

SOBOTA, 22. AVGUST, OD 10:00 DO 20:00
LJUBLJANA, POGAČARJEV TRG



2026 VEGA**FEST**

FESTIVAL VEGANSTVA IN TRAJNOSTI



UTRINKI IZ PREJŠNJIH VEGAFESTOV



PROGRAM VEGAFEST 2026



- KONCERT: **ALEKSANDRA ILIJEVSKI & MARIO BABOJELIĆ**
SKLADBE NEKDANJE ZASEDBE PLIŠ S ŠČEPCEM IZBRANIH PRIREDB
- **ŠPORTNI IZZIV VEGAFESTA 2026 Z LARO ŠUŠMELJ**
- KONCERT: **NUŠA ROJS**
KARIZMATIČNA PEVKA Z NALEZLJIVO POZITIVNO ENERGIJO
- **VEGANSKE KUHARKE DELAVNICE Z DEGUSTACIJAMI**
- RAP NASTOP: **IFEEL (DRAGAN ŠURLAN)**
RIME Z MOČNIM GLASOM ZA ŽIVALI Z ZANIMIVO POPESTRITVIJO
- KONCERT: **DUO COUP D'ETAT**
SLOVENSKE, TUJE TER EX-YU SKLADBE V UNIKATNEM SLOGU
- **TEKMOVANJE NAJ JED VEGAFESTA 2026**
- RAP NASTOP: **V FOR VEGETA**
KOLEKTIV S SVEŽIMI RIMAMI, POLNIMI VITAMINOV IN ENERGIJE

Program s časovnico bo objavljen na
www.vegafest.si in FB dogodku.

Cel dan bodo na voljo tudi bogat **srečelov**,
razstava "Kaj vegani sploh jedo?", točka **virtualne resničnosti**, stojnica **Veganskega izziva** in **#fotookvirček**.





Vabljeni na Vegafest – največji slovenski festival veganstva in trajnosti, ki letos praznuje svojo štirinajsto izvedbo! Pogačarjev trg v Ljubljani bo v soboto, 22. avgusta 2026, pravo mesto za vse, ki verjamemo v sožitje z živalmi in naravo.

Na festivalu se bodo predstavila podjetja z raznoliko vegansko ponudbo, restavracije s popularnimi jedmi v rastlinski preobleki in društva za zaščito živali. Na odru Vegafesta bo potekal zabavno-izobraževalni program z glasbenimi izvajalci, športnimi nastopi in kulinaričnimi predstavitvami. Na prizorišču boste našli tudi interaktivne točke našega društva, kjer se boste lahko preizkusili v zanimivih izzivih, izvedeli kaj novega in osvojili simpatične nagrade.

Vegafest želi predstaviti prednosti veganskega načina življenja in spodbuditi pozitiven odnos do živali, planeta in samega sebe. Skupaj lahko ustvarimo odgovorno in ozaveščeno družbo ter boljši svet!

Več informacij o festivalu in organizatorju najdete na www.vegafest.si in www.vegan.si.

Welcome to Vegafest, the largest Slovenian festival of veganism and sustainability. On Saturday, 22 August 2026, Pogačar's Square in Ljubljana will be a must-see for everyone who feels our coexistence with animals and nature is important.

The festival will feature companies offering a wide variety of vegan products, restaurants serving popular dishes in a plant-based version, and animal protection organizations. Our stage will host an entertaining and educational program, including live music, sports performances, and culinary presentations. You'll also find interactive stations where you can take part in fun challenges, learn something new, and win charming prizes.

Vegafest aims to showcase the benefits of a vegan lifestyle and inspire a positive relationship with animals, the planet, and ourselves. Together, we can create a responsible and conscious society, and a better world!

More information about the festival and the organizer can be found at www.vegafest.si and www.vegan.si.

