

# GO VEGAN



COMPASSION



NONVIOLENCE



FOR THE ANIMALS



FOR THE PLANET



FOR THE PEOPLE

„Der Veganismus gehört zu den großartigsten, schönsten und sanftesten Entdeckungen der Menschheit, denn er bietet die Möglichkeit, zu leben, ohne Tiere zu töten und zu quälen, er befreit vom Zwang, zu leugnen und zu verdrängen, er tut niemandem etwas zuleide und setzt mit alledem gewaltige Energien frei. Und nebenbei gesagt : leichter und billiger lässt sich der Planet kaum retten.“

<https://www.zeit.de/zeit-magazin/2018/32/vegan-leben-fleisch-tiere-tierschutz>



Viele Menschen meiden heutzutage die Nutzung von Tieren oder tierischen Produkten. Sie tun dies meist aus ethischen Gründen, weil sie nicht wollen, dass Tiere für sie gequält oder getötet werden. Auch der Umweltschutz und die eigene Gesundheit sind weitere Gründe für eine vegane Lebensweise. Auch immer mehr Prominente wie Schauspieler, Musiker und Sportler leben vegan und sprechen öffentlich über ihre Beweggründe.

In dieser AG soll es darum gehen:

- die Hintergründe einer veganen Lebensweise zu verstehen
- eine neue Ernährungsform auszuprobieren
- die Fülle alternativer pflanzlicher Produkte kennenzulernen
- Milch, Joghurt und Fetakäse z.B. aus Mandeln einfach selber herzustellen
- leckere vegane Brotaufstriche, Burger oder Pizza auszuprobieren
- mit viel Spaß und Kreativität weitere beliebte Gerichte zu „veganisieren“

Erstes Treffen und Anmeldung am Montag 26.8. in der 7/8 Stunde im Bioraum 1 die AG findet 14-tägig statt

