

Cher Neymar,

Je vous écris au nom de PETA France, une affiliée de PETA États-Unis – la plus grande organisation de défense des droits des animaux dans le monde, qui compte plus de 6,5 millions de membres et sympathisants – après avoir appris que vous aviez testé une alimentation végétane afin de vous remettre plus rapidement de vos récentes blessures. C'est une excellente initiative selon nous, et nous aimerions vous encourager à continuer sur cette lancée – **aussi, nous sommes heureux de vous faire parvenir quelques friandises véganes, dont des cupcakes « footballs » !**

Allons droit au but : manger végétan permet de sauver presque 200 animaux par an, mais là n'est pas le seul avantage. De nombreux sportifs de haut niveau sont végétans car ils ont trouvé qu'une alimentation excluant les produits animaux est bénéfique à leur forme physique en plus d'alléger leur conscience. Il suffit de visionner le documentaire à succès *The Game Changers*, qui aborde l'explosion de l'alimentation végétale dans le sport professionnel en rapportant faits scientifiques et témoignages d'athlètes d'élite, pour s'en rendre compte ! Il met en scène certains des sportifs les plus performants au monde, dont le champion de Formule 1 **Lewis Hamilton**, le tennisman de renom **Novak Djokovic** ou encore la star de la NBA **Chris Paul**.

La longue liste d'athlètes carburant aux plantes comprend également les sœurs et joueuses de tennis **Serena et Venus Williams** ; le champion olympique **Carl Lewis** ; le coureur d'ultra-endurance **Rich Roll** (qui a complété cinq triathlons en une semaine !) ; le champion d'arts martiaux mixtes **Mac Danzig** ; le boxer **Timothy Bradley** ; **Patrik Baboumian**, qui a remporté le titre d'homme le plus fort d'Allemagne en 2011 ; **Barney Du Plessis**, voté M. Univers en 2014 ; et bien d'autres.

Les pros du foot ne sont pas en reste, citons notamment **Fabian Delph** et **Hector Bellerín**, qui ont tous deux participé à la Coupe du Monde FIFA 2018, et **Chris Smalling**, défenseur du Manchester United, et de nombreux footballeurs de haut niveau reconnaissent les bienfaits d'une alimentation sans viande, dont **Lionel Messi**, **Jermain Defoe** et **Sergio Agüero**.

L'alimentation végétane présente de nombreux avantages pour la santé humaine. Les autorités de santé telles que la British Medical Association confirment qu'une alimentation végétale bien planifiée est saine et riche en nutriments et permet de diminuer le risque de souffrir de maladies cardiaques, de diabète de type 2, d'obésité et de certains types de cancers.

En plus d'être bénéfique à la santé et à l'endurance sportive, devenir végétan est le meilleur moyen de protéger la planète et les animaux. En effet, les êtres sensibles élevés pour la viande, les œufs et les produits laitiers passent leurs courtes vies enfermés dans des cages ou des hangars sombres et insalubres, ils subissent des mutilations (les poules sont débecquées et on coupe les queues des cochonnets sans traitement antidouleur) et ils finissent violemment tués à l'abattoir.

Organisations affiliées

- PETA Allemagne
- PETA Asie
- PETA Australie
- PETA États-Unis
- PETA Inde
- PETA Pays-Bas
- PETA Royaume-Uni

Manger végétarien pourrait vous permettre d'avoir plus d'énergie et de profiter de périodes de récupération et de guérison plus courtes – tout en vous régalant grâce à la variété de délicieux aliments, plats et friandises végétariens disponibles aujourd'hui. Les [protéines végétales sont riches et variées](#) et forment le carburant parfait pour une forte activité physique, ne contenant pas le cholestérol que l'on trouve dans les produits d'origine animale.

Au cas où cette expérience vous tente, je vous fais parvenir notre « **Guide du végétarien en herbe** », qui contient des astuces et des informations sur cette alimentation plus respectueuse de tous.

N'hésitez pas à me contacter pour toute question. Je suis joignable à IrisD@petafrance.com.

Je vous prie de recevoir l'expression de mes meilleurs sentiments,

Iris Douzet
Chargée de campagnes
PETA France
PETAFrance.com

Dear Neymar,

I am writing to you on behalf of PETA France, which is an affiliate of PETA US – the largest animal rights organisation in the world, with over 6.5 million members and supporters – after learning that you trialed a vegan diet in order to recover faster from your recent injuries. We think this is a great initiative, and we would like to encourage you to continue on this path – **therefore, we are delighted to gift you some vegan treats, including some 'football' cupcakes!**

While one of the main *goals* of going vegan might be to save animals (specifically 200 animals a year), it's far from being the only advantage. Many top athletes are vegans because they have found that a diet that excludes animal products is beneficial to their physical form in addition to giving them a clear conscience. The hit documentary *The Game Changers*, illustrating the explosion of plant-based foods in professional sport shows it perfectly! It highlights some of the world's most successful athletes, including Formula 1 champion **Lewis Hamilton**, renowned tennis player **Novak Djokovic** and NBA star **Chris Paul**.

The long list of plant-fuelled sportsmen and women also includes sisters and tennis players **Serena and Venus Williams**; Olympic champion **Carl Lewis**; ultra-endurance runner **Rich Roll** (who completed five triathlons in one week!); mixed martial arts champion **Mac Danzig**; boxer **Timothy Bradley**; **Patrik Baboumian**, who won Germany's strongest man title in 2011; **Barny Du Plessis**, voted Mr. Universe in 2014; and many others.

Organisations affiliées

- PETA Allemagne
- PETA Asie
- PETA Australie
- PETA États-Unis
- PETA Inde
- PETA Pays-Bas
- PETA Royaume-Uni

Football pros are far from lagging behind, including **Fabian Delph** and **Hector Bellerín**, who both competed in the 2018 FIFA World Cup, and Manchester United defender **Chris Smalling**, and many top footballers recognize the benefits of a meatless diet, including **Lionel Messi**, **Jermain Defoe** and **Sergio Agüero**.

Plant-based food has many benefits for human health. Health authorities such as the British Medical Association confirm that a well-planned plant-based diet is healthy and rich in nutrients and reduces the risk of suffering from heart disease, type 2 diabetes, obesity and certain types of cancers.

In addition to being beneficial to health and athletic endurance, becoming vegan is the best way to protect the planet and animals. In fact, sentient beings raised for meat, eggs and dairy products spend their short lives locked in dark and filthy cages or sheds, they undergo mutilations (hens are debeaked and piglets' tails are cut off without painkillers) and meet a violent end in slaughterhouses.

Eating vegan could allow you to have more energy and benefit from shorter recovery and healing periods – while enjoying the variety of delicious vegan foods, dishes and treats available today. Plant proteins are rich, plentiful and varied, and are the perfect fuel for high levels of physical activity, as they are free from the cholesterol found in animal products.

I am sending you our "Vegan Starter Kit", which contains tips and information on this more respectful diet.

Do not hesitate to contact me if you have any questions. I can be reached at IrisD@petafrance.com.

Sincerely,

Iris Douzet
Campaigns coordinator
PETA France
PETAFrance.com

Organisations affiliées

- PETA Allemagne
- PETA Asie
- PETA Australie
- PETA États-Unis
- PETA Inde
- PETA Pays-Bas
- PETA Royaume-Uni