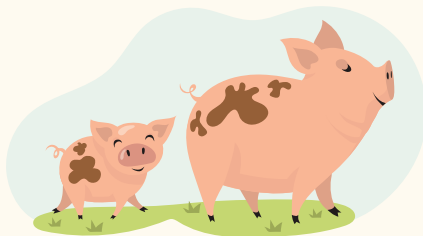
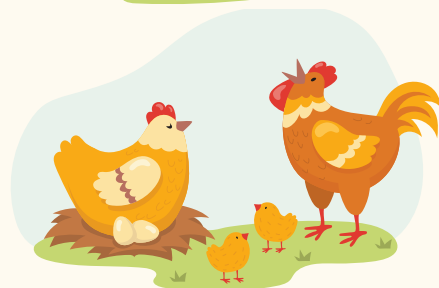
KAJ ŽE JE VEGANSTVO?
VEGANSTVO JE ETIČNI ODNOS
ČLOVEKA DO ŽIVALI



Veganstvo ni le način prehranjevanja – je etično načelo, ki temelji na prizadevanju, da s svojim ravnanjem ne povzročamo nepotrebne škode. Ta filozofija in način življenja se hitro širita med ljubitelji živali, zaščitniki okolja in vsemi, ki želijo živeti aktivno in zdravo življenje.

Kdor je vegan, ne uživa izdelkov živalskega izvora (mesa, rib, mleka in jajc), ne nosi oblačil iz živalskih materialov (usnja, krzna, volne, puha) in ne uporablja na živalih testirane kozmetike. Za zabavo izbere takšne aktivnosti, ki ne vključujejo izkoriščanja živali.

Osnova veganske prehrane so stročnice, žita, sadje, zelenjava, gobe, alge, oreščki in semena. Gre za ugodna in dostopna živila, iz katerih lahko ustvarjamo rastlinske različice klasičnih in tradicionalnih jedi kot tudi inovativne kulinarčne kreacije. Veganstvo ne pomeni odrekovanja, temveč uvajanje boljših navad in odkrivanje bogate palete novih okusov.



KER MI JE MAR ZA ŽIVALI!

Veliko nas trdi, da imamo radi živali. Toda ta trditev je vsakodnevno na preizkušnji, ko izbiramo, kaj bomo postavili na svoj krožnik. Kar za nas predstavlja trenutek užitka, za živali na farmah, hlevih in klavnicah pomeni trpljenje in prezgodnjo smrt.

Živali so za razliko od rastlin čuteča in zavestna bitja. V marsičem so nam zelo podobne - občutijo strah in bolečino, zavedajo se sebe in svoje okolice, gradijo zaupanje, navezujejo stike z bližnjimi in imajo veselje do življenja. Človeštvo nas zaradi lastne koristi obrača stran od teh podobnosti ter živali označuje kot številke in potrošne izdelke. Pa je to prav?

Predstavljajte si, da žival, ki se je rodila v ujetništvu, nikoli ne okusi svobode in živi le zato, da nekoč postane del našega obroka. Njeno kratko življenje mine brez veselih trenutkov, brez možnosti izbire.

IMAMO IZBIRO.

Lahko se odločimo za pot, ki ne vključuje trpljenja drugih čutečih bitij. Namesto slepega sledenja prevladujočim navadam lahko ozave-stimo svoje odločitve in se odločimo za manjše spremembe. **V trgovini preprosto posežemo po izdelkih z druge police.**

BODIMO ZAŠČITNIKI.

Postanimo zaščitniki tistih, ki ne morejo govoriti zase, tistih, ki smo jih v otroštvu imenovali 'prijatelji'. V času svojega življenja lahko že samo s prehodom na vegansko prehrano pri-zanesemo tudi preko 10.000 živalim. S svojimi dejanji pokažimo, da naša **ljubezen do živali ni le prazna beseda**, temveč resnična zaveza k bolj sočutnemu svetu.

ŽIVLJENJSKA DOBA »REJNIH« ŽIVALI:

STAROST PRI ZAKOLU

NARAVNA ŽIVLJENJSKA DOBA

telički		1-24 tednov	15-20 let
piščanci		5-7 tednov	do 8 let
prašiči		6 mesecev	10-12 let
biki		18 mesecev	15-20 let
kokoši »nesnice«		1-2 leti	do 8 let
krave »mlekarice«		4 leta	15-20 let



KER MI NI VSEENO ZA OKOLJE!

