

@franche_hirsute

LE SOUCI AVEC LE MIEL



& 21 autres raisons insoupçonnées
de devenir végan.e



« Après la lecture, il ne reste que l'envie d'agir
pour un monde meilleur ! » Postface de @la.petite.okara



LEDUC
GRAPHIC



Comment ça, il y a un souci avec le miel? On en consomme depuis toujours!

Je ne mange du foie gras qu'une fois par an, c'est rien!

J'adore les animaux! La preuve : j'ai deux chats, un lapin, une perruche...

Vous mangez de la viande mais vous vous posez des questions ?
Vous êtes végétarien.ne mais vous vous posez des questions ?
Vous êtes végane mais vous souhaitez en savoir plus ?
Cette BD documentaire est faite pour vous !

À partir de recherches sourcées, Franche hirsute dresse avec **humour et bienveillance** un état des lieux de la consommation de produits issus d'animaux et propose **des solutions concrètes** pour changer (sans trop d'effort) ses habitudes.

Découvrez **22 sources insoupçonnées d'exploitation animale**, réparties en 5 thèmes de votre vie quotidienne : mode et cosmétique, loisirs, animaux de compagnie, alimentation et fêtes de fin d'année.

ET SI MAINTENANT
VOUS PASSIEZ
À L'ACTION ?



21,90 euros

Prix TTC France

ISBN : 979-10-285-2931-4



editionsleduc.com

LEDUC
GRAPHIC



Rayon : Bande dessinée

LE SOUCI
AVEC LE MIEL

REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

Inscrivez-vous à notre newsletter et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux !
Rendez-vous ici : bit.ly/newsletterleduc

Retrouvez-nous sur notre site www.editionsleduc.com
et sur les réseaux sociaux.



Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable !

« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison.

Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure ! C'est pourquoi nous avons fait le choix de l'écoresponsabilité. Un livre écoresponsable, c'est une impression respectueuse de l'environnement, un papier issu de forêts gérées durablement (papier FSC® ou PEFC), un nombre de kilomètres limité avant d'arriver dans vos mains (90 % de nos livres sont imprimés en Europe, et 40 % en France), un format optimisé pour éviter la gâche papier et un tirage ajusté pour minimiser le pilon !

Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.



Relecture : Catherine Jardin
Maquette : Jennifer Simboiselle
Design de couverture : Antartik

© 2024 Leduc Éditions
76, boulevard Pasteur
75015 Paris – France
ISBN : 979-10-285-2931-4

@franche_hirsute

LE SOUCI AVEC LE MIEL



& 21 autres raisons insoupçonnées
de devenir végan.e

SOMMAIRE

Avant-propos	5	ALIMENTATION	117
MODE & SALLE DE BAINS... 7		Le souci avec la pêche	119
Le souci avec la soie	9	Le souci avec le lait	129
Le souci avec la laine	15	Le souci avec les œufs	137
Le souci avec le cuir	25	Le souci avec le miel	145
Le souci avec le duvet	31	FÊTES DE FIN D'ANNÉE ...153	
Le souci avec les cosmétiques	37	Le souci avec le chapon	155
LOISIRS.....43		Le souci avec le foie gras	163
Le souci avec les zoos	45	Le souci avec le caviar	171
Le souci avec les <i>marinelands</i>	53	Le souci avec les fruits de mer	177
Le souci avec la chasse	59	Postface	184
Le souci avec les animaux acteurs	67	Sources	186
Le souci avec l'art	75	Recommandations	190
ANIMAUX DE COMPAGNIE.83		Remerciements	191
Le souci avec les animaleries	85		
Le souci avec les élevages	91		
Le souci avec les cages et les aquariums	99		
Le souci avec l'équitation	107		

AVANT-PROPOS

Bonjour à tous et à toutes !

Bienvenue et merci d'avoir entamé ce voyage à la découverte du véganisme ! Je m'appelle Judith, ou Franche Hirsute, et je vais vous présenter 22 raisons de devenir végan.e !

Afin de partir sur de bonnes bases, laissez-moi vous donner quelques définitions pour mieux comprendre le contenu des pages suivantes.

