

Vegan-Brunch Aalen

Probieren • Informieren • Austauschen

Lerne die vegane Lebensweise kennen, oder triff dich mit Gleichgesinnten zum gemütlichen Mitbring-Brunch!

**Jeden 1. Sonntag
im Monat, 11–14 Uhr**

**OFFEN FÜR
JEDERMANN!**

*in der Mensa der
Freien Waldorfschule,
Hirschbachstraße 64*

**mit Info- und
Aktionsprogramm
ab 13 Uhr** *(siehe Rückseite)*



SO FUNKTIONIERT DER VEGANE MITBRING-BRUNCH:

- *Du bereitest einfach ein veganes Gericht für das gemeinsame Buffet vor und bringst es mit. Eine Anmeldung ist dann nicht erforderlich.*
Wichtig:
Vegan heißt frei von allen Tierprodukten, also auch Honig, Sahne, Joghurt, tierfetthaltiger Margarine usw. Wenn du unsicher bist, melde dich bei uns.
- *Falls du kein eigenes Gericht mitbringen kannst, kostet die Teilnahme für dich 10 Euro. Bitte melde dich in diesem Fall eine Woche vorher an.*
- *Brot und Getränke werden von den Veranstaltern bereitgestellt. Dafür und für die Raumkosten bitten wir vor Ort um eine angemessene Spende.*

INFO- UND AKTIONSPROGRAMM 2015

- 4. Januar** Buchvorstellung „Warum wir Hunde lieben, Schweine essen und Kühe anziehen“ (M. Joy)
Achim Stammberger, www.ariwa.org
- 1. Februar** Vorführung „Vegane Klassiker selbst herstellen“
Sonja Raudenbusch, www.reformhaus-kaliss.de
- 1. März** Vortrag „Wirklich vegan? Was man beim Einkauf wissen sollte“
Nora Hoffrichter/Helga Fink, www.die-kichererbse.com
- 5. April** Gesprächsrunde „Wege zum veganen Leben“
mit einführenden Text- und Filmausschnitten
- 3. Mai** Vortrag „Vegane Kinderernährung aus ärztlicher Sicht“
Andre Weinandy, www.tierrechte-stuttgart.de
- 7. Juni** Vortrag „Vegane Ernährung und Leistungssport“
Jasmin Büttner, www.grasdaggl.de
- 5. Juli** Vortrag „Ernährung und Ökologie“
Simon Berg, www.umwelthandbuch-stuttgart.de
- 2. August** Vortrag „Vegane Naturkosmetik“
Claudia Taron, www.akademie-gesundes-leben.de
- 6. September** Grillen im Freien (bei jedem Wetter)
mit Unterstützung durch das Reformhaus Kaliss
- 4. Oktober** Gesprächsrunde „Vegan leben in Aalen und Umgebung“
zur Vorbereitung eines Vegan Guides
- 1. November** Vortrag „Bio-vegane Landwirtschaft“
Anja Bonzheim, www.biovegan.org
- 6. Dezember** Leserunde zur Adventszeit
mit Weihnachtsgebäck und Tee

Kurzfristige Änderungen sind möglich und werden ggf. per E-Mail sowie über die Facebook-Gruppe „Vegan-Brunch Aalen“ bekannt gegeben.



ANMELDUNG UND WEITERE INFORMATIONEN:

Veranstalter:

Animal Rights Watch e. V.
Hirschbachstraße 57, 73431 Aalen
Tel. 07361 9754620
ostwuerttemberg@ariwa.org

Ansprechpartner (Bild):
Achim Stammberger



ARIWA
ANIMAL RIGHTS WATCH

Unterstützt durch:

Reformhaus Kaliss
im MercaturA Aalen
Tel. 07361 64120
sonja.raudenbusch@gmx.de

Ansprechpartnerin (Bild):
Sonja Raudenbusch

