

Que faire aujourd'hui ?

Il y a urgence à **refuser de manger viandes et sous-produits animaux**. La chair n'est pas indispensable à une bonne alimentation et nous pouvons très aisément nous nourrir sans tous ces produits. Indépendamment de nos habitudes alimentaires et culturelles, seules la **pression sociale et une volonté de mépris des animaux nous poussent à les consommer**.

Une nourriture **végétarienne, ou mieux, végétalienne**, composée de céréales, légumineuses (lentilles, pois chiches, etc.), légumes et fruits, apporte ce dont nous avons besoin (les végétaliens doivent veiller à leurs apports en vitamine B12). De nombreux magazines publient des dossiers complets sur **l'équivalence des protéines d'origines végétale et animale**, et sur une alimentation sans produits animaux. Non fondée sur la souffrance, elle nous fait découvrir de nouveaux horizons culinaires, bon marché, simples, variés et excellents.

Il ne s'agit pas même de renoncer aux plaisirs de la table mais simplement d'en changer.

Voici un site de recettes :
<http://cuisinez-vegetalien.net>

Sachons refuser un simple plaisir gustatif lorsque cela va à l'encontre des intérêts capitaux des autres (de notre espèce ou non !) à ne pas souffrir et à ne pas mourir.

Engageons-nous pour que notre société cesse de reposer sur l'exploitation des êtres sensibles et notamment, abolisse la viande !

Sources :

- F. Burgat, *L'Animal dans les pratiques de consommation*, PUF, coll. « Que sais-je ? », n° 374, 1995.
- *Le Bien-être animal...*, PMAF (Protection mondiale des animaux de ferme), 2004.

Petite bibliographie en français

Joan Dunayer,
Poissons. Le carnage, éd. tahn party, 2008 (2,30 €).

Les livres des éditions tahn party sont disponibles gratuitement sur Internet :
<http://tahn-party.org>



Jeffrey Moussaieff Masson & Susan McCarthy, *Quand les éléphants pleurent. La vie émotionnelle des animaux*, éd. Albin Michel, 1997 (20 €).



► *Les Cahiers antispécistes*, revue pour l'égalité animale (plus de 29 numéros parus) dont les textes sont accessibles sur :
<http://www.cahiers-antispécistes.org>

Initiative pour un mouvement mondial pour l'abolition de la viande :
<http://abolitionblog.blogspot.com>
http://fr.m-eat.org/wiki/FAQ_sur_la_campagne

► Peter Singer, *L'Égalité animale expliquée aux humains-es*, éd. tahn party, 2007 (3 €).



Prix libre ; prix de fabrication : 0,08 €. À diffuser sans restrictions.

POLITIQUE – ÉTHIQUE

Pourquoi refuser de manger de la viande ?



Image idyllique de l'élevage véhiculée par la filière « viande ».



Un réseau contre le spécisme

PHOTOS : PMAF, ONE VOICE, DR.