OMNIVORE :

Qui se nourrit indifféremment d'aliments d'origine végétale ou animale.

CARNISTE :

Personne qui choisit de consommer de la viande (donc de la carne).

FLEXITARIEN.NE :

Personne qui tend à réduire sa consommation de viande et/ou de produits d'origine animale (terme mis en avant par les lobbies de la viande).

VÉGÉTARIEN.NE :

Personne qui ne consomme pas de viande.

VÉGÉTALIEN.NE :

Personne qui ne consomme ni viande ni aliments issus de l'exploitation animale (œufs, lait, miel...).

VÉGAN.E :

Personne qui boycotte tout aliment, produit ou loisir issu de l'exploitation animale (habillement, cosmétiques, zoos, cuir, laine...).

ANTISPÉCISME :

Mouvement de pensée qui considère que l'espèce n'est pas un critère suffisant pour hiérarchiser le vivant.

Le Souci avec le miel présente les grandes problématiques du véganisme. Vous remarquerez que je n'aborde pas le thème de la viande : j'ai essayé de traiter les sujets qui me semblent moins évidents, ceux qu'on ne soupçonne pas être sources de souffrances. Le but étant d'aider les personnes à mieux comprendre ce mouvement, de montrer que l'exploitation animale se cache dans de nombreux aspects de notre quotidien, et bien sûr de donner des pistes pour devenir vous aussi, si vous le souhaitez, végan.e.

Si vous n'êtes pas végan.e, il est fort possible que vous ne soyez pas d'accord avec plusieurs chapitres. Certains vous révolteront. Vous les trouverez trop extrêmes, radicaux ou bien vous vous sentirez jugé.e. Gardez en tête qu'en général on ne devient pas végan du jour au lendemain, qu'il faut du temps pour accepter et déconstruire des idées qui sont profondément ancrées dans notre société.

Rappelons également que le véganisme n'est pas synonyme d'écologie. Si l'un va parfois de pair avec l'autre, les motivations du véganisme sont avant tout antisécistes, c'est-à-dire centrées sur le bien-être animal.

Une dernière précision qui me semble importante : même si le régime végan est viable pour tout le monde, à toutes étapes de la vie, dans la réalité il existe d'autres formes de contraintes. Une personne célibataire qui a du temps libre aura plus de facilités à changer entièrement son régime alimentaire qu'une femme au foyer qui devra adapter le quotidien de toute une famille. Charge mentale, vie chez ses parents, maladie, neuroatypie, TCA, handicap peuvent représenter de grands freins au véganisme et c'est tout à fait normal de faire comme on peut avec les ressources dont on dispose.

Un petit point sur la forme : vous aurez sûrement remarqué que j'écris en écriture inclusive, vous trouverez donc des termes comme « éleveureuse » ou « cavalier.es », qui désignent tout simplement un éleveur ou une éleveuse, des cavalières et cavaliers.

Vous voilà paré.es ! On y va ? :)

MODE & SALLE DE BAINS





Le savez-vous?

J'ai vécu 4 ans dans la ville de Lyon!

AAAAH, Lyon!

Fourvière...

... les traboules...

... Confluence!

Le parc de la Tête d'Or.



Je commençais tout juste à être végane...



... je ne portais pas encore les lunettes du véganisme!

Alors, allons-y!



CHAUSSONS!

BOUDIN NOIR LYONNAIS

GRATONS



ZOO de la Tête d'Or

TABLIER DE SAPEUR



AH, OUAIS...

LE SOUCI AVEC

LA



Bon. Je caricature un peu, parce que Lyon est la 2^e ville la plus vegan-friendly de France!
 Mais Lyon est aussi la ville de la soie!



D'OU VIENT LA SOIE ?

De cette superbe créature !!



Le BOMBYX MORI !!

On parlera ici principalement du *Bombyx mori*, ou bombyx du mûrier, car même si des araignées et des chenilles fabriquent aussi de la soie, 95% de la production vient de cet insecte.

Comme tous les papillons, le bombyx du mûrier naît au stade **larvaire** : après l'éclosion de l'œuf, la chenille mesure quelques millimètres.