Živinoreja velja za enega največjih virov okoljskega uničevanja. Prispeva k segrevanju ozračja, izčrpavanju vodnih virov, uničevanju gozdov in propadanju morskih ekosistemov.

Toplogredni plin metan, ki nastaja pri reji živali, ima 30x večji vpliv na učinek tople grede kot ogljikov dioksid. Zaradi vse večjih potreb živinoreje se množično izsekavajo gozdovi – pljuča našega planeta – ter porabljajo ogromne količine pitne vode za gojenje krmnih rastlin in napajanje živali. Namesto da bi površine namenili pridelavi hrane za ljudi, se ogromen del zemljišč uporablja za pridelavo krme za živali. Nastajajo velike količine živalskih odpadkov.

Z intenzivnim ribolovom in onesnaževanjem oceanov uničujemo tudi morske ekosisteme, ki proizvedejo kar 80 % kisika na našem planetu.

Ko vemo, kako uničujoče so te prakse, se moramo vprašati: ali lahko upravičimo njihovo nadaljevanje, če imamo na voljo okusne in dostopne rastlinske alternative?

Odločitev, kaj položimo na krožnik, je tudi odločitev o tem, kakšen svet želimo pustiti prihodnjim generacijam.

ZARADI SLABEGA IZKORISTKA PRI VMESNIH KORAKIH V PRIDELAVI ŽIVIL ŽIVLSKEGA IZVORA, JE PREHRANJEVANJE Z NJIMI ZELO POTRATNO.



PRIDELAVA VEGANSKE PREHRANE TEH VMESNIH KORAKOV NIMA.



Cassidy in sod., 2013; Mottet in sod., 2017

KER ŽELIM ZDRAVO ŽIVETI!

Negativni učinki uživanja živalskih izdelkov vplivajo ne le na živali in planet, temveč tudi na naše zdravje. Veganska prehrana pa prinaša številne zdravstvene koristi:



NIŽJE TVEGANJE ZA SRČNO-ŽILNE BOLEZNI

Vegani imajo nižje vrednosti LDL holesterola in krvnega tlaka, kar zmanjšuje tveganje za bolezni srca in ožilja. Prehrana, bogata s sadjem, zelenjavo, polnozrnatimi žitaricami in oreščki, pomaga ohranjati zdravo srce.



BOLJŠA TELESNA TEŽA IN MANJŠA POJAVNOST DEBELOSTI

Veganska prehrana običajno vsebuje manj kalorij in več vlaknin, kar pomaga pri vzdrževanju zdrave telesne teže. Študije kažejo, da imajo vegani nižji indeks telesne mase (ITM) kot vsejedci.



NIŽJE TVEGANJE ZA SLADKORNO BOLEZEN TIPA 2

Rastlinska prehrana lahko izboljša občutljivost na inzulin in pomaga pri nadzoru ravni sladkorja v krvi, kar zmanjšuje tveganje za sladkorno bolezen tipa 2.



NIŽJE TVEGANJE ZA NEKATERE VRSTE RAKA

Veganska prehrana lahko zmanjša tveganje za določene vrste raka, kot so rak debelega črevesa, dojke in prostate. Rastlinska hrana je bogata z antioksidanti in vlakninami, ki ščitijo pred rakavimi obolenji.



BOLJŠA PREBAVA IN ZDRAVO ČREVESJE

Rastlinska prehrana je bogata z vlakninami, kar izboljša prebavo in spodbuja zdravo črevesno mikrobioto, preprečuje zaprtje.



PRIDRUŽITE SE GIBANJU ZA BOLJŠE ZDRAVJE

Svetovne prehranske organizacije potrjujejo primernost veganske prehrane za vse starostne skupine. Prijavite se na naš Veganski izziv in naredite prve korake k bolj zdravemu načinu življenja!

VEGANSKI IZZIV!



BREZPLAČEN PROGRAM

30 dni te bo vsak dan v tvojem nabiralniku pričakala e-pošta z uporabnimi napotki, ki te bodo vodili skozi Veganski izziv. Prijaviš se lahko kadarkoli in z izzivom pričneš že naslednji dan. Pri izzivu ti bodo v pomoč tudi veganski mentorji.

