

# Österreichische Vegetarier Union (ÖVU)

<http://www.vegetarier.at/>

## anima Zeitschrift für Tierrechte

tionen zum besseren Verständnis der Erkrankung.

*Irmela Erckenbrecht*

### Wie baue ich eine Kräuterspirale?

Leitfaden für die Gartenpraxis

pala-verlag Darmstadt 2006, 144 Seiten Hardcover 12 x 17 cm, 9,90 EUR(D), 18 sFr ISBN 3-89566-220-8

Unter den dem Vegetarismus Zugeneigten gibt es nicht wenige Naturverbundene, die sich an Gärten erfreuen. Da kann ein Hinweis, wie sich das Stückchen Grün durch eine schmückende und nützliche Attraktion bereichern läßt, nicht schaden. Die Kräuterspirale ist ein Stumpfkegel, ein dreidimensionales schneckenhausartig spiralförmiges Gartenbeet, das mehrere Klimazonen vereinigt und so für die verschiedensten (Küchen-)Kräuter geeigneten Lebensraum bietet. Durchmesser möglichst mindestens drei Meter. Erfunden oder wiederentdeckt wurde sie vom Australier Bill Mollison, der für sein Konzept ‚Permakultur‘ 1981 den alternativen Nobelpreis erhielt. Einfach mit Steinen, Bauschutt etc. herzustellen und zu pflegen. Näheres, dazu einige Kräutertips im Büchlein.

*Arnold Wiegand*

### Vegan + Sport

Vegane Ernährung und Ausdauersport

Books on Demand Norderstedt, ISBN 3-8334-4129-1, 220 Seiten, Paperback 17 x 22 cm, 17,80 EUR (Autor: [www.vegan-sport.de](http://www.vegan-sport.de)).

Unter unseren Lesern dürfte sich die Zahl derer, die dem Autor im 100-km-Laufen oder 25-km-Schwimmen nacheifern wollen, in sehr überschaubaren Grenzen halten. Arnold Wiegand zwar schon lange Lakto-Vegetarier, seit 2003 vegan, hat erst im Alter von rund 40 Jahren seine Liebe zum extremen Ausdauersport entdeckt. In seinem im Selbstverlag veröffentlichten Buch gibt er seine sportlichen Erfahrungen weiter, erläutert, was er isst, und gibt Trainingstips. Dazu eine Fülle fast überfrachtende Infos und Meinungen aus der Literatur zum Thema Ernährung. Für aktiv dem Ausdauersport Zugeneigte wird die Arbeit sicher Bereicherung bedeuten, für den großen Rest ist sie Beweis und Argumentationshilfe für den Wert veganer Lebensform auch in körperlichen Extremsituationen.

Englisch:

'UTOPIA TODAY - REALITY TOMORROW - A vegetarian world' HEUTE UTOPIE - MORGEN WIRKLICHKEIT - eine vegetarische Welt 136 Seiten, 35 Autoren aus 11 Ländern, ISBN 3-909067-05-0, 15 EUR, zu beziehen über: European Vegetarian Union (EVU), Bahnhofstr. 52, CH-9315 Neukirch-Egnach, (Schweiz) oder

über Amazon oder den Buchhandel.

Die Europäische Vegetarier Union (EVU) hat ein neues Buch publiziert. Darin schreiben 35 Autoren aus 11 Ländern, wie sie sich eine vegetarische Welt vorstellen.

Die Autoren - Ernährungswissenschaftler, Ärzte, Bestsellerautoren, Vereinsgründer, Forscher, Computer-Fachleute, Philosophen, Science-Fiction-Fans, Musiker und talentierte Persönlichkeiten - haben uneigennützig zu diesem Projekt beigetragen, das eine bessere Basis für weitere Aktivitäten schaffen möchte.

Die Autoren kommen aus vielerlei Ländern, geprägt durch unterschiedliche kulturelle Gegebenheiten und Religionen, aber eins haben sie alle gemeinsam: die Überzeugung, dass eine mitfühlende Welt nicht nur möglich sondern sogar unvermeidlich sein wird, wenn sich die Menschheit positiv weiter entwickeln soll.

Die Autoren präsentieren ihre eigenen Vorstellungen, wie eine zukünftige Welt aussehen soll, indem sie aus verschiedenen Perspektiven eine mehr mitfühlende Zukunft skizzieren. Das Ergebnis ist eine Mischung aus guten Schwingungen, Licht und Hoffnung.

Es ist leider immer noch Realität, dass Vegetarier eine Minderheit sind, aber WAS für eine Minderheit. Wir sind bereits eine Gruppe der Gesellschaft, mit der man rechnen muss. Was beweist das besser als die vielfältigen Anstrengungen der Lebensmittelindustrie, auf unsere Bedürfnisse einzugehen. Der Veggie-Markt boomt nicht ohne Grund.

*Renato Pichler, Präsident der EVU*

### Danksagung der anima -Redaktion

Zum Heimgangs unserer Christine Beidl, die lange Jahre um die *anima* besorgt war, sind uns viele Kundgebungen des Beileids und der Betroffenheit zugegangen. Wir können sie nicht alle beantworten geschweige denn veröffentlichen und danken Ihnen allen auf diesem Wege. Stellvertretend für alle möchten wir die Zeilen, die die frühere bekannte Schauspielerin und dann Buchautorin, Lebensreformerin und Kämpferin für die Tiere, jetzt Abgeordnete zum Bayerischen Landtag Barbara Rütting geschrieben hat, wiedergeben:

Nach unserer Hertha Heger hat uns nun auch Christine Beidl verlassen. Aber wir wissen es ja, der physische Tod ist nicht das Ende. Und sicher gibt es eine schönere Welt als die, die wir alle gerade aushalten müssen. Auf diese freue ich mich.

*Barbara Rütting*