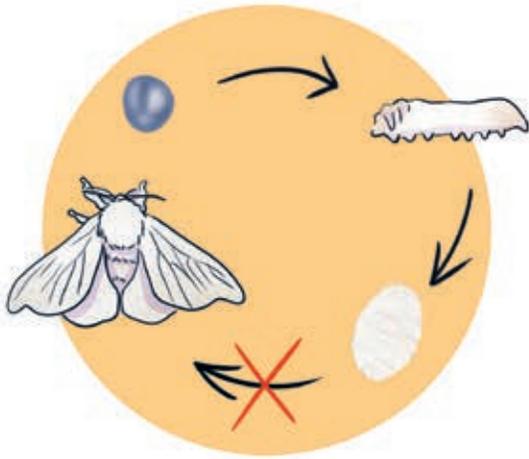
J'ai que doublé mon poids cette semaine.

Petite forme.

Pendant 1 mois environ, cette chenille va multiplier son poids par **10 000**. De 3 mm, elle va atteindre 8 cm. Elle se nourrit principalement de feuilles de mûrier blanc.

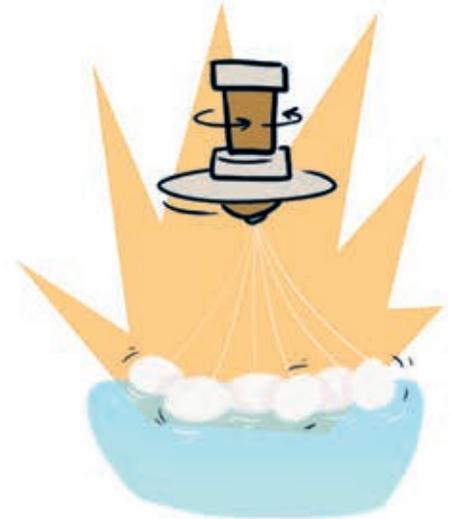
À la fin de ce mois, la chenille crée son cocon en tissant **un seul et unique** fil de soie autour d'elle. Ce cocon va lui permettre de devenir une chrysalide, puis un papillon.





La **sériculture**, qui consiste à élever des « vers » à soie et à récolter les cocons, empêche cette dernière étape dans la vie du bombyx. En effet, si le papillon sort de son cocon, **il fera un trou et rompra ce long fil de soie** qu'il a tissé. Ce qui rend la récolte beaucoup plus compliquée.

Les fils de cocon sont trop fins et irréguliers pour être utilisés directement. On fusionne donc 5 à 14 fils en les déroulant en même temps pour créer un fil de soie : c'est ce qu'on appelle le **dévidage**. Si le papillon arrive à son terme et sort du cocon, on ne peut plus dévider celui-ci avec une machine : les éleveuses doivent carder le fil à la main. Cela prend **plus de temps, pour une qualité moindre**.



POUR POUVOIR DÉVIDER LES COCONS, LES CHRYSALIDES SONT DONC TUÉES PAR ÉTOUFFAGE DANS UNE ÉTUVE (BAIN DE VAPEUR) PORTÉE À 70/80 DEGRÉS.

Pourtant, les bombyx ont encore **2 semaines** à vivre après leur éclosion : cela représente un quart de leur vie!



L'association PETA (People for the Ethical Treatment of Animals) atteste que malgré les appellations **Peace Silk®**, ou soie « Ahimsa », aucune certification n'encadre légalement cette pratique. Des cas de fausse « Peace Silk » ont déjà été recensés.

MAIS CE SONT DES INSECTES, ILS NE SOUFFRENT PAS !



C'est le bon moment pour évoquer le concept de sentience.

La sentience est la capacité d'un animal à éprouver de manière **subjective** son environnement et ses expériences de vie. Les vertébrés et les céphalopodes sont considérés comme sentients et doués d'une conscience. Pour déterminer cela, on parle de « **preuves** » de sentience (protection de blessures, nocicepteurs, communication, etc.) : plus un animal manifestera ces signaux, moins sa sentience sera discutable.