VEČ KOT 100 RECEPTOV

Vsak dan bomo na tvoj elektronski naslov poslali jedilnik s preprostimi in okusnimi recepti za zajtrk, kosilo in večerjo. Naučil se boš pripravljati vse od juh do slavnostnih jedi in sladici.



NASVETI IN IDEJE

Svetovali ti bomo, kaj vključiti v vegansko shrambo, poslali sezname veganskih trgovin in restavracij, delili namige o ugodnih nakupih ter ti predstavili aktualne bloga, filme in strokovno literaturo.



PRIJAVI SE NA: **izziv.si**



SLOVENSKO VEGANSKO DRUŠTVO
vegan.si

PREDSTAVITEV PROJEKTA: **ZELENI PRIROČNIK**



Kaj če bi en sam jedilnik lahko hkrati izboljšal zdravje otrok in razbremenil planet? Zeleni priročnik je nastal prav s tem ciljem: kot konkreten **pripomoček, namenjen šolskim kuharjem in organizatorjem šolske in vrčevske prehrane** pri prehodu na trajnostno kuhinjo.

Priročnik združuje **teoretični del s strokovno in znanstveno utemeljenimi razlogi** za spremembo ter **praktični del s kar 100 okusnimi recepti** za rastlinske obroke, prilagojene vzgojno-izobraževalnim ustanovam.

Jedilnik vsebuje 2,6-krat več beljakovin, 1,8-krat več železa, 1,5-krat več kalcija in 1,3-krat več cinka od priporočil. V primerjavi z vsejedinim jedilnikom vsebuje 32 % več vlaknin

in ima 21 % višji antioksidativni potencial. Njegova glavna prednost pa je 850 kg izpustov toplogrednih plinov manj na posameznega otroka letno.

Obroki so zelo premišljeno zasnovani, saj so **cenovno dostopni in primerni za vse**. V slovenski prostor postavljajo idejo o **univerzalnem obroku**, ki je primeren tako za splošno populacijo kot tudi za vegane, vegetarijance, mnoge alergike in osebe z verskimi prehranskimi posebnostmi. Priročnik je izjemno uporaben **tako za starše kot za strokovne delavce**.



Brezplačen prenos:



PREDSTAVITEV PROJEKTA: VODIČ ZA STARŠE

Prehrana v vrtcu in šoli bi morala spoštovati vrednote otrokove družine, a v praksi to še zdaleč ni samoumevno.

Ali ste vedeli, da je veganstvo v Evropi **pravno zaščiteno** kot svetovni nazor in ima enak status ter zaščito kot verska prepričanja? Starši imajo zato pravico, da svoje otroke vzgajajo v skladu s svojimi vrednotami, kar **vključuje tudi izbiro obrokov v vrtcu ali šoli.**

Kljub temu pa večina staršev v šoli ali vrtcu še vedno naleti na nerazumevanje, odklonilen odnos ali celo zahteve po zdravniških potrdilih,

ki nimajo nobene pravne podlage. Zato smo pripravili Vodič za starše, praktičen priročnik, ki prinaša **pravne argumente, konkretne korake, primere uspešne komunikacije z vrtci in šolami ter odgovori na najpogostejša vprašanja.**

Namenjen je vsem staršem, ki želijo svojim otrokom zagotoviti veganski obrok in hkrati narediti korak naprej k bolj vključujočemu šolskemu sistemu.

Brezplačen
prenos:



Za vse našete aktivnosti ne prejemo nikakršne finančne podpore s strani države. Takšni projekti ne bi mogli nastati brez vaše podpore, ki nam jo lahko izkažete v obliki donacije, namenitve 1 % dohodnine, članstva ali prostovoljstva.

