

## Veganuary - Der vegane Januar

Haben Sie schon mal von

# Veganuary

gehört?

Die Organisation Veganuary - Zusammenführung der englischen Worte "Vegan" und "January" - wurde 2013 in Großbritannien von Jane Land und Matthew Glover gegründet. Sie wollen Menschen ermutigen, die vegane Ernährung (die keinerlei tierische Produkte verwendet) einen Monat lang (im Januar) zu testen.

Los ging es im Januar 2014 mit 3.000 Teilnehmer:innen. Heute folgen Millionen Menschen auf der ganzen Welt dieser Bewegung.

(Quelle: [veganuary.com/de](http://veganuary.com/de) | 15.1.2024)

2023 sollen 9% der Erwachsenen in Deutschland am Veganuary teilgenommen haben.

(Quelle: [veganuary.com/de](http://veganuary.com/de) | 15.1.2024).

Sind Sie in diesem Monat mit dabei?

Oder zögern Sie noch, weil Sie sich fragen, was Sie denn dann noch essen können?

Das Angebot ist tatsächlich groß, vielfältig und superlecker.

Und damit meine ich nicht die sogenannten "Fleisch-Ersatzprodukte", sondern Obst, Gemüse, Getreide, Kräuter, Nüsse, Tees ...

Der Januar ist ja schon halb rum? Jetzt "lohnt" es sich auch nicht mehr? Doch. Die Gründer von Veganuary unterstützen mittlerweile mit Ihrem Team ganzjährig Menschen, die die vegane Ernährung für 30 Tage bewußt ausprobieren möchten.

## "Liebe ist die Antwort"

Deva Dagmar Keßlau | Dortmund

Heilpraktikerin | Mediale Mentorin

[mensch-individuell.de](http://mensch-individuell.de)

[Impressum](#)

[Datenschutzerklärung](#)

*Wichtiger Hinweis:*

*Alle meine Blogartikel dienen der Information, der Aufklärung, der Wissensvermittlung. Sie sind nicht geeignet um Selbstbehandlungen oder Selbstdiagnosen durchzuführen oder Behandlungen oder Diagnosen bei anderen Menschen vorzunehmen. Meine Blogbeiträge ersetzen auch nicht eine ärztliche, heilpraktische oder anderweitige therapeutische Beratung, Begleitung oder Behandlung.*