkeit und Fachkenntnis aus, auch veganen Bedürfnissen wird gerne individuell entsprochen. Leider finden sich auf der Karte nur wenige rein vegane Speisen. Auf Nachfrage lassen sich aber viele Kompositionen vegan adaptieren. Sehr zu empfehlen ist das „Vegane Ei“ – diese Kokos-Panna-Cotta-Kreation auf exotischem Fruchtsalat sollte ihren fixen Platz auf der Karte finden. Bemerkenswert sind neben der exquisiten, überwiegend inländischen Weinsammlung auch die umfangreiche Auswahl an alkoholfreien Getränken sowie die Sojamilchoption. Portionen und Preise sind der edlen Küche angemessen. Für die kleinere Geldbörse empfehlen wir das täglich wechselnde Mittagsmenü um 10,80 inklusive Vorspeise oder Suppe. Hauptspeisen à la carte kosten zwischen 10,- und 18,90. Das 5-gängige Abendmenü ist für knapp 40 Euro zu haben.

ev

HIMMELPFORTGASSE 23, 1010 WIEN, TEL: +43/1/890 46 65
CAFE.RESTAURANT: MO – SA 08:00 BIS 24:00
TAKEAWAY.MARKET: MO – SA 08:00 BIS 19:00
BAR.LOUNGE: MI – DO 17:00 BIS 01:00; FR – SA 17:00 BIS 03:00
SONN- UND FEIERTAGS GESCHLOSSEN

LINK_TIPP
> WWW.TIAN-VIENNA.COM

Das „yamm!“ gegenüber der Universität Wien im 1. Bezirk bietet eine große Auswahl an vegetarischen und veganen Speisen aus aller Welt. Die köstlichen, delikater gewürzten Gerichte decken die verschiedensten Geschmacksrichtungen ab: Von „heimisch bekannt“ bis hin zu „exotisch“ reicht die Palette an der reichhaltigen Buffet-Insel. Besonders praktisch ist das farbliche Punkte-System: Jede Speise ist mit bunten Punkten genau gekennzeichnet, so steht zum Beispiel „grün“ für vegan oder „rot“ für scharf, auch glutenfreie und kinderfreundliche Rezepte sind eigens gekennzeichnet. Das Essen wird mit 2,40 Euro je 100 g nach Gewicht bezahlt, zu jedem Teller gibt es ein Stück Gebäck gratis. Die inzwischen üppige vegane Dessertauswahl umfasst gelungene Torten, Muffins und Cookies. Auch das Getränkesortiment kann sich sehen lassen: Neben den gewohnten Getränken gibt es frisch gepresste Säfte sowie diverse Kaffee- und Teespezialitäten. Leider wurde der Wasserspender im Restaurant inzwischen abmontiert, auf Anfrage erhalten aber immer noch alle Gäste ein Glas Leitungswasser gratis. Das großräumige Restaurant mit moderner, stylischer Einrichtung erstreckt sich auf zwei Ebenen und wird von Geschäftsleuten, Studierenden und auch Familien mit kleinen Kindern gleichermaßen gerne besucht. Das Angebot wird durch einen Takeaway-Service sämtlicher Speisen und Getränke abgerundet.

md

UNIVERSITÄTSRING 10, 1010 WIEN
TEL: +43/1/532 05 44
MO – FR 11:00 BIS 22:00, SA 10:00 BIS 22:00
SONN- UND FEIERTAGS 10:00 BIS 18:00

LINK_TIPP
> WWW.YAMM.AT

LINK_TIPP

WWW.VEGAN.AT/RESTAURANTS

Offen!

ARCHE

Graz musste in den letzten Jahren den Vergleich mit der österreichischen Hauptstadt nicht scheuen, wenn es um vegane Verköstigung ging. Mit dem Restaurant Arche wurde das tolle Angebot noch weiter ausgebaut und die kulinarische Veggie-Szene um eine ausgezeichnete Genussmöglichkeit bereichert. Die zwischen TU und Uni Graz gelegene Arche bietet ihre Köstlichkeiten in liebevoller Atmosphäre an. Ob erprobte_r Veganer_in oder kulinarischer Veggie-Neuling, bei dem ganztägig stets frischen Buffet ist sicherlich für alle etwas dabei. Aus einer reichhaltigen Auswahl kann jede_r das eigene Menü erstellen und sofort genießen. Glutenfreie Speisen sind gekennzeichnet, was für Allergiker_innen eine große Erleichterung darstellen kann. Das Angebot reicht vom bunten Salatbuffet über leckere Seitenspieße bis hin zur „klassisch“ österreichischen Küche mit Knödel und Sauce. Bezahlt wird pro Teller, wobei sich jede_r so viel aufladen kann, wie er oder sie will. Bei dieser Auswahl kommt selbst der wählerischste Geschmack und der größte Magen nicht zu kurz. Liebhaber_innen der süßen Küche können sich zusätzlich noch mit einem von vielen verschiedenen leckeren veganen Kuchen verwöhnen.

Für Unentschlossene gibt es die Möglichkeit, sich bequem von daheim den Buffetplan auf der Arche-Internetseite anzusehen.

js

RECHBAUERSTR. 19,
8010 GRAZ

TEL: +43/316/347 681

MO – FR 11:30 BIS 20:00

SA 12:00 BIS 17:00

SONNTAGS RUHETAG

LINK_TIPP

> WWW.RESTAURANT-ARCHE.AT

VEGGIE CORNER

Bratwürstel, Hot Dog, Döner, ... eine Imbissbude wie jede andere? Nein! Denn in Graz hat jetzt brandneu der „Veggie Corner“ eröffnet. Hier findet man alles, was das vegane Fastfood-Herz begehrt, sogar mit biologischem Vollkorngebäck. Und für süße Schleckermäuler gibt es auch frisch zubereitete Crêpes in vielen Variationen.

LAZARETTGÜRTEL 55 BEI DER BUSHALTESTELLE 35,
ZUFAHRT OST, 8010 GRAZ, TEL: +43/664/151 52 10
MO – FR 11:00 BIS 18:00 – AUF ANFRAGE BEI EVENTS



DIE TIERSCHUTZCAUSA

OKTOBER 2006 (!) BEGANN DAS ERMITTLUNGSVERFAHREN, APRIL 2007 WURDE DIE SOKO GEGRÜNDET, MAI 2008 FANDEN DIE POLIZEIÜBERFÄLLE STATT, MÄRZ 2010 BEGANN DER PROZESS UND IM MAI 2011 WURDEN DIE FREISPRÜCHE GEFÄLLT.

EINE UNENDLICHE GESCHICHTE

GASTKOMMENTAR DES TIERSCHUTZPROZESS-ANGEKLAGTEN MARTIN BALLUCH

KEIN ENDE

Weit entfernt vom Ende zieht sich die Tierschutzcausa dennoch weiter wie ein Strudelteig. Erst Anfang Februar 2012, 9 Monate nach Prozessende, erschien das Urteil im Tierschutzprozess in schriftlicher Form. Jetzt hat die Staatsanwaltschaft bis Ende Juni 2012 Zeit, über eine etwaige Berufung zu entscheiden. Ab dann geht das Verfahren in die nächste Runde, ein Ende ist nicht abzusehen. Nicht von ungefähr fordern Menschenrechte und Bundesverfassung, dass Gerichtsverfahren schnellstmöglich durchzuführen seien. Es ist Betroffenen schlicht und einfach nicht zumutbar, auf viele Jahre hinaus einer ständigen Bedrohung mit Gefängnis ausgesetzt zu sein. Doch genau das geschieht in der Tierschutzcausa, wie viele sagen, mit Kalkül.

DIE PSYCHISCHE UND FINANZIELLE SITUATION

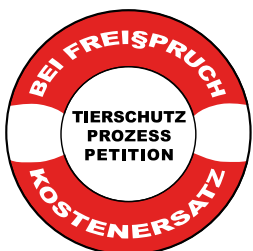
Ebenso scheint es Kalkül zu sein, dass die Angeklagten nicht nur psychisch sondern auch finanziell zugrunde gerichtet wurden – trotz Freispruch! In Österreich steht es selbst nachweislich unschuldigen Angeklagten nicht zu, die Verteidigungskosten ersetzt zu bekommen. Bei einem derartigen Monsterverfahren belaufen sich die Kosten aber auf gut 450.000,- Euro pro Person, eine Geldmenge, die kein normaler Mensch aufbringen kann. Die etwaigen Schadensersatzklagen gegen die Republik wegen Verdienstentgang und psychischer Lebensbeeinträchtigung sowie Haftenschädigung müssen auf die Rechtskraft des Urteils warten. Und diese hängt wiederum von der Berufungsentscheidung des Staatsanwalts ab. Mit anderen Worten: Die Angeklagten sind weiterhin psychisch und finanziell ruiniert, ohne Chance auf einen Wiederaufbau ihres Lebens, auf Jahre hinaus. Eine eindeutig menschenrechtswidrige Vorgangsweise.

DIE WAHREN TÄTER_INNEN

Gleichzeitig laufen zahlreiche Anzeigen gegen die SOKO, den Staatsanwalt und den linguistischen Gutachter wegen Amtsmissbrauch bzw. Erstellung eines falschen Gutachtens und weiterer Delikte. Sie alle hängen damit zusammen, dass hier ein politisch angeordnetes Verfahren abgeführt wird, ohne dass je ein ernsthafter, strafrechtlich relevanter Verdacht gegen die Angeklagten bestanden hätte. Doch die zuständige Korruptionsstaatsanwaltschaft betreibt den Schulterchluss. Mit völlig hanebüchenen Begründungen werden die Anzeigen abgeschmettert. Der Grundtenor: Die SOKO hat zwar z.B. gesetzwidrig die Akteneinsicht verweigert oder ihren Spitzel als Entlastungszeugin verschwiegen, aber das geschah ohne Absicht, ohne Vorsatz, versehentlich sozusagen. Versehentlich hat die SOKO viele Jahre lang keinen gesetzlich vorgeschriebenen Einblick in ihre Akten gewährt oder die Aufnahmen der Telefonabhörung zugänglich gemacht. Der beste Wille war vorhanden, aber einmal war man auf Urlaub, ein andermal konnte man das richterliche Fax nicht empfangen, oder die technischen Mittel standen nicht zur Verfügung. Ähnlich der linguistische Gutachter: Seine völlig absurden Ausführungen, die alle sofort als offensichtlichen Humbug entlarven können, sind lediglich auf die Dummheit des Gutachters zurückzuführen. Und Dummheit ist nicht strafbar. Seltsam nur, dass sämtliche hunderte Fehler von SOKO, Staatsanwalt und linguistischem Gutachter immer zum Nachteil der Angeklagten ausfielen und als belastend und verdächtig gewertet wurden. Würde man nicht bei Zufällen ohne Vorsatz erwarten, dass die Hälfte der „Dummheiten“ entlastend wirken hätte müssen? Mit solchen Spitzfindigkeiten will man sich bei der Korruptionsstaatsanwaltschaft aber nicht aufhalten. Nach Fortführungsanträgen wird jetzt ein unabhängiges Gericht über die Frage, ob Anklage gegen die wahren Täter_innen von SOKO über Staatsanwalt bis Gutachter erhoben wird, entscheiden.

HILF DEN 13 ANGEKLAGTEN IM TIERSCHUTZPROZESS ...!

... DAMIT SIE NACH IHREM FREISPRUCH NUN NICHT AUF DEN VERTEIDIGUNGSKOSTEN SITZENBLEIBEN! MEHR INFOS UND LINK ZUR PARLAMENTSPETITION: WWW.VGT.AT/VERTEIDIGUNGSKOSTEN



ZWETTLER, HANDLER, ARLETH UND 3 MERKWÜRDIGKEITEN

1. OBWOHL DER SOKO-LEITER ERICH ZWETTLER BEIM TIERSCHUTZPROZESS DIE UNWAHRHEIT SAGTE UND SEINE SOKO ZAHLREICHE RECHTSÜBERTRETUNGEN BEGING UND NACH JAHRELANGER ERMITTLUNG NUR FREISPRÜCHE ERNTETE, WURDE ER ZUM LEITER DES LANDESAMTES FÜR VERFASSUNGSSCHUTZ BEFÖRDERT!