RECEPTI

RIŽEVI REZANCI Z ARAŠIDOVO OMAKO

Avtorica: Maja Hrovat / Veganski izziv

Priprava: 40 minut

Sestavine (2 osebi): 200 g tofuja • 2–4 kosi suhih ali svežih šitake gob • 100 g rdeče paprike • 100 g korenja • 100 g bučke • 100 g pora • 100 g kitajskega zelja • 2 žlici sezamovega ali arašidovega olja • 1 žlička svežega ali ½ žličke mletega ingverja • 200 g širokih riževih rezancev • 2 žlici arašidovega masla • 2 žlici svetle sojine omake • 4 žlice vode • ½ žličke mlete rdeče paprike • ¼ žličke česna v prahu • ½ limete • dodatki: čili omaka, mleti arašidi, sveži sojini kalčki

Priprava: Tofu narežemo na tanke paličice in jih 5–10 minut pečemo na žlici olja. Zavremo vodo in v njej 10 minut namakamo šitake gobe. Zelenjavo in odcejene šitake narežemo na zelo tanke paličice. Naribamo sveži ingver. Riževe rezance pripravimo po navodilih na embalaži. V skledici zmešamo arašidovo maslo, sojino omako, začimbe in nekaj žlic vode. V voku na žlici olja hitro popražimo ingver. Dodamo tršo zelenjavo, ki jo na visoki temperaturi pražimo 1–2 minuti. Nato dodamo preostalo zelenjavo in pražimo še 1–2 minuti. Dodamo riževe rezance in zalijemo s pripravljeno arašidovo omako. Premešamo in pražimo še minuto. Postrežemo z rezinami limete in izbranimi dodatki.



VEGANSKA PRATA Z RASTLINSKO ŠUNKO

Avtorica: Maja Hrovat / Zeleni priločnik

Priprava: 50 minut

Sestavine (4 osebe): 2 žlici lanenih semen
• 120 ml vode • 200 g čebule • 4 stroki česna • 4 žlice oljčnega olja • 200–250 g veganske šunke ali veganske hrenovke (lahko izpustimo) • 400–500 g starega kruha • 4 žlice peteršilja • ¼ žličke mletega muškat • ½–1 žličke soli • 4 ščepli črnega popra • 240 ml sojinega mleka brez sladkorja

Priprava: Laneno seme zmeljemo, dodamo vodo in pustimo stati 10 minut. Čebulo in česen sesekljamo in prepražimo na oljčnem olju (česen dodamo z zamikom). Če želimo dodati vegansko šunko, jo narežemo na majhne kocke in dodamo med praženjem. Kruh narežemo na majhne kocke velikosti okoli 5 mm x 5 mm. Vse sestavine iz seznama, razen sojinega mleka, zmešamo v večji skledi. Postopoma dodajamo sojino mleko in maso gnetemo z rokami, dokler se ne prične lepo sprijemati skupaj. Oblikujemo štruco in jo pečemo 30 minut pri 180 °C, da dobi zlatorjavo barvo. Ko se rahlo ohladi, jo narežemo na poljubno široke rezine.



VEGANSKI CARSKI PRAŽENEC

Avtorica: Maja Hrovat / Zeleni priročnik

Priprava: 30 minut

Sestavine (4 osebe): 400 g bele pšenične moke • 400 ml sojinega mleka • 200 ml navadne ali gazirane vode • 2 žlici olja + olje za peko • 2 žlički pecilnega praška • 1 žlica jabolčnega kisa • $\frac{1}{8}$ žličke mlete kurkume • 1 ščep soli • nadev po izbiri (rozine ali brusnice, marmelada, bezgovi cvetovi)

Priprava: V večji skledi zmešamo moko, sojino mleko, rastlinsko olje, pecilni prašek, jabolčni kis, kurkumo in sol. Postopoma dodajamo vodo do primerne gostote. Večjo ponev s premazom proti prijemanju segrejemo in namastimo z nekaj kapljicami olja. Na ponev vlijemo polovico mase tako, da je enakomerno razporejena v višini 1 cm. Ponev pokrijemo in palačinko pečemo na srednji temperaturi. Ko se na spodnji strani svetlo rjavo zapeče, jo z lopatko razrežemo na četrtine in vsako četrtino obrnemo. Ko se tudi druga stran svetlo rjavo zapeče, četrtine z dvema lopatkama natrgamo na manjše kose. Dobro popečene kose postrežemo s poljubnim nadevom. Nekatere dodatke lahko vmešamo že v osnovno maso in pečemo skupaj s pražencem.



