Vegan Meals in Schools, Hospitals and Prisons.

12/07/2019

Unfortunately, society’s attitude towards vegans tends to be rather a hostile one. When a person decides to change their lifestyle and go **vegan**, it creates shock waves.

The first issue which comes up is the**lack of information about nutrition**. The one thing we are taught is that “you should eat a bit of everything” and this, added to the false myths about vegetarians and vegans, and sensationalist news stories, can plunge someone wanting to make this dietary change, into a sea of doubts and fears. As a result, the first step tends to be one of reading up on nutritional information, planning balanced meals, searching for new recipes and gambling away hours in supermarket aisles reading labels.

Once this phase passes, new habits are internalised and everything becomes more natural. The real problems occur **once you step out of the house**. Society doesn’t make it easy for us. Although we have increasingly more available options when eating out or doing the grocery shopping, it is often still very difficult to find products with no dairy or eggs, or to get to eat something other than salad, grilled vegetables and nuts when travelling.

Then, there’s having to contend with what can be the most difficult of stumbling blocks: **disapproval from the rest of society.** As vegans in Spain, despite some progress, we are still seen as an eccentricity. Whatever is seen as different creates an aversion in many people and it can even lead to mockery. You need only do a quick search on Google to find a myriad of entries which express hatred towards vegans, especially towards those who take an anti speciesist stance.

*As vegans in Spain, despite some progress, we are still seen as an eccentricity.*

**Why is there a tendency to attack people who support as noble a cause as the fight against animal cruelty?** The majority of critics suggest that we exhibit a certain moral superiority, without this generally being the case. As vegans, we confine ourselves to informing and promoting respect towards animals and towards ourselves. Nevertheless, we are the objects of scorn, criticism and of disapproving remarks. The majority of us have had to compile a series of well-researched arguments in order to tackle questions and opinions aimed at finding some crack in our coherence and which aim to discredit a lifestyle which only brings benefits.

With things as they are, **what can we hope for in public institutions?** Is veganism respected in **schools**, hospitals and prisons? In**schools**, there are usually options for pupils with intolerances and allergies if a medical certificate is provided. In some educational centres, pork-free meals are available for Muslim students. Many parents are in a battle demanding that local authorities recognise vegan children’s right to meals which meet their needs, as occurs for religious minorities.  At the end of the day, the decision lies with each scholastic centre. Some at least offer a vegetarian option in the canteen, but the majority reject the parents’ requests. The only alternative for vegan children, is to eat the garnish or the vegetable part of the menu and then fill up at home with a balanced supper.

Something similar occurs in **hospitals** where vegan options are not considered, although in some, the menu is adapted for vegetarians. There are continuous complaints about the poor quality of food offered to patients. The situation is worsened by cuts to healthcare, the scarcity of nutritionists and dietitians in hospitals and by the Government’s apathy. In these institutions it is commonplace to find vending machines with pastries and processed snacks, cookies with milk and sugary cocoa as snacks and very little fruit and vegetables where there should be a push towards healthy habits.

In light of this situation, a vegan patient could find things difficult and discover that their diet becomes very restricted for the duration of their stay as an inpatient. Although they will always have the option of falling back on homemade food brought in by family members. In the United States, the AMA (American Medical Association) has positioned itself, via a press release, in favour of veganism, recommending to all hospitals, that they offer nothing other than this type of meal. This in turn would educate patients about improving their eating habits and many of the diseases associated with the consumption of animal products would be reduced.

But what happens when you can’t go home nor receive Tupperware boxes filled with vegan food? Can a vegan maintain their lifestyle while in **prison**? In theory, and under the protection of the law, yes. Article 226.1 of the Penitentiary Regulations decrees that “in every prison inmates will be provided with properly prepared food which should meet the dietary needs of the prison population and the specificities of age, health, work, climate, customs and, wherever possible, personal and religious convictions”.

Given that veganism is a personal conviction, inmates have the right to be given a suitable menu.  Nevertheless, the evidence reveals a different reality. Prisons offer various dietary options, including vegetarian, in some cases, only when a specific request is made to the director of the centre. This option includes animal products such as eggs, foods with cheese or cow’s milk, which would force inmates to have very limited choices and be left eating just bread and some fruit. Nor are there appropriate vegan alternatives for sale in the commissaries for these inmates.

Many parents are in a battle demanding that local authorities recognise vegan children’s right to meals which meet their needs.