2. OBWOHL STAATSANWALT WOLFGANG HANDLER SEIT OKTOBER 2006 IN DER TIERSCHUTZCAUSA DIE ERMITTLUNGEN BETRIEB, FÜR DIE CA. 10 MILLIONEN EURO ERMITTLUNGSKOSTEN AUS DEM FENSTER GEWORFEN WURDEN, WURDE AUCH ER BEFÖRDERT: ER IST NUN I. STAATSANWALT AM LANDESGERICHT WR. NEUSTADT.

3. DER RICHTERIN IM TIERSCHUTZPROZESS, DIE ALS EINZIGE RÜCKGRAT GEZEIGT UND EINEN VOLLSTÄNDIGEN FREISPRUCH AUFGRUND ERWIESENER UNSCHULD GEFÄLLT HAT, WERDEN KEINE ÖFFENTLICHEN VERHANDLUNGEN MEHR ZUGEWIESEN. IN DER PRAXIS KOMMT DIES EINER DEGRADIERUNG GLEICH.

WERKE VON ANGEKLAGTEN DES TIERSCHUTZPROZESSES



CHRIS MOSER

DIE KUNST WIDERSTAND ZU LEISTEN

21. Mai 2008: Hausdurchsuchung, Handschellen, weinende Kinder, 3-monatige Gefangenschaft zusammen mit 9 weiteren Tierrechtsaktivist_innen aufgrund des Verdachts einer kriminellen Organisation nach § 278a anzugehören; Chris Moser wurde als politischer Künstler und Aktivist für 3 Monate gefangen gehalten – in Österreich! In Form von Bildern aus der Gefangenschaft, anhand von über 200 Seiten Gefängnistagebuch und in der künstlerischen Auseinandersetzung während des Prozesses und danach beleuchtet er diesen „größten Justizskandal der 2. Republik“ (Zitat, SPÖ Justizsprecher Jarolim) aus seiner persönlichen Sicht, der Perspektive des Querdenkers, Künstlers und Familienvaters und stets untermauert mit Fakten aus dem mehr als 200.000 Seiten starken Ermittlungsakt. Wie wurde Chris Moser angeblich zu „einem der Hauptakteure der militanten Tierrechtsszene in Österreich“ (Zitat Polizeibericht vom 21. Mai 2008)? Wie erlebt ein sensibler und politisch denkender Künstler und Familienvater den Gefängnisalltag? Ein Buch über Kunst, Widerstand, Repression und Solidarität!

BEZUGSQUELLE > [BUCHHANDEL](#) > [WWW.VEGANVERSAND-LEBENSWEISE.AT](#)

> [WWW.VGT.AT/SHOP](#) > [WWW.KYRENE-VERLAG.COM](#) > [WWW.AMAZON.DE](#)

LINK_TIPP > [WWW.RADIKALKUNST.NET](#)

MARTIN BALLUCH

TIERSCHÜTZER. STAATSFELD

Packend erzählt der Autor die Geschichte des Polizei- und Justizskandals rund um den Tierschutzprozess: Polizeispitzel wurden als Aktivist_innen in die Szene eingeschleust, unzählige Telefonate monatelang mitgehört, Peilsender an Autos angebracht und vieles mehr. Nachdem maskierte Sondereinheiten der Polizei 23 Tierschutzbüros und Wohnungen mit Rammbock gestürmt hatten, wurden 10 Tierschützer_innen monatelang in U-Haft genommen, darunter auch der Autor, der erfolglos eine rechtsstaatliche Behandlung einforderte und für 39 Tage in Hungerstreik trat. Auf die ausufernden Ermittlungsmethoden der extra dafür gegründeten Sonderkommission „Pelztier“ folgte eine ebenso ausufernde Gerichtsverhandlung. Die Justiz bediente sich des umstrittenen „Mafiaparagraphen“ 278a des Strafgesetzbuches. Nach 14 Monaten Verhandlung erfolgte ein Freispruch in allen Anklagepunkten. Das Buch bietet Einblick in die Hintergründe der Causa und führt den Leser_innen mit Eindringlichkeit das ganze Ausmaß des demokratiepolitischen Bankrotts Österreichs vor Augen. Es zeigt die Notwendigkeit endlich aufzuwachen und sich die Instrumentalisierung des österreichischen Staates durch einige wenige starke Interessensverbände nicht mehr länger gefallen zu lassen.

BEZUGSQUELLE > [WWW.VGT.AT/SHOP](#) > [WWW.THALIA.AT](#) > [WWW.AMAZON.DE](#)

LINK_TIPP > [WWW.MARTINBALLUCH.COM](#)



ANTIREP2008

§ 278A – GEMEINT SIND WIR ALLE

Wer wusste, dass bereits 1989 Anti-Pelz-Aktivist_innen in Wien nach § 278 angeklagt wurden oder dass es in den USA mittlerweile eigene Gesetze gibt, um Tierausbeutungsunternehmen vor Protesten zu schützen? Der internationale und historische Kontext von Repression gegen politische Aktivist_innen bildet daher einen Schwerpunkt des Buchs „§ 278a – Gemeint sind wir alle“ (Herausgegeben von Christof Mackinger und Birgit Pack, erschienen im Mandelbaum Verlag 2011). Der Prozess in Wr. Neustadt gegen 13 Tierrechtsaktivist_innen kommt dabei aber nicht zu kurz: Mit Zitaten aus den Akten wird die Arbeit der „Soko Pelztier“ beschrieben, in Berichten und Interviews erzählen unmittelbar Betroffene von ihren persönlichen Erfahrungen in der U-Haft oder während des Prozesses. Die vielfältigen Soli-Aktionen werden im Anhang dokumentiert und (mit Schwerpunkt auf der Arbeit von Antirep2008) in einem Text zusammengefasst. Ein eigenes umfangreiches Kapitel ist dem monatelangen Prozess gewidmet. Mit vielen Beispielen bietet das Buch gleichermaßen einen Überblick über den Tierrechtsprozess wie einen Blick über diesen hinaus.

BEZUGSQUELLE > [BUCHHANDEL ODER INTERNETVERSAND](#)

LINK_TIPP > [WWW.ANTIREP2008.ORG](#)



Veggies

fühlen sich verbunden.

Wussten Sie, dass zu den wichtigen Faktoren für Harmonie in Beziehungen auch eine ähnliche Einstellung über die Ernährungsweise gezählt werden kann? Herrscht Einigkeit über das Essen, wird ein nicht unerhebliches Konfliktpotenzial vermieden und die so bedeutsamen Zeiten der gemeinsamen Mahlzeiten können entspannter genossen werden. Deshalb wünschen sich viele Veggies einen Partner, der ihre Ansichten mit oder zumindest toleriert. Ganz neue Möglichkeiten der „fleischlosen“ Partnersuche bietet z.B. der VEBU mit Aktionen wie dem „VEGGIE-SPEED-DATING“. Aber auch für all diejenigen, die es nicht so „rasant“ angehen wollen, bieten spezielle Plattformen wie GLEICHKLANG.DE oder VEGETARIER24.DE vielversprechende neue Wege des Kennenlernens.

Unsere Veggie-Highlights für romantische Stunden



Orgran
SHORTBREAD HERZEN
veganes Buttergebäck, 150 g
3,69 EUR



VeGANTISCH
NOUGATHERZEN
Reismilch, 160 g
19,90 EUR



Seitenbacher
ROSES FOR YOU
Fruchtgummi, 100 g
1,95 EUR



Hari's Treasure
LUFT & LIEBE
Bio-Knuspermüsli, 325 g
3,99 EUR



Vegan Bakery
CHOCO CROSS KISS
black or white, je 100 g
je 4,29 EUR



Sonnenrot
FRÜHLINGSKUSS
Kräutertee, 20 Stk.
3,25 EUR



Rapunzel Naturkost
MERLOT DOC
Bio Rotwein 0,75 l
4,99 EUR

alles-vegetarisch.de

Der Nr. 1 Shop für rein pflanzliche Spezialitäten

An der alten Naab 9 - 92507 Nabburg • Tel.: 094 33 - 20413100 • Fax: 094 33 - 20413199
E-Mail: info@alles-vegetarisch.de • Website: www.alles-vegetarisch.de

Offizieller Partner und Shop des VEGETARIERBUND DEUTSCHLAND



UMWELT-/TIERRECHTSDOKUS

NIKOLAUS GEYRHALTER

UNSER TÄGLICH BROT

Mit eindringlicher Geräuschkulisse – vom Fließband oder dem Schlachthof – dokumentieren unkommentierte Filmaufnahmen den Einsatz von Pestiziden genauso wie den Umgang mit Tieren in der Massenproduktion von Lebensmitteln.

LINK_TIPP

> WWW.UNSERTAEGLICHBROT.AT



88 MIN, 2005



2005, 96 MIN

ERWIN WAGENHOFER

WE FEED THE WORLD

Ein Film über Nahrungsmittelproduktion, Globalisierung, Geldflüsse und Warenströme, Futtersojaanbau, Mangel und Verschwendung. Interviews mit Bauern, Fischern, UNO-Sonderberichterstatler Jean Ziegler bis hin zum Nestlé-Konzern-Chef.

LINK_TIPP

> WWW.WE-FEED-THE-WORLD.AT <

MORGAN SPURLOCK
SUPER SIZE ME

Anhand eines Selbstversuchs zeigt Morgan Spurlock Fast Food als Ursache für das in den USA weit verbreitete Übergewicht auf, indem er einen Monat 3-mal täglich bei Mc Donald's isst und stets „Super Sized“ bestellt, wenn es ihm angeboten wird.

LINK_TIPP

> WWW.SUPER-SIZE-ME.DE



96 MIN, 2004



2010, 89 MIN

FRANNY ARMSTRONG

THE AGE OF STUPID

Pete Postlethwaite blickt im Jahr 2055 als letzter Mensch in 6 Original-Kurz-Dokus auf die Umweltzerstörung unserer Zeit zurück und fragt sich als Erzähler dieses Dokudramas, warum wir nichts taten, als wir noch die Möglichkeit hatten ...

LINK_TIPP

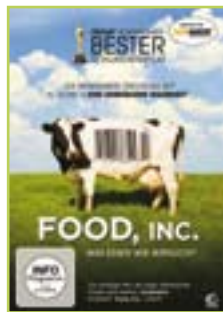
> AGEOFSTUPID.TAO.DE <

ROBERT KENNER
FOOD INC.

Die Oscar nominierte Kritik an Politik und Ökonomie der USA deckt Wahrheiten über die Nahrungsmittelindustrie auf: Monopolbildung, Genmanipulation, Hormone in der Tierhaltung, Tierquälerei wie auch die Auswirkungen auf Menschen.

LINK_TIPP

> WWW.TAKEPART.COM/FOODINC



94 MIN, 2008



2006, 3 X 45 MIN

CHRISTIAN RODHE
WARE TIER

ARD/NDR-Doku in 3 Teilen mit Schwerpunkt Tiernutzung (Hühner; Schweine/Rinder; Fischzucht) lässt zwar vorrangig Züchter und Fleischverarbeiter zu Wort kommen, was aber wie das Filmmaterial selbst erschütternd für sich spricht.

LINK_TIPP

> DE.WIKIPEDIA.ORG/WIKI/WARE_TIER <

MARSHALL CURRY & SAM CULLMAN
IF A TREE FALLS

Ausgelöst durch Polizeigewalt und harte Strafen gegen legale Umweltschutzproteste bildete sich eine radikale Erdbefreiungsbewegung. Die Doku erzählt über den Prozess, die Verurteilung wie auch die Vorgeschichte einer Gruppe ELF-Aktivist_innen.

LINK_TIPP

> WWW.IFATREEFALLSFILM.COM



ENGL., 85 MIN, 2011



2005, 85 MIN, ENGL.

FRANNY ARMSTRONG & KEN LOACH
MCLIBEL

Wegen eines Flyers gegen die Ausbeutung von Mensch, Tier und Umwelt durch McDonald's klagt dieser 2 Aktivist_innen, die sich für ihre Redefreiheit durch eines der längsten Verfahren Englands kämpften. Die Dreharbeiten dauerten 10 Jahre!