GRAHOVI TRAKCI V POROVI RIŽOTI

Avtorica: Maja Hrovat / Zeleni priročnik

Priprava: 20 minut

Sestavine (2 osebi): 150 g riža basmati • 125 g grahovitih trakcev ali koščkov • 250 g pora • 250 g bučke • 2 žlici olja • 2 žlici svetle sojine omake • ½ žličke česna v prahu • 2 ščepa belega popra

Priprava: Med pripravo zelenjave skuhamo riž basmati (8 minut). Zavremo vodo, z njo prelijemo grahove trakce, jih namakamo 5 minut in nato odcedimo. Zelenjavo narežemo na manjše kocke ali paličice. Na olju prepražimo por, dodamo bučke, odcejene grahove koščke in začimbe. Pražimo 5 minut in dodamo kuhan basmati riž. Dobro premešamo in po potrebi dodamo sol ali dodatne začimbe.



ŠPINAČNE ROLICE

Avtorica: Maja Hrovat / Zeleni priročnik

Priprava: 45 minut

Sestavine (2 osebi): 250–300 g listnatega testa v roli (brez jajc in mleka) • 125 g zamrznjene špinače • 100 g tofuja • ½ žličke česna v prahu • ½ žličke soli • 1 ščep mletega muškata • 1 ščep črnega popra • posip: sezamova in lanena semena

Priprava: Špinačo odtalimo nekaj ur pred pripravo. Tofu odcedimo in nadrobimo. V multipraktik damo tofu, špinačo in začimbe ter zmešamo v srednje gladko maso. Paket listnatega testa razvijemo in po njem enakomerno namažemo špinačno-tofujev nadev, z izjemo 2 cm zgornjega roba. Listnato testo zavijemo po daljši vzdolžni liniji v zvitek in ga s pomočjo šiviljskega sukanca razrežemo v razmakih po 1–2 cm. Rolice položimo na pekač, tako da obdržijo čim lepšo polžasto obliko. Posujemo jih s semeni in pečemo 30 minut pri 180 °C (do svetlorjave barve).

BANANIN KRUH

Avtorica: Maja Hrovat / Zeleni priročnik

Priprava: 30 minut

Sestavine (2 osebi): 4 banane • 200 g bele pšenične moke • 100 g sladkorja • 30 ml olja • 50 g arašidovega masla • 50 ml sojinega jogurta • 1 žlička vanilijeve arome • 1 žlička mletega cimeta • 1 žlička sode bikarbone • 1 žlička pecilnega praška • 1 ščepec soli

Priprava: Tri banane zmečkamo z vilico, četrto pa vzdolžno prerežemo in prihranimo za okrasitev. Bananini kaši dodamo preostale sestavine in zmešamo v gladko maso. Maso prelijemo v pekač, obložen s papirjem za peko. Polovici banane položimo na vrh mase ter ju rahlo potisnemo vanjo. Pečemo 25–30 minut pri 180 °C.



OGLASNA VSEBINA

NOR^SAN

VAŠ OMEGA-3 SPECIALIST IZ NORVEŠKE



★★★★★

Vrhunski okus in kakovost. 👍



★★★★★

Enostavno uživanje
in nežen okus. ❤️



★★★★★

Del moje vsakodnevne
rutine. 😊



★★★★★

Dnevni odmerek 2.000 mg
z eno žlico - popolno.

KAKOVOST, KI PREPRIČA.



Prepričajte se sami:
odkrijte našo raznolikost izdelkov Omega-3.

Poiščite našo stojnico na Vegafestu.

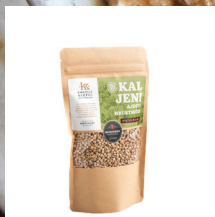
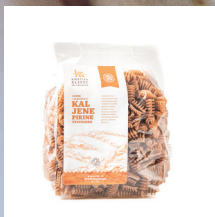


Norsan Adriatik d.o.o., Trčkov grič 20b, 1360 Vrhnika
Prehransko dopolnilo ni nadomestilo za uravnoteženo in raznoliko prehrano.

OGLASNA VSEBINA



KMETIJA
KLEPEC
BELA KRAJINA



Hitra priprava, hranljivo, s slovenske kmetije!