La sentience des insectes n'a jusqu'ici pas été officiellement admise, notamment parce qu'il y a une énorme **diversité** au sein des insectes (1 million d'espèces, contre 3800 espèces chez les mammifères). Certains sont plus susceptibles que d'autres d'être sentients, comme les abeilles ou les grillons.

C'est alors qu'entre en jeu le principe de précaution !



Si pour l'instant nous ne pouvons pas certifier la sentience des insectes, mieux vaut appliquer un principe de précaution et ne pas les exploiter.

DES MILLIERS D'INDIVIDUS EN JEU

Si sentience il y a, les conséquences s'appliqueraient sur des **milliards d'individus**. Parqués dans des tiroirs, les petits élevages de chenilles comptent 15 000 têtes et ont 4 élevages par an. Il n'y a besoin que de 60 m² pour faire éclore 40 000 œufs.

1 kg de soie
=
6 600 chenilles tuées



UNE PROTECTION JURIDIQUE INEXISTANTE

Les insectes ne bénéficient actuellement d'**aucun encadrement**, que ce soit sur leurs conditions de vie, la gestion de la douleur (anesthésie, analgésique) ou leur mise à mort (étourdissement).



QUELLES SOLUTIONS ?

Contrairement à la laine et au cuir, la soie est un matériau dont on peut facilement se passer. Elle reste rare et luxueuse, que ce soit dans les vêtements ou les cosmétiques.

VOICI, MALGRÉ TOUT, QUELQUES ALTERNATIVES VESTIMENTAIRES À LA SOIE !

LA SOIE VÉGÉTALE

Obtenu à partir de **l'aloé vera**, elle s'appelle aussi sabra. Elle réfléchit la lumière, est infroissable et plus résistante que la soie animale !

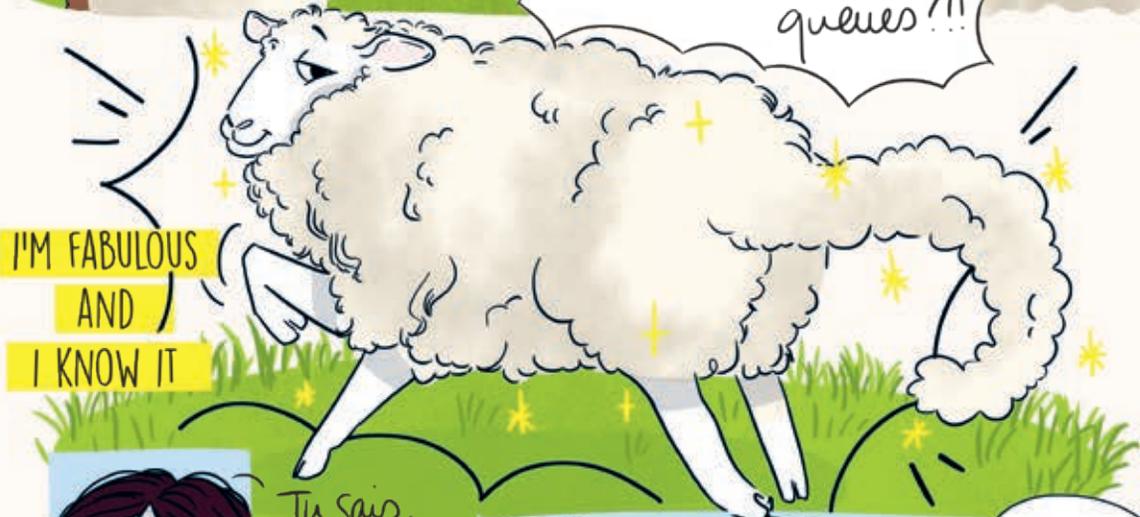
LE SATIN

Un des matériaux qu'on trouve le plus facilement. La satin n'est pas une matière en soi mais le résultat d'une **façon de tisser**.

LA SOIE D'AGAVE

Faite avec des **feuilles d'agave**, elle est aussi brillante que la soie des bombyx, tout en étant biodégradable, et elle est plus résistante !





LE SOUCI AVEC LA LAINE

LAINE : Fibre pouvant provenir de la toison de plusieurs animaux (lama, lapin, chèvre, chameau, etc.).

Nous nous intéresserons ici à la laine ovine.