LINK_TIPP

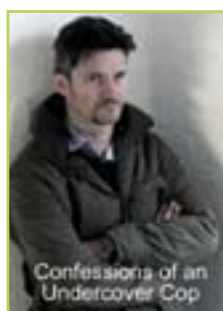
> WWW.MCSPOTLIGHT.ORG/CASE <

BRIAN HILL
CONFESSIONS OF AN UNDERCOVER COP

Nach 8 Jahren in der Umwelt-/Tierrechtsszene und Familiengründung mit einer Aktivistin flog das Doppelleben des Polizeispitzels auf. Mark Kennedy erzählt seine Geschichte.

LINK_TIPP

> DOCUMENTARYHEAVEN.COM/CONFESSIONS-OF-AN-UNDERCOVER-COP



ENGL., 47 MIN, 2011



2005, 39 MIN, ENGL.

FREUND_INNEN VON JILL PHIPPS
JILL'S FILM

Ein ergreifender Film über die englische Tierrechtsaktivistin Jill Phipps, die bei Protesten gegen Lebendtiertransporte vom Fahrer eines solchen Transporters überrollt und getötet wurde. Der Film zeigt viele Szenen aus ihrem engagierten Leben.

LINK_TIPP

> WWW.JILLPHIPPS.ORG.UK <

DVD „DER PROZESS“ AUF SEITE 20 GEWINNEN!

FILM

PRODUCTION _____

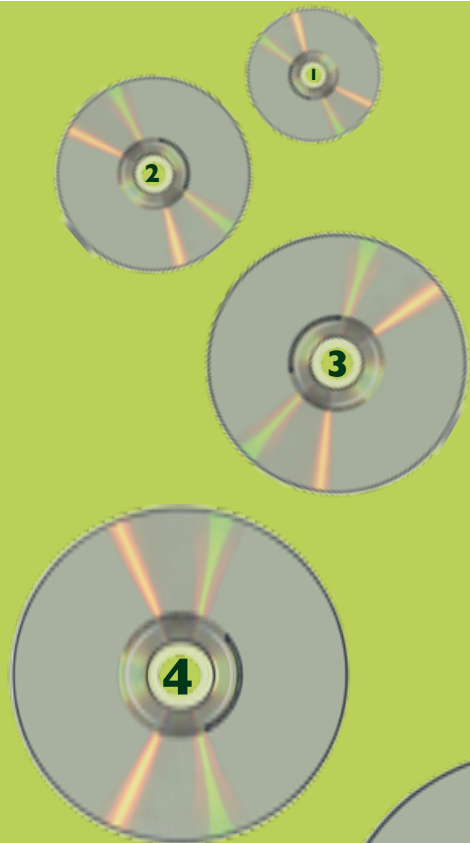
DIRECTOR _____

CAMERA _____

DATE _____

SCENE _____

TAKE _____



**GEWINNE 1 VON 6 DVDS
DER TIERSCHUTZPROZESS-DOKU
„DER PROZESS“**

**EINSENDESCHLUSS:
1. NOV 2012 - WELTVEGANTAG!**

DVD-GEWINNSPIEL

**MITMACHEN! MAIL ODER POSTKARTE MIT
NAME + ADRESSE AN INFO@VEGAN.AT
ODER AN DIE VGÖ,
WAIDHAUSENSTR. 13
1140 WIEN**



SCREENING





FILM

QUER DURCH DEN GEMÜSEGARTEN ...

DIE REISE BEGINNT, WIR SCHREIBEN DAS JAHR 1968, EINE ZEIT DES NEUEN FREIEN DENKENS UND DES AUFKOMMENS EINER BEFREIUNGSBEWEGUNG GEGEN ALLE FORMEN VON HIERARCHIE, UNTERDRÜCKUNG UND GEWALT. TIERRECHTE BETRETEN ERSTMALS DIE KINOLEINWAND UND ERZÄHLT WIRD EINE STORY ÜBER GEFANGENSCHAFT UND AUSBEUTUNG: EINE SPEZIES, DIE SICH ALS KRÖNUNG DER SCHÖPFUNG SIEHT, STELLT SICH ÜBER ALLE ANDEREN LEBEWESSEN. SIE RECHTFERTIGT DAMIT IHRE VÖLLIGE VERFÜGUNG ÜBER DAS LEBEN ANDERSARTIGER, DIE GESELLSCHAFTLICH WIE AUCH JURISTISCH RECHTLOS SIND. KÄFIGHALTUNGEN, LEINENZWANG, KASTRATION, ZÄHMUNG UND GEWALT SOWIE LABORVERSUCHE STEHEN AN DER TAGESORDNUNG.

Wissenschaftler_innen, die für die Rechte dieser Unterdrückten kämpfen und sich auf eine genetische Verwandtschaft zu den Versuchsobjekten und deren Intelligenz berufen, werden der Ketzelei beschuldigt und bestraft. Die Evolutionstheorie wird nicht anerkannt. So weit, so normal: das Amerika der Sechzigerjahre. Doch sind es diesmal keine Homines sapientes, sondern Orang-Utans, Schimpansen und Gorillas, die sich als Politiker_innen, Geistliche und Aristokrat_innen mitsamt ihrer Dogmen über den Rest der Welt erheben. Im Gewande eines Science-Fiction-Films erreichte **PLANET DER AFFEN** mit 4 Fortsetzungsfilmen, einer Fernsehserie und zwei neuen Verfilmungen des Themas ein Millionen-Publikum und bot ihm eine andere Sichtweise auf die Unterdrückungsmechanismen, mit denen wir wie selbstverständlich leben. Damals noch jegliche absichtliche Gesellschaftskritik abstreitend, ist es der Produktion heute möglich zuzugeben: „Wir sprachen es nie aus, aber wir machten einen politischen Film.“

SCIENCE FICTION

Nach „Planet der Affen“ fanden Fragestellungen wie das Recht auf Unversehrtheit und Leben für alle Spezies auch weiterhin Beachtung im Bereich der Science Fiction. Vor allem medizinische Versuche an Lebewesen werden in **STAR TREK** und seinen Spin-Off-Produktionen wie **STAR TREK - THE NEXT GENERATION** häufig kritisch thematisiert. Bei **STAR TREK - VOYAGER** dagegen findet sich das Team im Zuge ihrer Mission selbst in der Rolle von Versuchstieren wieder: Utilitaristische Außerirdische streben danach, die verhältnismäßig kleine Crew der Voyager für das Wohl einer größeren Zahl ihres eigenen, „überlegeneren“ Volkes zu opfern. Grundsätzlich scheint es in den Raumschiffen diverser Drehbuchautor_innen tendenziell nur replizierte Nahrung zu geben. Dementsprechend reagieren Captain Picard & Co. auf das Essen toter Tiere deutlich mit Abscheu. Ähnliches passiert auch in **DINOTOPIA**, ihres Zeichens utopischer Schauplatz und Name einer TV-Fantasy-Serie: Dort ernähren sich in Harmonie mit Dinosauriern lebende Menschen durch Pflanzenanbau. Fern der uns bekannten Gesellschaft, ob auf der Insel Dinotopia oder auf **K-PAX** – Spielfilm und paradiesischer Heimatplanet des straight-edge-vegane Protagonisten Prot – scheint Ethik hoch im Kurs zu stehen. Bezeichnenderweise treten Vulkanier_innen als Veggies auf, während Fleischkonsum mit den weniger intellektuellen und umso barbarischer gesinnten Klingonen in Zusammenhang gebracht wird, die überdies auch noch optisch weniger ansprechend sind. Explizit wird gutes Aussehen im Alien-Streifen **MEN IN BLACK II** durch den Verzicht auf tierische Fette erklärt, was 2010 auch in der fiktionalen US-Komödie **SCOTT PILGRIM GEGEN DEN REST DER WELT** Bestätigung findet. Zusätzlich verleiht Veganismus laut diesem Film auch noch Superkräfte, die aber bei 3-maligem Verstoß gegen den „Veganercode“ mitsamt der Attraktivität verloren gehen. Spektakulär und erbarmungslos tritt dann nämlich die „Vegan Police“ auf den Plan und setzt einen Deveganisatorstrahl ein, durch den alle überirdischen Vorteile der veganen Lebensweise wieder verloren gehen.

ASSTUTUW

SCREENING

family life

THE GOODE FAMILY ist wohl, wie der Name schon implizieren möchte, die „perfekteste“ Familie am veganen YouTube-Himmel. Zumindest versuchen alle Mitglieder, politisch korrekt zu sein und auch in ökologischer Hinsicht alles richtig zu machen. Episode für Episode merken sie jedoch, dass das gar nicht so einfach ist. Im ORF-Kinderprogramm trägt eine andere Zeichentrickfamilie, **THE TOFUS**, ihre ethischen Konflikte auch innerhalb der Gemeinschaft aus: Hier ist der Nachwuchs der veganen Öko-Hippie-Eltern geneigt, sich hin und wieder „normal“ fühlen zu wollen und nimmt jede Gelegenheit wahr, sich in ein Fastfood-Restaurant zu schleichen. Ist in einer Fernsehserie ein Familienmitglied vegetarisch oder vegan, gewinnt dieser meist weibliche Charakter auffallend oft die Attribute intellektuell, aber auch rebellisch, hinzu. Eines der frühesten Beispiele dafür ist Darleen, Tochter der Serienmutter aus der gleichnamigen Serie **ROSEANNE**. Ihr widerstrebt nicht nur das Fleischessen, sondern auch der vorgefertigte biedere Lebensweg im speießigen Illinois. Sie zieht nach New York und beginnt ein Studium – als erste in der Familie! In der Zeichentrickserie **DIE SIMPSONS** findet das Bild der klugen und gesellschaftskritischen Tochter in der 8-jährigen Lisa seine Gestalt, deren Gewissen ihr nach dem Kontakt mit einem Lämmchen im Streichelzoo keine toten Tiere mehr auf dem Teller erlaubt. In **MY BIG FAT GREEK WEDDING** wurde der Vegetarismus des Bräutigams übrigens folgendermaßen kommentiert: „Wenn er nicht will, mach ich eben Lamm“. Die typischen Hürden, die die fleischlose Lebenseinstellung mit sich bringt, lernt auch Lisa Simpson schnell kennen. So wird ihre Tomatensuppe als vegetarische Alternative auf dem Barbecue ihres Vaters Homer zum Gespött, woraufhin sie die Grillfeier ruiniert. In weiteren Folgen radikalisiert sich ihr Verhalten.

In Springfield ist sie die zivilcouragierte Weltverbesserin: Sie rettet Schlangen am „Knüppeltag“ und Hundewelpen bevor sie zu einem Pelzmantel verarbeitet werden. Als PETA-Aktivistin geht sie die Pelzthematik aber auch mit einem Kübel roter Farbe an. In „Lisa the Treehugger“ stößt die Vegetarierin auf eine vegane Umweltschutzgruppe. Der Anführer der Truppe kann sogar von sich behaupten Veganer der Stufe 5 zu sein! Fleischesser_innen zu tolerieren hat sie bereits zu Beginn ihrer vegetarischen Laufbahn gelernt – von niemand geringerem als Linda und Paul McCartney, die im Soja-würstchen führenden Kwik-E-Mart-Besitzer Apu Nahasapeemapetilon einen gleichgesinnten Veganer gefunden haben. „Lisa wird Vegetarierin“ in Episode 133. Und in allen weiteren Simpsons-Folgen bleibt sie es auch, denn die erwähnten veganen Gast-Stars Linda und Paul McCartney, die in dieser Folge ihre Simpsons-Ichs synchronisierten, waren nur unter dieser Bedingung bereit mitzuwirken. Auch **SCOOPY DOO**'s Shaggy wurde aufgrund seines veganen Synchronsprechers, Radio DJ Casey Kasem, für eine geraume Zeit zum Vegetarier. So wurden die sympathischen Veg-Charaktere Shaggy aus „Scooby Doo“ und Lisa Simpson fixer Teil der beiden Zeichentrickserien, die laut Guinness-Buch der Rekorde die meisten Episoden hervorbrachten!