Testenine, hrustavčki, tsampa v več okusih – tudi ajdova.

WWW.KMETIJAKLEPEC.SI

LoginEKO – ko iz zemlje raste boljša prihodnost

Predstavljajte si polja, ki segajo do obzorja in na katerih ni niti kapljice sintetične kemije. To je LoginEKO – certificirana ekološka kmetija v Vojvodini, ki na 3.278 hektarjih dokazuje, da rastlinsko, ekološko in trajnostno kmetijstvo deluje tudi v velikem obsegu. Dodatnih 490 hektarjev prepuščamo naravi: drevesom, grmovju in vsem bitjem, ki tam najdejo dom. Skupaj dobrih 3.700 hektarjev trajnostne prihodnosti.



Kmetujemo povsem ekološko – brez sintetičnih pesticidov in gnojil ter brez živalskega gnoja. Namesto tega prisluhnemo naravi. Dušik nam podarijo metuljnice, kot sta grah in čičerika, premišljen kolobar pa poskrbi, da tla ostanejo zdrava, ter da je plevela manj. Vsi žetveni ostanki se vrnejo v zemljo. Nič se ne izgubi, vse se vrača.



Na teh poljih raste srce izdelkov Niamito – ekološki oves, iz katerega nastanejo obroki v flaški, svoje pa dodajo tudi ekološke sončnice z naših polj, ki so vir beljakovin v Niamitu z okusom kakava in piškotka. Rastlinsko, priročno in v celoti sledljivo – od semena do police lahko vsak korak na tej poti spremljate prek QR-kode na izdelku. Niamito je hrana, ki jo z veseljem jemo tudi sami – dokaz, da lahko izbira na krožniku pomeni ljubezen do sebe, do živali in do planeta. Vsak grizljaj šteje. In vsak lahko postane del spremembe ter z nami soustvarja boljšo prihodnost.



OGLASNA VSEBINA

100%
RASTLINSKO

Hiter obrok brez kompromisov.

20 g
PROTEINOV

EKO



Visoka
vsebnost
vlaknin

 **Niamito®**

Brez
umetnih
aditivov

OGLASNA VSEBINA

Violife

100% Vegan

NAMAŽI, NAREŽI, NARIBAJ.

Z Violife namazi, rezinami in
naribanim posipom je vsak
obrok preprosto okusnejši.

**Ustvarjeni za tvoj zajtrk,
prigrizek, kosilo ali sladico.**

100%
RASTLINSKO



*Popoln okus.
Brez kompromisov.*



NAREJENI
IZ KOKOSA



BREZ
ALERGENOV



BREZ
OREŠKOV



BREZ
GSO



BREZ
SOJE ALI TOFUJA



BREZ
KONZERVANSOV



Poišči jih v Mercatorju, Tušu in trgovinah z zdravo prehrano.



— Privoščite svojemu telesu le najboljše —

ZEMELJSKA MOČ ZRNA KONOPLJE



Seme ravnovesja, hrana prihodnosti



KONOPLJINO OLJE

Omega 3, Omega 6, vitamin E
Hladno stiskano, oreščkastega okusa



KONOPLJINA MOKA (oreščkast okus)

Beljakovine + vlaknine
Za kruh, palačinke, sladice,
juhe in omake



KONOPLJINE BELJAKOVINE

Čiste, lahko prebavljive, nasitne
Za smoothije, kaše, jogurt in peko



SADNA SMOOTHIJA PASSION in NATURE

Liofilizirano sadje + konopljni proteini
Polnovreden obrok v 10 sekundah
30 g mešanice + 2 dl tekočine



www.konopljapuravida.com



051 302 734



info@konopljapuravida.com



Trgovina:
Ulica Cirila Debeljaka 6a,
3000 Celje

O DRUŠTVU IN NJEGOVIH PROJEKTIH



Slovensko vegansko društvo je bilo ustanovljeno leta 2012 in je društvo v **javnem interesu**, ki **temelji na delu pridnih prostovoljcev** in **deluje po nepridobitnih načelih**. Namen društva je pomoč ter podpora veganom in tistim, ki si to želijo postati.