In **the United Kingdom**, the Vegan Society publishes information on their web page urging prison staff to provide a balanced diet for inmates as well as totally cruelty free clothing and toiletries. Furthermore, in 1994, the VPSG (Vegan Prisoners Support Group) was created with the aim of ensuring that vegan inmates have their rights respected and that they have the availability of food, toiletries and clothing options which are free from animal exploitation. In 2009, the association made it possible for prisoners to expressly request that vegan alternatives could be sent in.

In **Argentina**, in 2016 the Senate approved a bill entitled My Vegan Menu with the intention that vegan options be included in every establishment where food was provided by the State, such as in schools, hospitals and prisons. The standard, which was promoted in Chile, was also met with approval by both Chambers. Similarly, other countries such as **Denmark** and **Portugal** have introduced a law to make vegan offerings compulsory in public buildings. In the case of Portugal, the motion was spearheaded by the Associação Vegetariana Portuguesa, and was supported by over 15,000 signatures. The Danish Parliament was inspired by the example led by Portugal and today the country invests a percentage of its resources into providing vegan and organic meals in government agencies.

In **Spain** this is still a pending issue. The Government should encourage consideration and respect for the personal beliefs of an ever-increasing group of the population and always include a vegan option in every public institution.

**Author:** Noemí Alba, Animal rights activist.

**Bueno y Vegano,**your 100% vegan monthly

**Translation:** Clare Rubin, Click Interpreting and Translation

(SOURCE TEXT BELOW:)

Menús veganos en escuelas, hospitales y cárceles

12/07/2019

La actitud social hacia los veganos, por desgracia, suele ser bastante hostil. Cuando una persona decide cambiar su estilo de vida y pasarse al **veganismo**, se genera un fuerte choque.

La primera dificultad que se presenta es la**falta de información a nivel nutricional**. Lo único que nos enseñan es que “hay que comer de todo” y esto, sumado a los falsos mitos sobre vegetarianos y veganos, y a las noticias amarillistas, pueden sumir a la persona que desea hacer este cambio de dieta, en un mar de incertidumbres y temores. Así pues, el primer paso suele ser empaparse de datos sobre nutrición, planificarse dietas equilibradas, buscar nuevas recetas y apostarse horas en los pasillos del supermercado leyendo etiquetas de ingredientes.

Una vez superada esta fase, los nuevos hábitos se interiorizan y todo resulta natural. El verdadero problema aparece **al salir de casa**. La sociedad nos lo pone difícil. Aunque cada vez tenemos más opciones para comer fuera o hacer la compra, sigue siendo complicado, en muchas ocasiones, encontrar productos sin lácteos ni huevos, o salir de viaje y comer algo más que ensalada, parrillada de verduras y frutos secos.

Pero aún hemos de toparnos con el que puede ser el escollo más difícil: **la desaprobación del resto de la sociedad**. Los veganos somos, todavía, en España, y a pesar de los avances, una excentricidad. Lo diferente genera aversión en muchas personas e incluso, suscita burlas. No hay más que hacer una búsqueda rápida en Google para encontrar un sinfín de entradas que expresan odio hacia los veganos, en especial a los que promulgan una postura antiespecista.

*Los veganos somos, todavía, en España, y a pesar de los avances, una excentricidad*

**¿Por qué se tiende a atacar a personas que apoyan una causa tan noble como es luchar contra el maltrato animal?** La mayoría de las críticas apuntan a que ostentamos cierta superioridad moral, sin ser esto cierto, por norma general. Los veganos nos limitamos a informar y promover el respeto hacia los animales y hacia nosotros mismos. Sin embargo, somos objeto de desprecio, de críticas y de comentarios reprobatorios. La mayoría de nosotros hemos necesitado recopilar una serie de argumentos documentados para poder hacer frente a preguntas y opiniones que intentan encontrar algún resquicio de incoherencia a través del cual poder desacreditar un estilo de vida que solo reporta beneficios.

Así las cosas, **¿qué podemos esperar de las instituciones públicas?** ¿Se respeta el veganismo en las escuelas, en los hospitales o en las cárceles? En las**escuelas**, suelen existir opciones para intolerancias y alergias, aportando un certificado médico. En algunos centros también disponen de un menú sin cerdo para alumnos musulmanes. Muchos padres están en lucha para exigir que las administraciones reconozcan a los niños veganos su derecho a tener un menú ajustado a sus necesidades, al igual que se hace con las minorías religiosas.  Al final, es una decisión de cada centro escolar, algunos al menos ofrecen una opción vegetariana en el comedor, pero son más los que deniegan las peticiones de los padres. La única alternativa de los niños veganos, es tomarse la guarnición o la parte de verduras del menú y completar en casa con una cena equilibrada.