Wie „Die Simpsons“ ist auch **AMERICAN DAD** eine die westliche Gesellschaft karikierende US-Zeichentrickserie. Eine der Parallelen in der Darstellung der beiden amerikanischen Fernsehfamilien liegt in der Rolle der jeweiligen Tochter. In „American Dad“ entspricht der Teenie Haley einer um 10 Jahre älteren Lisa Simpson: pazifistisch, atheistisch, ebenso im Einsatz für die Rechte von Immigrant_innen, Homosexuellen und Frauen. Und natürlich ist sie Veggie! Haley und Lisa spiegeln in ihren Rollen die linksliberale Schicht der Gesellschaft wider, die von einem konservativen Amerika zwar als intellektuell, aber auch als unbequem und übersensibel angesehen wird. Weniger subtil wird dieses Vorurteil in der Comedy-Serie **MALCOLM MITTENDRIN** unterstrichen: In der Hochbegabten-Klasse des sehr intelligenten Malcolm leben alle vegan, außer Malcolm selbst. Als sein Vater bei einem Schulpicknick heimlich den Tofu gegen Fleisch tauscht, müssen sich alle der kleinen veganen Genies übergeben. In einer weiteren Folge erklärt sein etwas dümmlicher Bruder Reese, der im Schlachthof jobbt, warum Kalbsfleisch so zart ist – am Beispiel des Familienbabys: „Das ist genauso wie wenn wir Jamie in eine enge und dunkle Box stecken würden, in der er sich nicht mehr bewegen kann, so dass seine Muskeln erschlaffen und weich werden; wenn wir ihn den ganzen Tag mit guter Milch füttern und ihn dann essen würden!“





HORROR



COPS



Fleischessen ist das Thema jedes Zombiefilms, genauer gesagt Kannibalismus, der meist durch einen Virus ausgelöst wird. Ironischerweise werden bei cineastisch freigesetzten Viren oftmals vegane Tierbefreier_innen im **12-MONKEY**-Stil verantwortlich gemacht. Diese werden dann auch nicht selten als Erste mit dem Virus infiziert. Im Endzeit-Horror-Movie **28 DAYS LATER** wird die Zombie-Invasion durch die Befreiung eines Schimpansen an der Uni Cambridge ausgelöst. Der Laboraffe fällt daraufhin die Aktivistin an und überträgt das „Wut“-Virus auf sie. Ob der vegane Student in **RAVE TO THE GRAVE**, der ebenfalls von einem Labortier gebissen zum Zombie wird und nach „Gehirrrn!“ rufend im Veg-Shirt auf Menschenjagd geht, oder seine vegetarischen Zombie-„Kollegen“ in der 7. Staffel von **AKTE X** (Folge 18, „Hollywood A.D.“) – vegane Rollen in Horrorfilmen haben uns eines gelehrt: Veganismus schützt vor Kannibalismus nicht! Diese Erfahrung musste auch die Veganerin „Nina“ in **WRONG TURN 2: DEAD END** machen, als sie im Show Down gezwungen wird, Menschenfleisch zu essen. Jedoch ist sie auch eine derjenigen, die überleben, was in Horrorfilmen einer Wahrscheinlichkeit entspricht, die mit dem globalen Vegetarier_innen-Anteil zu vergleichen ist.

Seit der **TATORT**-Folge am Neujahrstag zählt die Welt mindestens einen Fleischverweigerer mehr! Für einen realistischen Dreh von „Tödliche Häppchen“ wurde das Set in einen Schlachthof verlegt. Das Fernsehpublikum wird sogar mit Details zu mangelhafter Betäubung bei Schweinen und dadurch auftretendes Brühwasser in der Lunge konfrontiert! In einer anderen Szene lobt das Polizeiteam den „realistischen“ Geschmack von Tofuburgern. Einer von ihnen, „Kommissar Mario Kopper“ bzw. Darsteller Andreas Hoppe, blieb daraufhin auch im echten Leben bei fleischloser Kost: „Wir haben gedreht, wo die lebendigen Tiere geschlachtet wurden. Was da an Geräuschen rauskam, war echt schlimm.“ Die Tofuburger am Set sollen übrigens auch „echt“ gewesen sein! Und schon 3 Monate später schaufelte man in der Episode „Falsch verpackt“ Infos zu verseuchtem Hühnerfleisch nach. Als „nicht praktizierender Veganer“ – im Sinne von „der Geist ist erwacht, aber das Fleisch noch schwach“ – beschreibt sich dagegen der privatdetektivisch tätige Schriftsteller und Hauptcharakter Jonathan in **BORED TO DEATH**. Die US-TV-Serie bot neben vermehrten Veganismus-Querweisen auch eine vegane Gastrolle. In einer solchen tritt in **THE CLOSER** auch die Schwester des FBI-Agenten in Erscheinung, während **NAVI CSI** die exzentrische, vegane Computer- und Forensikspezialistin Abby Sciuto als eine der Hauptfiguren etabliert hat. Der unkonventionelle Charakter ist weiters Expertin für Bildbearbeitung und Ballistik, beherrscht Spanisch und Gebärdensprache und hat ein Faible für den Gothic-Stil wie auch für Energydrinks. Auch „Gale“ aus der Serie **BREAKING BAD** bevorzugt alternative Musikrichtungen, spricht Fremdsprachen, spielt Schach und arbeitet als Wissenschaftler im Labor – jedoch in einem Drogenlabor, und steht damit auf der anderen Seite des Gesetzes. Seine vegane Lebensweise bringt die Polizei nach seiner Ermordung übrigens auf die Spur der Rauschgiftküche, die „Chickenking Gus Fring“ gehört.

LINK_TIPP

WWW.VEGAN.AT/SOAPS+REALITY

DOCS



Während die Doktor_innen in **EMERGENCY ROOM** teils vegetarisch beziehungsweise vegan leben, und eine Melanzani beim Üben von Nähten dem Schweinefuß vorgezogen wird, kann es bei **DR. HOUSE** schon mal passieren, dass einem veganen Paar das ebenso ernährte Baby weggenommen wird – dient Veganismus doch als „naheliegende“ Erklärung für gesundheitliche Probleme. Doch was wäre Dr. House ohne eine überraschende Wende, nach der alles ganz anders erscheint! In einer weiteren Folge der etwas anderen US-Arzt-Serie stellt sich heraus, dass der vermeintlich vegane Patient mit der mysteriösen Erkrankung seine sympathische und vor Gesundheit strotzende vegane Freundin betrügt – mit Fleisch! Mit Akzeptanz kann ein Veggie in **SCRUBS** rechnen, trägt doch der Arzt „Turk“ ein „Powered by Tofu“-Shirt von PETA, obwohl seine Rolle nicht vegetarisch angelegt ist.



CARTOON & ANIMATION



Veganer_innen der Tierrechtsorganisation PETA, aber auch von Sea Shepherd und der Animal Liberation Front, füllen ganze **SOUTH PARK**-Folgen. Aber wer den, in Cut-Motion-Stil verpackten, polarisierenden Humor der Serie kennt, wird wissen, dass hier niemand gut wegkommt. Dadurch kristallisiert sich aber auch Kritik an Tierausbeutung heraus. Dies passiert meist – genauso wie bei anderen politischen und gesellschaftlichen Themen, mit denen „South Park“ so prall wie mit derben Scherzen gefüllt ist – durch das Aufzeigen menschlicher Doppelmoral. Diese Paradoxien in Verhaltensweisen sind vergleichbar mit dem Anstieg an Clownfisch-Käufen, als der „Anti-Aquarium“-Animationsfilm **FINDET NEMO** die Leinwand eroberte. Interessant ist auch die Nemo-Side-Story um eine Gruppe Haie, die eine Veggie-Selbsthilfegruppe gegründet haben, um dem Fleischessen gemeinsam abzuschwören. Einen Schritt weiter geht DreamWorks Animation mit **BEE MOVIE – DAS HONIGKOMPLOTT**, wo Mensch und Biene Freundschaft schließen und einen Honigproduzenten erfolgreich wegen Honigraubs verklagen. Neben dem Umgang mit Tieren sind auch Nachhaltigkeit, Arbeitsdruck und Zivilcourage Themen. Honigfans und Wokaholics können zum Schluss jedoch aufatmen, denn es wird absurderweise erklärt, dass Bienen ohne den Diebstahl der Menschen zu viel Honig hätten, arbeitsfaul würden und keine Blüten mehr bestäubten. Animationsfilme wie „Findet Nemo“, „Bee Movie“, aber auch **MADGASCAR**, wo Zoos thematisiert werden, scheinen im Kern auffällig oft einen Tierrechtsansatz zu verfolgen, der sich aber nicht konsequent durchzieht. Visuell stilgleich, aber inhaltlich völlig anders, präsentiert sich dagegen **FREE JIMMY**. Der Plot: Elefant Jimmy vegetiert in einem russischen Zirkus dahin und wird auch noch als Drogenversteck missbraucht. Als er entkommt, wird er von verschiedenen Interessensgruppen wie Zirkusleuten, Gangstern und Großwildjägern verfolgt. Eine Clique Veganer_innen versucht jedoch, ihn zu retten. Möglicherweise verlieh Woody Harrelson – Interview-Zitat: „Yeah, milk does a body good – if you are a calf“ – diesem animierten Alternativfilm nicht nur eine der Synchronstimmen, sondern auch den besonders veganen Touch. Denn kurz darauf spielte er den veganen Fleischverkäufer Ezra in **SIEBEN LEBEN**, einem Spielfilmdrama, das die eigentliche Hauptstory mit Hinweisen auf pflanzliche Ernährung – z.B. an Krankenhauswänden, oder auch durch die Rolle eines veganen Hundes – bestens umrahmt. Während „Free Jimmy“ aufgrund einer Sexszene zwischen den veganen Zeichen-

trickfiguren erst ab 16 Jahren freigegebenen ist, geht es im **TIERISCH VERRÜCKTEN BAUERNHOF** keuscher zu. Die Farmtiere freuen sich, dass der Hofbesitzer Veganer ist und nehmen dies zum Anlass, um über den Unterschied zwischen vegan und vegetarisch zu plaudern. Diese außergewöhnliche Ausgangssituation legt die filmische Basis dafür, eine Bauernhofgeschichte zu erzählen, die anders ist als andere: Sie muss den Tiernutzungsaspekt erst gar nicht ausblenden, um junges Publikum nicht zu verstören. Mehr dem Klischee eines Veggies entsprechend betritt Grautvornix – jung, urban, pazifistisch, verweichlicht – das berühmteste aller Galliedörfer im Zeichentrick **ASTERIX UND DIE WIKINGER**. Als vermeintlicher „Champion der Furcht“ wird er entführt und soll den furchtlosen Wikingern das Fliegen beibringen, eine Kunst, die angeblich nur Angsthasen beherrschen. Viel geflogen in seinem jungen Leben ist auch **NILS HOLGERSON** – allerdings gemeinsam mit Wildgänsen und selbst auf der Hausgans sitzend. Er durchläuft während dieser Reise eine stete Entwicklung: Zu Beginn noch ein Tiere quälender Bauernbub, erlebt er als hilfloser Däumling die Perspektive der Tiere, nachdem er zur Strafe für sein Verhalten von einem Wichtelmännchen geschrumpft wird. Überdies versteht er mit einem Mal die „Sprache der Tiere“, und freundet sich auf seiner Reise mit vielen von ihnen an. Die Schlüsselszene entfaltet sich jedoch erst in der letzten Folge. Nils kehrt mit Gänserich Martin zum Hof zurück und erfährt etwas Schreckliches: Martin soll geschlachtet werden. Doch Nils will nicht zulassen, dass der Gänserich, zu dem er eine besonders tiefe Freundschaft empfindet, getötet wird. Er besiegt sein Schamgefühl (dass er ja nur ein Wichtelmännchen ist), tritt in der Schlachtszene mutig dazwischen, rettet seinem gefiederten Freund das Leben und erlangt in diesem Augenblick menschliche Größe ...!