Vsako leto izvajamo številne pomembne in uspešne projekte. Izdajamo spletne in tiskane publikacije o **veganstvu, pravicah živali, veganski prehrani, zaščiti okolja in zbirke receptov**. Na spletni strani www.vegan.si vodimo

sezname veganskih restavracij in trgovin, objavljamo aktualne novice, dogodke in strokovne članke, zbiramo ideje in namige, kako "veganizirati" svoje življenje in pišemo o razlogih, zakaj je veganstvo najpomembnejša odločitev, ki jo posameznik lahko sprejme. Eden naših največjih projektov je **Veganski izziv**, spletni program, ki se ga je do zdaj udeležilo že **več kot 20.000 ljudi**. Organiziramo različne dogodke, predavanja, delavnice in miroljubne shode po vsej Sloveniji, na katerih obiskovalce seznanjamo s prednostmi veganskega načina življenja.





POSTANITE VEGAN

Najenostavnejši, najhitrejši in hkrati zelo učinkovit način je, da postanete vegan. Biti vegan pomeni živeti v skladu z lastnimi (in družbenimi) etičnimi vrednotami. Tako boste vsak dan prispevali k pravičnejšemu svetu in preprečevali nadaljnje izkoriščanje živali. Ne le, da boste s svojimi dejanji prihranili življenje živali, hkrati boste tudi ozaveščali druge in dajali dober zgled.



POSVOJITE ŽIVAL

S tem, ko brezdomni živali ponudite hrano, dom in pozornost, naredite veliko razliko za to žival, hkrati pa pridobite simpatičnega družabnika. V mnogih primerih ga s tem rešite gotove smrti. Če nimate prostora, vam finančni položaj posvojitve ne omogoča ali zaradi katerega drugega razloga živali ne morete sprejeti v svoj dom, jo lahko posvojite na daljavo in jo hodite obiskovat v bližnje zavetišče.



BODITE AKTIVNI

Udeležite se veganskega dogodka, delite letake, pomagajte pri akcijah, od lokalnih oblasti zahtevajte spremembe zakonodaje na področju pravic živali, zdravstva in ekologije. Organizirajte degustacijo veganskih jedi, projekcijo filma ali predavanje. V restavracijah in lokalih sprašujte po veganskih izbirah. Delite veganske vsebine in objavljajte recepte.

**KAJ LAHKO NAREDITE
ŽE DANES?**



PODPRITE DRUŠTVO

Včlanite se v Slovensko vegansko društvo in pridobite kartico ugodnosti, s katero soustvarjate ponudbo veganskih izdelkov. Postanite prostovoljec in nam pomagajte pri izvajanju naših projektov. Javite se nam na:

info@vegan.si

Namenite nam del dohodnine ali donirajte sredstva, ki nam pomagajo pri organizaciji dogodkov in drugih aktivnostih, povezanih s pravicami živali, z zdravim življenjem ter z okoljevarstvom.

PODATKI ZA DONACIJE

TRR: SI56 6100 0000 5496 464,
odprt pri Delavski hranilnici

Prejemnik: Slovensko vegansko društvo,
Berčičeva 6a, 1000 Ljubljana

BIC/SWIFT: HDEL SI 22
Koda namena: CHAR
Namen: Donacija
Sklic: SI99



Nameni donacijo:

SPONZORJI IN PODPORNICI



RAZSTAVLJAVCI

Aloria	Crusty kitchen	Fržek	Norsan	Valsoia
Ajurvita	Chika sladoled	Grashka Deli	Prijateljki životinja	Veni Vegi Vici
Amon & Anis	Dalida's	GR Browery	Restavracija Radha Govinda	Zeleni piskerček
Animal Angels	Društvo Hrtji Svet Slovenije	Hero	Slovenka	
Artichoka Gluten Free	Društvo za osvoboditev živali	KataLonca	Slaščice Peggy	
BAM - Become A Master	Društvo za zaščito živali Ljubljana	Konoplja PuraVida	Sunwarrior	
Biodobro	Ekolife Natura	Mimy	Snow Monkey	
Bimed	Ekovek	Niamito		

ORGANIZATOR:

SLOVENSKO VEGANSKO DRUŠTVO

