



Be free vegan!

Umweltzerstörung, Plastikstrudel im Ozean und Massentierhaltung! Wir alle haben schon einmal von den desaströsen Auswüchsen unseres übermäßigen Konsums gehört. Doch wir tun viel zu wenig dafür, um den Missstand zu ändern. Deshalb erzählt uns eine Foodsharing-Aktivistin, was sie tut, um uns alle wachzurütteln.



Dagegen scheint es erstaunlich, wie wenig wir von Menschen wissen, die den einfachen Konsumenten aufrütteln und ihm zum verantwortungsbewussten Einkauf inspirieren wollen. Das soll nun anders werden: *back view* hatte die Möglichkeit die Foodsharing-Aktivistin Free Vegan alias Nicoletta zu interviewen. Mit ihrer [Facebookseite](#) und ihrem [YouTube Kanal](#) möchte sie nicht nur zum nachhaltigeren Konsum anregen, sondern vielmehr gleich zum Lebensmittelretten inspirieren.

Liebe free vegan, was ist Foodsharing genau?

Foodsharing ist ein deutschlandweit tätiger Verein. Hier kann jeder nicht mehr benötigte Lebensmittel auf der Internetplattform teilen oder abholen. Natürlich läuft hier alles ohne zu bezahlen ab. Ich bin vor allem auf [Lebensmittelretten](#) ausgerichtet. Das bedeutet, ich und andere Freiwillige holen Nahrungsmittel aus Supermärkten ab, die sonst in der Tonne gelandet wären. Anschließend verteilen wir die geretteten Lebensmittel an die Bevölkerung.

Warum machst Du das?

Ich mache das, weil ich auf die Lebensmittelverschwendung aufmerksam machen möchte. Wir fügen mit unsrem übermäßigen Konsum Tieren, Umwelt und anderen Menschen Leid zu. Ich bin durch eine Freundin auf Foodsharing gestoßen. Und fand die Idee so super, dass ich gleich mitmachen wollte. Leider gab es hier in



Heidelberg keine Initiative. Also fing ich einfach im November letzten Jahres an eine aufzubauen. Erst sehr zaghaft durch Anschreiben an die Betriebe. Dann ist Foodsharing Heidelberg Stück für Stück gewachsen, nun sind wir bereits über 100 Aktivisten.

Waren alle Betriebe gleich begeistert von Deiner Idee?

Das war ganz unterschiedlich. Zu Anfang war das Interesse der Betriebe eher zurückhaltend. Zum einen lag es daran, dass viele Foodsharing nicht kannten und zum anderen einige Händler bereits mit den Tafeln zusammen arbeiteten. Leider haben auch viele erst gar nicht erst zuhören wollen, was hinter dem Konzept Foodsharing steht. Allerdings gab es auch immer wieder Leute die total begeistert waren und sich unbedingt informieren wollten. Andere Unternehmen können sich schließlich durch uns Kosten bei der Müllbeseitigung sparen und ihren Kunden zeigen dass sie Wert auf Nachhaltigkeit legen.

Welche Lebensmittel rettet ihr?

Hauptsächlich Obst und Gemüse. Weil die täglich frisch sein müssen und schnell schimmelig werden. Und Backwaren. Leider macht keine Bäckerei mit, obwohl die die größten "Übeltäter" sind. Bäckereien geben ihre Lebensmittel lieber an die Biogasanlage.

Warum nennst Du Dich free vegan?

Eigentlich wollte ich den Namen meines Youtubekanals und meiner Facebookseite an die Freegan-Bewegung anlehnen. Hier wird das derzeitige Wirtschaftssystem boykottiert, indem einfach nicht mehr konsumieren wird. Free Vegan soll zeigen, dass Foodsharing ein guter Weg ist, um ausgewogen und billig vegan zu leben. Free bedeutet hier, dass man durch Foodsharing beinahe umsonst Essen besorgen kann. Ich benötige zum Beispiel nur einige Specials und gebe nicht mehr viel Geld für Lebensmittel aus. Das „vegan“ im Namen bedeutet, dass diese Ernährungsform zum einen die Ressourcen dieser Erde schont und zum anderen nicht teuer sein muss. Vegan ist eben nicht nur für Snops, sondern auch für ganz einfache Menschen machbar.

Welche Leute machen bei euch mit?

Am Anfang dachte ich, es würden nur Studenten teilnehmen. Aber nun haben wir auch ältere Leute und Bedürftige. Im Sommer saß ich oft draußen, um die Menschen kennenzulernen, wenn sie Lebensmittel bei mir abholten. Es sind ganz unterschiedliche Leute: manche mögen ihren ökologischen Fußabdruck so klein wie möglich halten, andere sind einfach nur gefrustet wegen der Lebensmittelverschwendung, viele haben einfach zu wenig Geld, um sich Nahrungsmittel im Supermarkt zu kaufen.

Auffallend ist allerdings, dass sehr viele Veganer mit dabei sind. Das ist ziemlicher Wahnsinn, scheinbar muss man auf bestimmte Sachen verzichten, um das Lebensmittel an sich wertzuschätzen.

Was sind Deine Ziele für Dich, für die Umwelt und für den Konsumenten?

Ich möchte, dass alle Leute vegan werden (lacht). Das wäre natürlich super, aber eher unwahrscheinlich. Hauptsächlich wünsche ich mir mehr auf das Thema Lebensmittelverschwendung aufmerksam machen zu können, wie ich es bereits auf Facebook und Youtube tue. Zusätzlich will ich erreichen, dass mehr Händler und andere Kooperationen mit Foodsharing zusammenarbeiten und nachhaltiger wirtschaften. Das heißt, dass es kurz vor acht keine vollen Regale mehr in den Supermärkten gibt und Lebensmittel, die älter sind auch noch verkauft werden können. Die Konsumenten sollten nicht mehr so verwöhnt werden und das Lebensmittel an sich mehr wertschätzen. Schließlich möchte ich eine nationale Kooperation mit anderen Städten starten. Zum Beispiel haben wir derzeit Praktikanten aus anderen Städten bei uns, die wir anlernen zu foodsharen. Auch möchte ich aufklären, was mit Lebensmittel passiert, die nicht von uns gerettet werden können.

Ansonsten würde ich gerne so weitermachen und weitere [Videos über das Thema drehen](#).

Was möchtest Du den Leuten mitteilen, die überhaupt nichts mit Umweltschutz, Massentierhaltung und Lebensmittelverschwendung am Hut haben?

Lebensmittelretten ist nur Symptombekämpfung und wird so lange gemacht bis umgedacht wird. Generell geht es sowohl beim Veganismus als auch beim Lebensmittelretten darum nur so viel zu nehmen wie man braucht, denn wer mehr nimmt, nimmt anderen etwas weg. In diesem Sinne „*may you live simple, so that others may simply*



live“.

Vielen Dank für das Interview, free Vegan.

(Text: Magdalena Braun / Foto: Free Vegan)