DIESES HAPPY END IST AUCH DIE LETZTE STATION EINER REISE DURCH DIE BILDSCHIRME UND LEINWÄNDE AUS VEGANISMUS- UND TIERRECHTSSICHT, DIE BESTIMMT NICHT ALLES, ABER DOCH EINEN BUNTEN TRIP DURCH FERNSEHEN, KINO UND YOUTUBE BEINHÄLTET!

LINK_TIPP

- > **VERMISSEN SIE ETWAS ODER JEMANDEN AUF DIESEN SEITEN? ZOLLEN SIE DIESEM HIER NACHTRÄGLICH TRIBUT: WWW.VEGAN.AT/FORUM/FILMSCREENING**
- > **KOMPLETTER ARTIKEL – INKLUSIVE „SOAPS & REALITY“: WWW.VEGAN.AT/FILMSCREENING**

UNI PROJEKT

DIE FORSCHUNGSSTELLE FÜR ETHIK UND WISSENSCHAFT IM DIALOG AN DER UNI WIEN UNTERSTÜTZT INTERESSIERTE IN ZUSAMMENARBEIT MIT DEM VEREIN „STUDIERENDE FÜR TIERSCHUTZ UND TIERRECHTE – STT“ BEI IHREN RECHERCHEN IN DEN BEREICHEN FILMSTUDIEN, MEDIEN UND VEGETARISMUS/VEGANISMUS.


INFO / KONTAKT > WWW.TIERRECHTE.AT

SPAR 

veggie 

„Ich bin keine Vegetarierin.

Aber ich liebe Veggie!“



Gwyneth Paltrow

Vegane Köstlichkeiten von SPAR Veggie

Speisen ohne Fleisch finden immer öfter ihren Platz auf dem Tisch der ÖsterreicherInnen. Mit gutem Grund: Wer öfter gezielt zu rein pflanzlichen Lebensmitteln greift, tut nicht nur sich und seiner Gesundheit Gutes, er hilft auch der Umwelt damit.

SPAR Veggie, die neue vegetarische Marke von SPAR bietet eine große Auswahl an vegetarischen Produkten, davon über **30 vegane Köstlichkeiten**.

Exklusiv bei

SPAR 

EUROSPAR 

INTERSPAR 

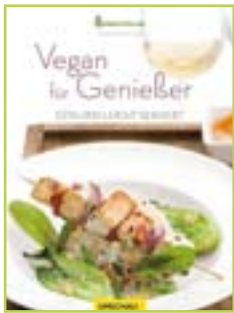
VEGAN FÜR JEDEN GESCHMACK



ATTILA HILDMANN VEGAN FOR FUN

Egal ob leicht oder deftig, süß oder pikant: Vor allem als Neueinsteiger_in der veganen Ernährung ist man hier von schneller Küche bis aufwändigem Menü immer bestens bedient. Der übersichtlich aufgebaute Leitfaden zur optimalen Nutzung der gesunden Lebensweise hält nicht nur eine appetitliche Rezeptsammlung bereit, sondern bietet außerdem allerlei heiße Tipps und Eckdaten rund um eine ausgewogene, vegane Ernährung. Lebensfreude, Vitalität und vor allem Motivation stehen hierbei besonders im Mittelpunkt. Denn nicht umsonst heißt es so treffend: „Vegan for Fun!“ *ic*

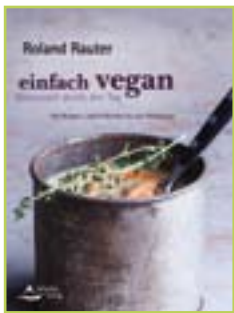
BEZUGSQUELLE > WWW.VEGANVERSAND-LEBENSWEISE.AT > WWW.VEGAN-FOR-FUN.DE
> WWW.AMAZON.DE > WWW.THALIA.AT LINK_TIPP > WWW.ATTILAHILDMANN.COM



JEAN-CHRISTIAN JURY VEGAN FÜR GENIEßER. FEIN UND LEICHT SERVIERT.

In diesem Kochbuch werden Rezepte aus dem pflanzlichen Gourmet-Restaurant „La Mano Verde“ in Berlin vorgestellt. Neben schmackhaften Sojafleischgerichten stehen beispielsweise Kürbis-Ingwer-Cremesuppe, Rote-Bete-Ravioli auf Fenchelsalat, Zitronen-Thymian-Creme oder veganer Apfelstrudel zur Auswahl. Besonderen Wert wird auf frische und natürliche Zutaten sowie auf eine schonende Zubereitung gelegt. Die Rezepte werden von stylischen Fotos begleitet. Ziel des Kochbuchs ist es, das alternative Image von veganer Ernährung zu durchbrechen und anspruchsvolle Küche für alle zugänglich zu machen. *md*

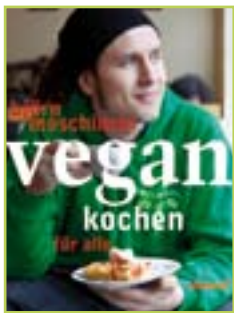
BEZUGSQUELLE > WWW.VEGANVERSAND-LEBENSWEISE.AT > WWW.AMAZON.DE
> WWW.THALIA.AT



ROLAND RAUTER EINFACH VEGAN – GENUSSVOLL DURCH DEN TAG

Kochen soll Spaß machen und zum Nachkochen ermuntern, und so stellt der gelernte Koch Roland Rauter das Entdecken der Vielfalt und das Experimentieren in den Vordergrund. Die Palette der 100 großartig bebilderten Rezepte erstreckt sich von Frühstücksmuffins über Hauptmahlzeiten wie Rote Bete im Backteig auf koreanischem Gurkensalat mit Wasabi-Mayonnaise oder Kürbisgnocchi mit Kürbiskern-Kräuter-Butter bis zu Cupcakes mit Kakaofrosting. Jede einzelne Seite dieses außergewöhnlichen und liebevollen Kochbuchs bestätigt den Autor: „Kochen ist Lebensfreude pur!“. Sehr empfehlenswert! *md*

BEZUGSQUELLE > WWW.VEGANVERSAND-LEBENSWEISE.AT > WWW.AMAZON.DE
> WWW.THALIA.AT



BJÖRN MOSCHINSKI VEGAN KOCHEN FÜR ALLE

Dass man den kulinarischen Versprechen eines veganen Chefkochs Glauben schenken darf, stellt der Brandenburger Küchenprofi nur allzu deutlich unter Beweis: Von der Waldpilzsuppe führt die Reise in Blätterteigschiffchen vorbei an der feurigen Gemüsequiche zu herzhaften Pofesen à la Gasthaus Schillinger, wo sich der Autor selbst die Inspiration für diesen Klassiker geholt hat. Dank der großen Vielfalt an kreativen und zugleich unkomplizierten Speisen sowie der Offenbarung fundamentalen Küchenwissens bietet das Buch besonders für Einsteiger_innen eine wertvolle Grundlage für den täglichen Kochspaß. *ic*

BEZUGSQUELLE > WWW.THALIA.AT > WWW.AMAZON.AT > WWW.PETASTORE.DE
> WWW.VEGANVERSAND-LEBENSWEISE.AT > WWW.VEBU.DE > WWW.FALTER.AT/WEB/SHOP
LINK_TIPP > VEGANHEADCHEF.COM



SARAH KAUFMANN VEGAN GUERRILLA – DIE REVOLUTION BEGINNT IN DER KÜCHE

Schon der Buchtitel deutet an, dass die Autorin viel Zeit in Lateinamerika verbracht hat. Sarah Kaufmann kocht aber längst nicht nur lateinamerikanische Klassiker wie Guacamole oder Empanadas, sondern wagt immer wieder den Blick über den Tellerrand. Mutige Kombinationen mit exotischen Zutaten ergeben außergewöhnliche, aber sehr gelungene Kreationen: „Seitan-Tandoori-Spieße mit Reismudel-Gemüse-Pfanne“ oder „Monkey-Burger“ mit Bananen und Räuchertofu sind nur zwei Beispiele für die vielfältige vegane Crossover-Küche. Kein Wunder also, dass der gleichnamige Food-Blog innerhalb nur eines Jahres so beliebt wurde, dass nun ein eigenes Kochbuch daraus entstand. *kap*

BEZUGSQUELLE > WWW.MUSO-KORONI.COM > WWW.COMPASSIONMEDIA.ORG
> WWW.AMAZON.DE > WWW.THALIA.AT

LINK_TIPP

WWW.VEGAN.AT/KOCHBUECHER

VEGANE

VEGAN.AT BEFRAGTE 4 JUNGE MENSCHEN, WIE ES SICH IN EINER LEBENSPHASE DER EIGENEN POSITIONIERUNG MIT VEGANISMUS LEBT – IM SOZIALEN WIE AUCH IM PRAKTISCHEN.



ISA (15) SEIT 2 JAHREN
VEGAN, GYMNASIASTIN

MICHI (18) SEIT 1 JAHR
VEGAN, MATORANT

ALEX (19) SEIT 1 JAHR VE-
GAN, TONTECHNIKER/MUSIKER

KATHI (17) SEIT 1/2 JAHR
VEGAN, HLW-SCHÜLERIN

WAS HAT EUCH DAZU BEWEGT VEGAN ZU WERDEN?

ISA Die vermehrte Auseinandersetzung mit meiner eigenen Gesundheit hat mich auf das Thema Fleischverzicht gebracht, wodurch ich dann auf die erschreckenden Bedingungen in einer Nutztierhaltung gestoßen bin. Für mich war ab da ganz klar, dass es so in keinem Fall weiter gehen konnte.

KATHI Für mich waren Tiere immer wichtig, und schon in meiner Kindheit wusste ich, dass ich irgendwann auf Fleisch verzichten würde. Daher bin ich mit 13 Vegetarierin geworden. Nach und nach habe ich mich immer mehr mit Tierschutz beschäftigt und somit war es nur eine Frage der Zeit, bis ich auf eine vegane Ernährung umstieg.

ALEX Als ich endgültig den Glauben an die glückliche Milchkuh auf der Weide und das glückliche Huhn auf der Wiese verloren hatte, habe ich meinen Konsum innerhalb von einigen Wochen auf rein pflanzlich umgestellt.

MICHI Der Film „easy.vegan“ (veg-tv.info/Easy_vegan), besser gesagt, die darin präsentierten Fakten.

WIE HAT DIE FAMILIE REAGIERT? WER KOCHT BEI EUCH?

ISA Wie die meisten Eltern hatten auch meine Sorge, ich würde nicht alle Nährstoffe bekommen, die ich brauche. Um sicher zu gehen, eben genau das ausschließen zu können, haben sie sich ebenfalls intensiv mit dem Thema Veganismus beschäftigt und sind gleich darauf Vegetarier_innen geworden. Als sie gesehen haben, wie unproblematisch sich auch vegane Mehlspeisen zubereiten lassen, haben sie sich dann ebenfalls bald für den Veganismus als Lebensweise entschieden. Beim Kochen wechseln wir uns entweder ab oder helfen alle zusammen.

KATHI Ich koche mein Essen meist selber, da meine Eltern keine Zeit dafür haben und somit ist es ihnen auch nicht so wichtig, ob ich mich jetzt vegetarisch oder vegan ernähre. Sie halten meine Ansichten zwar für übertrieben, da sie hemmungslose Fleischesser_innen sind, finden es aber gut, dass ich zu meiner Einstellung stehe.

ALEX Meine Eltern waren ein wenig geschockt. Sie dachten, dass ich dadurch Mängel bekommen würde. Sie haben mir jedoch trotzdem keine Steine in den Weg gelegt. Meine Mutter kocht mittlerweile recht oft vegan, da sie auch auf ihre Ernährung achtet. Meistens koche ich aber selbst.

MICHI Da die endgültige Entscheidung vegan zu leben erst nach einem Monat veganstart.de-Probeabo gefallen ist und sie sich darauf einstellen konnten, „verständnisvoll“ – wenn auch nicht erfreut. Kochen meine Eltern für mich, dann vegan, aber ich koche selbst ebenfalls mehrmals pro Woche.

WIE IST DIE SITUATION IN DER SCHULE/AM ARBEITSPLATZ?

MICHI Ich esse nicht in der Kantine.

ALEX Ich nehme mir meistens selbst etwas mit.