En los **hospitales** ocurre algo similar y la opción vegana no se contempla, aunque en algunos si se adapta el menú para vegetarianos. Las quejas por la mala calidad de las dietas que se ofrecen a los pacientes, son continuas. La situación se agrava con los recortes sanitarios, la escasez de nutricionistas y dietistas en los centros hospitalarios y la desidia del Gobierno. Máquinas de vending con bollería y procesados, galletas con leche y cacao azucarado de merienda y muy poca fruta y verdura, son lo habitual en estos centros, en los que se debería promover unos hábitos saludables.

Ante este panorama, un paciente vegano puede tenerlo complicado y ver su dieta muy restringida durante el tiempo que esté ingresado. Aunque siempre tendrá la opción de recurrir a la comida casera que le puedan llevar sus familiares. En Estados Unidos, la AMA (Asociación Médica Estadounidense) se ha posicionado, a través de un comunicado de prensa, a favor del veganismo, recomendando a todos los hospitales, que ofrezcan nada más que menús de este tipo. De esta forma, se educaría a los pacientes para mejorar sus hábitos y se reducirían muchas de las dolencias asociadas al consumo de productos de origen animal.

Pero, ¿qué ocurre cuando no puedes volver a casa ni recibir tuppers con comida vegana?  ¿Puede mantener su estilo de vida una persona vegana que se encuentra en **prisión**? En teoría, y amparándonos en la ley, sí debería. El artículo 226.1 del Reglamento Penitenciario decreta que “en todos los Centros penitenciarios se proporcionará a los internos una alimentación convenientemente preparada, que debe responder a las exigencias dietéticas de la población penitenciaria y a las especificidades de edad, salud, trabajo, clima, costumbres y, en la medida de lo posible, convicciones personales y religiosas”.

Ya que el veganismo es una convicción personal, los reclusos tienen derecho a recibir un menú adaptado a ella.  Sin embargo los testimonios reflejan una realidad diferente. Las instituciones penitenciarias ofrecen varios tipos de dieta, entre ellas una vegetariana, y en algunos casos, únicamente solicitándola expresamente al director del centro. En estos menús se incluyen productos de origen animal como huevos, alimentos con queso o leche de vaca,  lo cual obliga a los internos a llevar una alimentación muy limitada, comiendo pan y algo de fruta. Las alternativas veganas en los economatos de estos centros tampoco venden productos apropiados para estos presos.

*Muchos padres están en lucha para exigir que las administraciones reconozcan a los niños veganos su derecho a tener un menú ajustado a sus necesidades*

En **Reino Unido**, la Vegan Society difunde información en su web para instar al personal de los centros penitenciarios a que proporcionen a los reclusos una alimentación equilibrada así como prendas de ropa y productos de aseo totalmente cruelty free. Además, en 1994 se creó la VPSG (Vegan Prisoners Support Group) con el propósito de cuidar que los reclusos veganos vean sus derechos respetados y tengan opción a disponer de una alimentación, aseo y vestimenta libres de explotación animal. Esta asociación consiguió, en 2009, que estos presos pudiesen solicitar expresamente el envío de alternativas veganas.

En **Argentina**, en 2016 el Senado aprobaba un proyecto de ley titulado Mi menú vegano para incluir una opción vegana en todos los establecimientos que sean provistos de alimentos por parte del Estado, como colegios, hospitales y prisiones. Una norma que fue impulsada en Chile y que también cuenta con la aprobación de ambas Cámaras. De igual manera, otros países como **Dinamarca** y **Portugal** han establecido una ley para que la oferta vegana sea obligatoria en edificios públicos. En el caso portugués, la petición fue lanzada por la Associação Vegetariana Portuguesa, respaldada por más de 15.000 firmas. El Parlamento danés se inspiró en el ejemplo de Portugal y a día de hoy el país invierte un porcentaje de sus recursos en proporcionar menús veganos y biológicos en dependencias del Estado.

En **España** todavía se trata de una asignatura pendiente. La consideración y el respeto por las creencias personales de un grupo de población cada vez más amplio, debe fomentarse desde el Gobierno, incluyendo siempre una opción vegana en todas las instituciones públicas.

**Autora:** Noemí Alba, Activista por los derechos de los animales.

***Bueno y Vegano,***tu mensual 100% vegano