

## **Personalidades del cine y la cultura se vuelcan con Veganuary 2024**

**Sólo quedan unas horas para el inicio del reto que propone la ONG Veganuary en todo el mundo: probar a comer vegano durante el mes de enero. Dani Rovira, Clara Lago, Elisabeth Larena, Núria Gago, Nathalie Poza o David Pareja son solo algunos de los rostros populares que apoyan la iniciativa y explican sus motivos para ello**

Personalidades del cine y la cultura se suman a Veganuary 2024, que invita a probar una alimentación saludable, sostenible y respetuosa con los animales durante un mes.

La importancia de sentirse bien

"Ser vegana es una decisión que ha traído mucha felicidad a mi vida", declara la actriz y escritora Núria Gago. "Si estás empezando a hacerte preguntas que te resultan muy incómodas acerca de la manera en la que esta sociedad trata y consume a los animales, Veganuary es tu movimiento".

La actriz Elisabeth Larena considera Veganuary una gran iniciativa: "Siempre he pensado que son los valores los que nos dan seguridad en uno mismo y en las decisiones que tomamos. Pensar que todos los días hago algo activamente para ayudar a los animales me ha dado sentido y fuerza. Es curioso como algo tan fácil me hace sentir genial".

Salud, sostenibilidad, respeto a los animales

Para David Pareja, todo son ventajas: "Cada vez hay más estudios y organismos que confirman lo que las personas veganas llevan décadas diciéndonos: que la alimentación plant-based y una forma de vida sin explotación animal es buena para los seres humanos, para el resto de los animales y para el planeta. Son todo beneficios. Está en nuestra mano que cada vez estemos más cerca de ese futuro mejor y de ese mundo menos egoísta y más empático en el que queremos vivir".

"Me sumo a Veganuary porque el impacto de nuestras decisiones es enorme y creo que con pequeños gestos podemos provocar grandes cambios. Contar con un mes de orientación y apoyo me parece una gran oportunidad para ir transformando nuestros hábitos hacia una alimentación más respetuosa con los otros animales y con el planeta", señala la actriz Nathalie Poza.

Más que un granito de arena

"Amar tiene que ver con la capacidad de conectar con la gratitud, con abrir el corazón, con ser lo suficientemente humildes como para no ponernos por encima de nada ni nadie. Porque el amor está en todo y en todos y creo que ahí radica el sentido de la vida... en aprender a amar. Pues bien, os traigo una noticia: el veganismo es amor", dice la actriz Clara Lago que es fundadora, junto a Dani Rovira, de la Fundación Ochotumbao.

El actor y comediante Dani Rovira declara: "Me uno a la iniciativa de Veganuary porque creo que es

más importante convencer que vencer, sobre todo de una manera no invasiva ni autoritaria, sino haciendo que la gente entienda la importancia del veganismo para la sostenibilidad del planeta y mejorar nuestro trato con el resto de los seres vivos de otras especies. La propuesta de estar el mes de enero llevando unos hábitos veganos me parece preciosa y muy acertada. A veces colaboramos en causas con la esencia de "aportar mi granito de arena", en este caso, podríamos decir, que Veganuary invita a "quitar nuestro granito de crueldad" en el mundo".

Enlace para inscribirse, de forma gratuita, en el reto Veganuary 2024: <https://veganuary.com/es-es/inscribete/>

Dossier prensa Veganuary 2024: <https://veganuary.com/wp-content/uploads/2023/11/Veganuary-Dossier-Prensa-2024.pdf>

**Datos de contacto:**

Lucía Arana

Jefa de Prensa Veganuary España

678936502

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nutrición](#) [Gastronomía](#) [Sociedad](#) [Industria Alimentaria](#) [Sostenibilidad](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>