ISA In der Schule kann ich einen großen Teil von dem Wissen, das ich mir durch das viele Recherchieren angeeignet habe, nutzen und im Unterricht einbringen, auch, wenn das vielleicht nicht unbedingt immer gern gesehen wird ... Sportwochen erfordern eine besondere Planung. Ich halte schon lang davor Ausschau nach z.B. Fertiggerichten oder Bratlingen, die ich problemlos transportieren kann. So ist jeden Tag etwas für mich dabei, das mir schmeckt. Eine kurze Absprache mit dem Küchenpersonal kann ebenfalls nicht schaden.

KATHI Bei Schulreisen werde ich mir mein Essen vor Ort selber kaufen bzw. einen Teil mitnehmen. In der Schule ist die Situation leider nicht so gut. Wir haben wöchentlich Küchen- und Servicekunde-Unterricht, in dem wir immer wieder Fleisch zubereiten müssen. Das ist zwar kein großes Problem für mich, allerdings verlangen die Lehrer_innen, dass man alles kostet, was man kocht. Man darf zwar das Essen wieder ausspucken, trotzdem werden ethische und religiöse Ansichten völlig ignoriert. Bis jetzt habe ich mich gut davor drücken können. Wenn mich allerdings einmal ein_e Lehrer_in zwingen sollte, dann werde ich mich weigern, da es für mich einfach nicht in Frage kommt, ein Tier zu essen oder auch nur eine Leiche im Mund zu haben!

IST EUER LEBENSSTIL IN EUREM FREUNDESKREIS THEMA?

KATHI Naja, wir reden schon oft darüber, aber ein großes Thema ist es eigentlich nicht.

ALEX Absolut. Gut, dass es kaum ein Treffen gibt, ohne dass zumindest ein kurzes Gespräch zu dem Thema geführt wird.

MICHI Einige reagieren interessiert und verständnisvoll.

ISA Natürlich, und selbst heute werden mir noch viele Fragen gestellt. Allerdings komme ich mir nun viel mehr ernst genommen vor als früher, denn jetzt sind sich alle sicher, dass das nicht bloß eine „Phase“ ist.

WAS ESST IHR UNTERWEGS BZW. AUF EVENTS AM LIEBSTEN?

ALEX Was es halt gibt. Ich hatte auf Festivals mittlerweile schon vegane Hot Dogs, Falafel, Pasta und einmal sogar einen Burger. Alles hat super geschmeckt!

KATHI Ich bevorzuge es, zu Hause zu essen. Da weiß ich, von wo meine Lebensmittel sind. Daher kaufe ich mir auswärts wenig und wenn dann immer Salat, Pommes, Weckerl.

ISA Falafel!

MICHI So ziemlich dasselbe wie sonst auch, nur vereinfacht. Ein Campingkocher ist etwas Tolles.

WIE WICHTIG IST DIR SOWIE ANDEREN IN EUREM ALTER DAS THEMA „ERNÄHRUNG“?

ALEX Ich denke, dass sich immer mehr Jugendliche für das Thema interessieren und das ist auch gut so. Mir ist das Thema sehr wichtig, deshalb bin ich ja auch vegan.

KATHI Dieses Thema ist mir auch sehr wichtig und für meine Freund_innen ist es ein relativ wichtiges Thema. Zumal ich einige Freundinnen habe, die immer wieder auf Kalorienangaben schauen. Was ich außerdem beobachte, ist, dass in der Schule das Fach Ernährungslehre der Gegenstand ist, in dem die Klasse am besten zuhört und sehr interessiert ist.

ISA Zweifellos dreht sich vieles um das Aussehen des Körpers, um den Gesundheitsfaktor allerdings weniger.

MICHI Ich fürchte ich gehöre zu den wenigen, die auf eine gesunde Ernährung achten. Die Anpassung der Hosengröße und eine Eiweiß-Überdosierung sind für andere wichtiger.

SIEHST DU EINEN TREND IN SACHEN TIERRECHTE?

ISA Vielleicht schon ein bisschen, was aber auch daran liegen kann, dass ich mich ja selbst intensiv damit befasse und mir so viel mehr Kleinigkeiten auffallen als bisher.

KATHI Ich glaube schon, dass sich ein positiver Trend verzeichnen lässt, da immer mehr Menschen auf vegetarische/vegane Ernährung umsteigen und der Tierschutz in den letzten Jahren einiges erreicht hat.

MICHI Trends sind irrelevant. Ich sehe steigende Sensibilität.

ALEX Ich weiß nicht, ob es ein Trend oder ein breitflächiges Erwachen ist, aber egal was es ist, ich finde es toll.

DENKST DU, DASS VEGAN LEBENDE STARS AUS DER FILM- UND MUSIKBRANCHE VORBILDER FÜR MENSCHEN SIND?

ALEX Auf alle Fälle. Da gerade junge Menschen sehr viel über ihre Lieblingskünstler_innen erfahren wollen und sich oft ein Leben wünschen, das den Biographien der Stars ähnelt, denke ich, dass gerade die Dinge, die man nachmachen kann – z.B. vegan/vegetarisch leben – von vielen Jugendlichen als Chance gesehen wird, ihren Idolen ein Stück mehr zu ähneln.

MICHI Ich selbst bin eher zufällig durch ein Lied mit dem sprechenden Titel „Dort oben sterben Tiere“ von „Samsas Traum“ auf die Massentierhaltung aufmerksam geworden. Entschieden habe ich mich jedoch aufgrund der Argumente.

ISA Das denke ich schon, aber eher unterschwellig. Den Be-

griff „vegan“ habe ich auch erst im Zusammenhang mit einer Band bewusst wahrgenommen. Zumindest lässt sich durch einflussreiche Menschen Veganismus besser verbreiten.

KATHI Ich finde es gut, wenn Stars ihre Position nutzen und den Veganismus verbreiten, aber ich glaube nicht, dass sie ein Vorbild darstellen. Schließlich sind das auch nur Menschen mit Meinungen und eigenen Weltanschauungen.

WIE WICHTIG SIND SOCIAL NETWORKS FÜR TIERRECHTE?

ISA Unerlässlich, wenn man das Tempo beibehalten will, in dem man im Moment mit diesem Thema voranschreitet!

ALEX Enorm wichtig. Social Networks sind mein Hauptbereich, in dem ich aktiv bin, weil man einfach so extrem viele Menschen erreichen kann.

MICHI Wichtig? Praktisch! Aber jede_r muss selbst entscheiden, ob er_sie sich so zu einer Ware degradieren lassen will. Ich für meinen Teil boykottiere unter anderem Facebook.

KATHI Sehr wichtig! Schließlich bieten Social Networks Plattformen für Infos und gleichzeitig einen Austausch.

VERRINGERT ODER VERMEHRT DIE VEGANE LEBENSWEISE DEINE FLIRTCHANCEN?

MICHI Sagen wir mal so: Es bietet Gesprächstoff. Die übliche Reaktion ist nämlich meistens ein „... und wieso?“. Für das Flirten ist mein Lebensstil eigentlich nicht wirklich relevant.

ALEX Die Reaktion ist meistens sehr positiv und interessiert. Außerdem gibt es einen super Start ins Gespräch und peinliche Stille bzw. langweilige Notthemen sind eliminiert.

KATHI Das Vegan-Sein ist auf jeden Fall ein Pluspunkt beim Kennenlernen. Man hat sofort ein Gesprächsthema.

ISA Da ich niemanden unter Druck setze und auch nicht versuche, mich durch meinen Ernährungsstil als besser oder ethischer darzustellen, wird dieses Detail über mich eigentlich immer als positiv und sogar interessant aufgenommen. Viele denken auch, dass es besonders schwierig wäre, auf so vieles zu „verzichten“, wofür ich teilweise auch Respekt ernte.

WAS WÜRDEST DU ANDEREN JUNGEN MENSCHEN EMPFEHLEN, DIE GERN VEGAN WERDEN MÖCHTEN?

KATHI Wer überlegt vegan zu leben, dem_der kann ich nur empfehlen, den Schritt zu machen! Zu wissen, dass kein Tier für eine_n selbst leiden muss, gibt richtig viel Kraft! Eltern haben da keinen Widerstand zu leisten, weil das eine Entscheidung ist, die jede_r für sich selber trifft, egal in welchem Alter!

MICHI Das PETA-Vegan-Probe-Abo mit Infos, Tipps und Rezepten – die zunächst begrenzte Zeitspanne nimmt den Wind aus den Segeln. Infos ansammeln – in diesem Fall eine Form von Selbstmotivation. Diskussionsgrundlage zurechtlegen und, wenn es soweit ist, intoleranten Menschen klar machen, dass deine Entscheidung auf Grundsätzen beruht, die sie alle anerkennen: keine sinnlose Gewalt, Umwelt- und Klimaschutz, Welthunger bekämpfen etc.! Andere Veganer_innen kennenlernen, z.B. beim VGT – moralische Unterstützung ist immer gut. Gesund ernähren und nebenbei möglichst Sport machen: Ein verändertes Körpergefühl motiviert.

ALEX Das meistgebrachte Argument ist der Irrglaube, dass Veganismus krank macht. Also einfach informieren und ruhig darüber reden, das hilft bestimmt.

ISA Deine Familie ab und zu 'mal selbst vegan bekochen: Verwöhnt zu werden zieht immer!

LINK_TIPP

> **DIE UNGEKÜRZTEN INTERVIEWS: WWW.VEGAN.AT/TEENS**

Das vegane Angebot:

- Vegane Farben
- Vegane Stencils
- Veganer Applikator
- Vegane Pflegesalbe



Veganes Benefiz-Essen für Tiere in Not

Jeden Samstag 15:00-20:00 in der Tattoo Bar/Piercing City Mödling. Die vegane Community kocht, isst und spendet für diverse kleine Tierschutzprojekte. Derzeit gehen alle Spenden an die menschlichen Opfer des Tierschutzprozesses!

facebook.com/veganesbenefizessen

Piercing City

Hauptstraße 2
2340 Mödling

T: 02236 67 72 67

fragen@piercing-city.at

www.piercing-city.at

AKTIV FÜR TIERRECHTE, PFLANZLICHE ALTERNATIVEN AUF EVENTS SOWIE MESSEN UND VIELES MEHR!

DIE AKTIVITÄTEN DER VEGANEN GESELLSCHAFT

FRISCH GEPRESST!

START DER VEGAN.AT-SAMMELKARTEN-REIHE ZU VEGANEN INTERPRET_INNEN, DIE NEUE POSTKARTE „LOVE“ IM VGÖ-SHOP (SEITE 38) UND WERBEMATERIAL FÜR DIE VEGANMANIAS – VEGANE SOMMERFESTE, DIE NACH ÖSTERREICH UND DEUTSCHLAND NUN SLOWENIEN, KROATIEN UND DIE SCHWEIZ „EROBERN“. AUSSERDEM GRATULIEREN WIR 2 WEITEREN GLÜCKLICHEN GEWINNER_INNEN EINES VEGAN.AT-TATTOOS!



VEGANMOTIVE: VEGAN.AT/TATTOOS



MILA JUSTALONE (22)
SEIT 1,5 JAHREN VEGAN, TATTOO MODEL

SVEN (33) SEIT 4,5 JAHREN VEGAN,
SCHULUNGSKOCH

FOTO © MONIKA SPRINGER

WWW.VEGANMANIA.AT

- ST. PÖLTEN 5. MAI
- LINZ 26. MAI
- GRAZ 9. JUNI
- WIEN 15. + 16. JUNI
- MARIBOR (SLO) 7. JULI
- KLAGENFURT 14. JULI
- ISERLOHN (D) 21. JULI
- INNSBRUCK 1. SEPT
- ZAGREB (HR) 7. + 8. SEPT
- BREGENZ 8. SEPT
- SCHWEINFURT (D) 15. SEPT
- WINTERTHUR (CH) 22. SEPT

FACEBOOK.COM/VEGANMANIA.AT

WENN DU AUCH EIN **VEGAN** TATTOO 4 FREE HABEN WILLST, MELDE DICH EINFACH BEI INFO@VEGAN.AT!



VEGAN.AT-SAMMELKARTEN # 1 UND # 2

Anthony Kiedis von den Red Hot Chili Peppers macht es und die vier Mitglieder von Rise Against tun es auch: Sie alle leben vegan. Vielleicht ein Grund für den einen oder anderen Fan sich mit der Motivation der Musiker für diese Lebensweise näher auseinanderzusetzen. Bei ihren Konzerten in Österreich werden die A6-Sammelkarten jedenfalls schon fleißig verteilt!

LINK_TIPP

WWW.VEGAN.AT/PUBLIKATIONEN

veganmania since 1998

LIVE ACTS
DRINKS
STANDLN
FOOD & FUN
FREE ENTRY





ÖSTERREICH PREMIERE

VEGGIE PLANET

Mehrere Tausend Besucher_innen lockte die „Veggie Planet“ von 24. – 25. März 2012 ins Kongresshaus nach Salzburg. Ob vegane Riesenschaumrolle, Showkochen oder Buchpräsentationen zum grossen Tierschutzprozess: Begeistert zeigten sich Fachbesucher_innen und Endverbraucher_innen vom Angebot der 1. Veganen Messe Österreichs.

Die, von der Veganen Gesellschaft Österreich und der Messefirma VCC gemeinsam organisierte, vegane Messe fand parallel zur Gesundheitsmesse Paracelsus statt. Aufgrund des großen Interesses an der Veggie Planet mussten Stände in die benachbarte Halle der Paracelsus-Messe ausgelagert werden. Außerdem wurde kurzfristig ein zusätzlicher Raum für Vorträge und Workshops zur Verfügung gestellt. Dennoch war der Veggie-Planet-Bereich durchgehend gut gefüllt. Medien wie ORF und Salzburger Nachrichten berichteten ausführlich und ausnahmslos positiv.

PROGRAMM

Neben verschiedenen Vorträgen zu den gesundheitlichen Vorzügen pflanzlicher Ernährung, einem Workshop zu grünen Smoothies und individueller Ernährungsberatung am VGÖ-Stand stellten die ehemaligen Angeklagten Martin Balluch und Chris Moser ihre Bücher zum Tierschutzprozess vor. Besonderer Beliebtheit erfreuten sich die Kochshows der Profiköchin Daniela Petschl, die die Zuseher_innen mit Kostproben wie „Rote Linsensuppe mit Mu-Err-Pilzen“, „Grüne Nudelnester“ oder „Medaillons mit getrüffelnder Polenta und Biersaftl“ verwöhnte. Höhepunkt der Messe war die ein Meter lange Riesenschaumrolle aus pflanzlichem Eiweiß, die der Tiroler Konditormeister Christian Geiser dem Publikum präsentierte.

AUSSTELLER_INNEN

Naschkatzen und -kater ließen sich aber nicht nur die vegane Schaumrolle schmecken, sondern fanden eine große Auswahl an kunstvollen Torten und Cupcakes am vegan.at-Kuchenstand. Wer Pikantes bevorzugte, hatte unter anderem die Wahl zwischen Döner von „Makam Naturkost“, den neuen Höllenkrainern von „Vegourmet“, Käsetoast von „Vegusto“, Aufstrichbrötchen von „SPAR Veggie“ und „Green Heart“ oder Sprossenbrot von „Pure-Life“. Fast wie im Supermarkt konnte man pflanzliche Wurst, Käse und Süßigkeiten bei dem großen deutschen Onlineversandhandel „alles-vegetarisch.de“ einkaufen. Wer sich mehr für Kleidung und Kosmetik interessierte, wurde bei „Muso Koroni“ und „Ringana“ fündig. Neben vielen weiteren Verkaufs- und Verkostungsständen informierten die Vier Pfoten, der VEBU und natürlich die VGÖ über die ethischen, ökologischen und gesundheitlichen Hintergründe einer veganen Ernährung.

FOTOS © MATTHIAS KATZENGRUBER

SAMSTAG, 25. AUGUST Wien
Donauinselplatz

Ob groß ob klein, setzt euch für Tiere ein!

14³⁰ 100m (0-7 Jahre)
KNIRPSLAUF

15⁰⁰ 850m (8-13 Jahre)
SCHÜLERINNENLAUF

16⁰⁰ 5km (Erwachsene)
HAUPTLAUF

Warm-up, Unterhaltung, Musik, Information, vegane Köstlichkeiten und viel Spaß!

Nähere Infos und Anmeldung auf: www.tierschutzlauf.at



ENTGELTLICHE ANZEIGE

IN ALLER KÜRZE!

WIR FREUEN UNS ÜBER KOOPERATIONEN!

MAIL AN: INFO@VEGAN.AT



DIE VEGAN RUNNERS GANZ VORNE DABEI

2011 nahm das vegan.at-Laufteam sehr erfolgreich an zahlreichen Läufen in und um Wien teil. Beim 5. Vienna Night Run erzielten die Vegan Runners in der Teamwertung den ausgezeichneten 2. Platz! Beim Augartenlauf gingen Platz 1, Platz 2, Platz 9 und Platz 10 an die vier Läufer des vegan.at-Teams!

AKTIV_INFOS

> MÖCHTEST DU TEIL UNSERES LAUFTEAMS WERDEN? MAIL AN LAUFEN@VEGAN.AT



ERNÄHRUNGSVORTRAG VON BRENDA DAVIS

Brenda Davis gilt als eine der bekanntesten Expert_innen auf dem Gebiet der veganen Ernährung. In Kooperation mit der Forschungsstelle für Ethik und Wissenschaft im Dialog lud die Vegane Gesellschaft Österreich die kanadische Ernährungswissenschaftlerin ein, an der Universität Wien einen Vortrag über die gesundheitlichen Aspekte veganer Ernährung zu halten. Aufgrund des großen Andrangs musste die Veranstaltung spontan in einen anderen Hörsaal verlegt werden.

LINK_TIPP

> WWW.BRENDADAVISRD.COM



VORTRAG VON MELANIE JOY

Melanie Joy, Autorin des Bestsellers „Why We Love Dogs, Eat Pigs and Wear Cows“, hielt auf Einladung der Veganen Gesellschaft und der Forschungsstelle für Ethik und Wissenschaft im Dialog im März 2012 einen interessanten Vortrag über ihr Konzept des Karnismus an der Universität Wien. Die begeisterten 170 Zuhörer_innen standen zum Teil sogar im Gang, um der fesselnden Präsentation der charismatischen Professorin für Psychologie und Soziologie zu folgen.

LINK_TIPP

> VORTRAG ANSEHEN: WWW.VEGAN.AT/MJ



VEGAN BAKE SALES

Am 1. Mai und 1. November 2011 nahm die VGÖ an den weltweit stattfindenden Vegan Bake Sales teil. Auf diesen Benefit-Veranstaltungen werden köstliche vegane Kuchen und Torten gegen freie Spende für einen guten Zweck angeboten. Der Erlös der Wiener Bake Sales ging je zur Hälfte an das Tierparadies Schabenreith und an die Vegane Gesellschaft Österreich. Auch 2012 finden wieder Vegan Bake Sales in Wien und erstmalig auch in Salzburg statt.

AKTIV_INFOS

> MÖCHTEST DU BEIM VEGAN BAKE SALE DABEI SEIN? MAIL AN BAKESALE@VEGAN.AT



GREEN EXPO & BERUFSINFORMATIONSMESSE BEST

Im Juni 2011 war vegan.at auf die greenEXPO, eine große Fachmesse zu den Themen Green Business & Technology, auf dem Wiener Heldenplatz geladen. Während am gemeinsamen Infotisch zusammen mit dem VGT – Verein Gegen Tierfabriken über die ökologischen und gesundheitlichen Vorteile einer nachhaltigen, rein pflanzlichen Lebensweise informiert wurde, versorgte der Vegi-Imbiss im Karottenmobil die hungrigen Messebesucher_innen mit veganem Essen. Auf der Bühne wurde zudem der prominente vegan.at-Obmann Felix Hnat von dem beliebten Fernsehmoderator Dieter Chmelar zu den Themen Repression und nachhaltige Ernährung interviewt. Auch bei der Berufsinformationmesse hatten vegan.at und der VGT benachbarte Infostände vor der Wiener Stadthalle. An 4 Tagen wurden fast 1.000 Rezepthefte und VEGAN.AT-Magazine von Interessierten mitgenommen.

AKTIV_INFOS

> MÖCHTEST DU AUCH BEI INFOSTÄNDEN MITHELFFEN? MAIL AN MUCK@VEGAN.AT

LINK_TIPP

WWW.VEGAN.AT/AKTIV

UNTERSTÜTZUNG GESUCHT – MITGLIED WERDEN!

Nur mit Ihrer Unterstützung können wir unsere Arbeit weiterführen. Informieren Sie sich auf den Seiten 30 bis 39 über **EINIGE UNSERER LETZTEN AKTIVITÄTEN: TEILNAHME AN MESSEN, ORGANISATION VON FACHVORTRÄGEN, UNTERSTÜTZUNG VON SPORTEVENTS SOWIE DURCHFÜHRUNG VON VEGAN BAKE SALES UND VEGANMANIA-SOMMERFESTEN IN 5 LÄNDERN.** Bei uns als idealistische Interessensvertretung fließt besonders viel Ihres Beitrags direkt in die Arbeit (nicht etwa in eine aufgeblähte Verwaltung). Selbstverständlich legen wir jedes Jahr mit einem ausführlichen Bericht Rechenschaft ab.

WERDEN AUCH SIE MITGLIED! STATUTEN UND LEITBILD AUF WWW.VEGAN.AT/KONTAKT

JA, ICH WILL MITGLIED DER VEGANEN GESELLSCHAFT ÖSTERREICH WERDEN UND MEINE VORTEILE ALS VGÖ-MITGLIED NUTZEN:

- Durch meinen Unterstützungsbeitrag helfe ich der VGÖ weiterhin über die vegane Ernährung zu informieren und vielfältig für die vegane Lebensweise tätig zu sein: Pressearbeit, Messen, Vorträge, Produktkontrollen, Dialog mit Firmen, Sommerfeste und andere Veranstaltungen, praktische Kochschulungen für die Gastronomie, kompetente Gesundheitsinformation, Pflege der Website, Produktion einer Radiosendung ...
- Gratisabo des VEGAN.AT-Magazins
- Volle 10 % Rabatt im VGÖ-Shop
- Gratis E-Mail-Newsletter
- Rabatte und Ermäßigungen in diversen Shops und Restaurants durch die VCard
- Ich gebe der Veganen Gesellschaft als Vertretung von vegan Lebenden eine gewichtigere Stimme im politischen Diskurs



LINK_TIPP

WWW.VEGAN.AT/MITGLIEDWERDEN

I. MEINE DATEN

Name _____ Land _____
Adresse _____ PLZ _____ Ort _____
E-Mail _____ Beruf _____
Telefon _____ Fax _____ Datum _____

II. MEINE MITGLIEDSCHAFT

- Ich will **VOLLMITGLIED DER VEGANEN GESELLSCHAFT ÖSTERREICH** werden. Ich lebe auch vegan.
- Ich will **UNTERSTÜTZENDES MITGLIED DER VEGANEN GESELLSCHAFT** werden, lebe aber nicht vegan.
- Ich will meine **MITGLIEDSCHAFT ERNEUERN**.
- Ich will die **ERMÄSSIGTE MITGLIEDSCHAFT A** (Schüler_innen, Studierende, Einkommensschwache).
- Ich will die **ERMÄSSIGTE MITGLIEDSCHAFT B** (in meinem Haushalt lebt ein VGÖ-Mitglied).

III. MEIN JÄHRLICHER BEITRAG

- Vollmitglied (18,17 Euro) Unterstützendes Mitglied (18,17 Euro) Ermäßigte Mitgliedschaft (10,90 Euro)
- Ich wohne nicht in Österreich. (Portozuschlag 3,00 Euro)
- Ich möchte _____ Euro spenden.

Gesamt _____ Euro

IV. MEINE ÜBERWEISUNGSART

- Überweisung innerhalb Österreichs: P.S.K. 92.133.538 BLZ 60.000
- EU-Standardüberweisungen: P.S.K. 1010 Wien IBAN: AT23600000092133538 BIC: OPSKATWW



V. DIESE SEITE AUSSCHNEIDEN ODER KOPIEREN UND AN UNS SCHICKEN ODER FAXEN. SIE KÖNNEN AUCH PER MAIL ODER ONLINE MITGLIED WERDEN. EINFACH AUF WWW.VEGAN.AT/MITGLIEDWERDEN KLICKEN!

zum Weltvegantag, Essenseinladung

VGÖ-MITGLIED WERDEN ...

... UND RESTAURANT-GUTSCHEINE GEWINNEN!

ARCHE

YAMM!

DIE VGÖ LÄDT 3 MITGLIEDER ZUM ESSEN EIN!

UNTER ALLEN VOLLMITGLIEDERN DER VEGANEN GESELLSCHAFT WIRD 3 X JE EIN GUTSCHEIN ZU 10 EURO VON 2 AUF SEITE 14 - 15 VORGESTELLTEN NEUERÖFFNUNGEN VERLOST. SOWOHL DAS HIPPE YAMM! AUS WIEN ALS AUCH DIE GEMÜTLICHE ARCHE AUS GRAZ VERWÖHNEN MIT EINEM REICHHALTIGEN BUFFET. AUSGELOST WERDEN DIE GUTSCHEINE UNTER ALLEN, DIE BIS 1. NOVEMBER 2012 - DEM WELTVEGANTAG - IHREN MITGLIEDSBEITRAG EINGEZAHLT HABEN.



- ✓ Vegan
- ✓ 100 % Pflanzlich
- ✓ Leicht bekömmlich
- ✓ Voller Genuss

Veine Aufstriche

Vega Vita hat für jeden Geschmack den passenden Aufstrich. Probieren Sie den milden Kräuteraufstrich und den pikanten Heurigenaufstrich oder **unsere neuen Sorten** - den **klassischen Ei-Vrei Aufstrich**, den **feinen Kren-Karotte Aufstrich** und den **cremigen Aufstrich Natur**. Fleischloser Genuss für eine cholesterinbewusste Ernährung. Jetzt im Tofu-Kühlregal!



Verschiedene
Sorten

Gibt's bei: **MERKUR** **BILLA**

Bei BILLA ist nur der Kren-Karotte Aufstrich erhältlich.

VEGAN.AT- 3 DINGE FÜR DIE WÄHLE 3 AUS 10 UND GEWINNE

1. AUSWÄHLEN

WÄHLE AUS DEN 10 PRODUKTEN 3, DIE DU IN DEN INSEL-URLAUB MITNEHMEN WÜRDST, AUS. ALLE EINSENDER_INNEN DÜRFEN 1 X ABSTIMMEN.

2. EINSENDEN

SENDE BIS 15. AUGUST 2012 EINE MAIL ODER POSTKARTE MIT NAMEN, ADRESSE, WOHNORT, DEINEN 3 „INSEL“-FAVORITEN UND DEINEM GEWÜNSCHTEN GEWINN AUS DEM VGÖ-SHOP (S. 38 – 39) AN [INFO@VEGAN.AT](mailto:info@vegan.at) ODER DIE VEGANE GESELLSCHAFT Ö., WAIDHAUSENSTR. 13/1, 1140 WIEN!



ALNATURA
GEMÜSE RAVIOLI
(DM)



VEGGIE SPAR
„BIO-GULASCH“
(SPAR, EUROSPAR, INTERSPAR)



KELLY'S
FAIR TRADE
„REDSKIN“ ERDNÜSSE
(SUPERMÄRKTE)



VEGOURMET
„BE FREE“
(WWW.VEGANVERSAND.AT)



VEGAN.AT-AWARDS NR. 16 1/2011

PRODUKT SIEGER

VEGAN.AT-LESER_INNEN HABEN IN DER LETZTEN AUSGABE AUS 10 PRODUKTEN IHRE 3 FAVORITEN FÜR EIN GELUNGENES PICKNICK AUSGEWÄHLT! DIE STRAHLENDEN SIEGER_INNEN:



FOTOS © NATUR*PUR

NATUR*PUR
AUFSTRICH
„LINSE KAROTTE“
(SPAR, INTERSPAR)



VERIVAL
BIO FRUCHTBÄRCHEN
(SPAR, INTERSPAR)



FOTOS © VERIVAL



FOTOS © DENNREE

DENNREE
APFEL-BIRNE
WAFFELN
(DENN'S BIO-
SUPERMARKT)



AWARDS 1/12

EINSAME INSEL

SHOP SEITE 39 - 40

EINEN ARTIKEL AUS DEM SHOP

3. GEWINNEN

FÜR 3 GEZOGENE TEILNEHMER_INNEN GIBT ES JE EINEN ARTIKEL AUS UNSEREM SHOP ALS GEWINN!
DER RECHTSWEG IST AUSGESCHLOSSEN.



**STEVIA
KANDISIN**
(SUPERMÄRKTE
Z.B. MERKUR,
BILLA, SPAR)



**DENK MIT
REISETUBE FÜR
HANDWÄSCHE**
(DM)



**LAVERA
ZAHNCREME
„MINT“**
(BIOHANDEL)



**SUNDANCE
SONNENCREME**
(DM)



**MOONCUP
WIEDERVERWENDBARE MONATSHYGIENE**
(MILLENIUM APOTHEKE, HANDELSKAI 94 - 96, 1200 WIEN;
YOGASTUDIO YOGAMELANGE, THALIASTR. 2/11, 1160 WIEN;
BESTELLBAR IN JEDER APOTHEKE ÖSTERREICHS;
WWW.MONDTASSE.AT)
LINK_TIPP
> WWW.MOONCUP.CO.UK/LANGUAGES/DE

VEGAN.AT-AWARDS NR. 16 1/2011

VOTING WINNER

MAI L. MACHTE BEIM GEWINNSPIEL DER LETZTEN AUSGABE MIT UND GEWANN EIN VEGAN BEAUTY-TANK FÜR SICH UND EIN SHIRT FÜR IHREN FREUND TOM S. - AUCH DIE VEGAN BEAUTIES JAN S. UND SEINE FRAU ELISABETH S. KÖNNEN SICH NUN IM PARTNERLOOK ZEIGEN. WEN DER FOTOLOSE JOHANN N. WOHL BESCHENKT HAT?



STRANDGÜTER

← 3 X FREE SHOPPING AUF SEITE 36 – 37 GEWINNEN!



**BUTTON
VEGANBLUME**
1,00 EURO



**POSTKARTEN
„LOVE“ ODER „VEGAN“**
1 STK. 1,00 EURO
10 STK. 4,00 EURO



**VEG 1
MULTIVITAMIN-PRÄPARAT
MIT B₁₂
90 TABLETTEN
FÜR 3 MONATE
10,00 EURO**



**10 GASTRO KÄRTCHEN
PRAKTISCHE INFOKÄRTCHEN ZUM
HINTERLASSEN BEI WIRT_INNEN, DIE Z.B.
FISCHGERICHTE FÜR VEG HALTEN!**
1,00 EURO



KLASSIKER!



STRANDSCHÖNHEIT!



VEGANMANIA-FAN!



T-SHIRTS ODER TANKS
SWEATSHOP-FREE! 3 MOTIVE ZUR AUSWAHL – AUCH ALS LADY-TANKTOPS!
SHIRTS/TANKS LADYSTYLE: S, M, L, XL
SHIRTS UNISEX: S, M, L, XL
15,00 EURO

10 % RABATT FÜR MITGLIEDER

AUF ALLES!



DVD – DEVOUR THE EARTH
EINE DOKUMENTATION AUF
DVD MIT PAUL MCCARTNEY
ÜBER VERSCHWENDUNG,
KLIMAWANDEL UND ABHOLZUNG
8,00 EURO



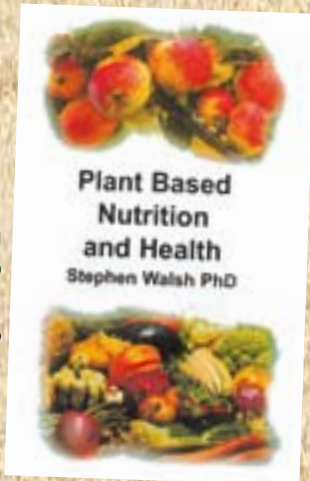
DVD – DAS KLAGEN DER KÜHE
EIN FILM AUF DVD VON
UNITED CREATURES
ÜBER DIE MILCHWIRTSCHAFT
8,00 EURO



**MARTIN SCHLATZER
TIERPRODUKTION
UND KLIMAWANDEL**
EIN WISSENSCHAFTLICHER
DISKURS ZUM EINFLUSS
DER ERNÄHRUNG
AUF UMWELT UND KLIMA
19,00 EURO



**WACKERNAGEL UND BEYERS
DER ECOLOGICAL FOOTPRINT
– DIE WELT NEU VERMESSEN**
WARUM ERNÄHRUNG GROSSEN
EINFLUSS AUF DEN ÖKOLOGISCHEN
FUSSABDRUCK HAT
15,00 EURO



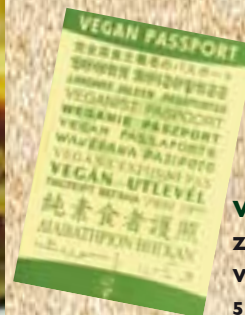
**DR. STEPHEN WALSH
PLANT BASED
NUTRITION & HEALTH**
12,00 EURO



**DR. GILL LANGLEY
VEGANE ERNÄHRUNG**
OBJEKTIVE ERLÄUTERUNGEN
ZUR VEGANEN ERNÄHRUNG
12,00 EURO



**INGE BRAUN
SCHMATZ – VEGANE
HAUSMANNSKOST**
MIT BEZUGSQUELLEN-REGISTER
ZU FLEISCHALTERNATIVEN
8,90 EURO



**VEGAN PASSPORT
ZUR INTERNATIONALEN
VERSTÄNDIGUNG**
5,00 EURO

BESTELLMÖGLICHKEITEN info@vegan.at oder unter +43/1/929 14 988 (bitte Bestellung, Name, Adresse, Telefonnummer auf das Band sprechen) sowie per Post an die VGÖ, Waidhausenstraße 13/1, 1140 Wien.
10 % RABATT für Mitglieder der Veganen Gesellschaft Österreich! **RECHNUNG** liegt der Bestellung bei.
VERSANDKOSTEN sind für Österreich günstiger (maximal 3,80 Euro) als für Resteuropa.

Jetzt mitmachen: Vegi-Partner und Freunde finden!

Gleichklang-Community

Partner, Freunde & Reisepartner
nach Lebensstilen, Zielen und
Bedürfnissen



www.Gleichklang.de

Gleichklang-Mail

Der kostenlose Email-Account
für sozial und ökologisch
orientierte Menschen



www.Gleichklang-Mail.de

JETZT NEU!

www.Gleichklang.de

Gleichklang ist die alternative Dating-Plattform im Internet für eine effektive Partner- und Freundschaftssuche für VeganerInnen, VegetarierInnen, naturnahe, umweltbewegte, gesundheitsbewusste, tierliebe und sozial orientierte Menschen. Bei uns finden sich auch ReisepartnerInnen.

Mitglieder von Gleichklang sind anders:

Mitglieder von Gleichklang legen Wert auf eine ökologische und sozial verträgliche Lebensführung und die Achtung der Rechte der Tiere. Sie beziehen ihre Waren aus Naturkosthandel & Fair Trade. 25% der Mitglieder von Gleichklang sind VegetarierInnen oder VeganerInnen.

Mitglieder von Gleichklang sind echt:

Bei fast allen Dating-Plattformen tragen sich oft die gleichen Mitglieder mehrfach mit mehreren Profilen ein. Viele Profile sind veraltet und längst ungültig. Nicht so bei Gleichklang: Denn wir erheben eine moderate, aber obligatorische Jahres-Mitgliedschaftsgebühr von 40 EUR. Deshalb gibt es bei Gleichklang nur echte Menschen, die ernsthaft nach Partnerschaft oder Freundschaft suchen.



Gehen Sie jetzt online und kommen Sie hinein in unsere besondere
Dating-Community:

➤ www.Gleichklang.de ◀