

ZeGeVege

veganmania

Festival
održivog
življenja
2022.



Na
duge
staze
birajmo
veganstvo

Program Festivala

Petak, 23. 9.

17:30 – 17:45 Anita Petrović – Dostupnost gotovih veganskih proizvoda u Hrvatskoj

18:00 – 18:15 Hrvoje Harač (Udruga Pobjede) – Pridruži se izazovu za prste polizat!

18:30 – 18:45 Petra Andrić (Greenpeace) – Budućnost oceana

19:00 – 19:15 Ana Štefulj – Veganski jelovnik sportaša pobjednika

19:30 – 19:45 Matei Negovetić – Iskustvo vegana u *Masterchefu*

20:00 – 20:15 Matko Pojatina (DPS Zagreb) i Fabijan Peronja (WWF Adria) – „Mreže duhova” u Jadranu – tihi ubojica morskih životinja

18:00 – 20:00 Anonymous for the Voiceless – Kocka istine

Potpore

Potpору 14. ZeGeVege festivalu održivog življenja dali su: Grad Zagreb i Turistička zajednica grada Zagreba.

Subota, 24. 9.

10:00 – 10:15 Dominica Firšt (Anonymous for the Voiceless) – Veganski aktivizam: Kocka istine

10:30 – 10:45 mag. nutr. Maja Ljubas – Zdravi obroci za djecu

11:00 – 11:15 Martina Đodo – Pametno kuhanje

11:30 – 11:45 Nikolina Plenar Jeličić – Kako prehranom spasiti Zemlju?

12:00 – 12:15 izv. prof. dr. sc. Lidija Bakota – Zlouporaba jezika u iskazima koji se odnose na životinje

12:30 – 12:45 prof. dr. sc. Boris Bakota – Životinje u pravnom sustavu

13:00 – 13:15 Igor Drašković – Zašto trčim *ultra trail*?

13:30 – 13:45 Ivana Martinec i Marko Samardžija (Summarum Fitness) – Veganskom prehranom do zdravog i *fit* tijela

Radionice za djecu (u sklopu Dječjeg kutka)

9:30 – 10:30 Jasna Škiljan – Oslikavanje platnenih ruksaka za djecu

11:00 – 12:30 Socijalna zadruga Humana Nova – Reciklaža tekstila za djecu i roditelje

Veganski rječnik

Bad Tofu Experience (doslovni prijevod: loše iskustvo s tofuom) – najveći neprijatelj veganstva, vrlo čest korak u životu potencijalnih vegana koji ih može potpuno okrenuti od veganstva (ili, u najboljem slučaju, protiv tofua). Osobe koje uvode u prehranu veganske namirnice najčešće ih pripreme bez prethodnog upoznavanja s namirnicama. Tako si posluže i tofu bez mariniranja ili istraživanja kako ga pripremiti. Rezultat: neukusno jelo čudne, spužvaste teksture. Lijek protiv *bad tofu experiencea*: pronalazak dobrog recepta i kupovina kvalitetnog tofua.

Delikatesni kvasac (eng. *nutritional yeast, nooch*) – deaktivirane stanice kvasca, koje se koriste kao začim za poboljšavanje ukusa i hranjivosti jela. Ne služe za dizanje tijesta, već daju sirasti okus jelima. Zbog orašasto-sirastog ukusa vegani ga koriste kao zamjenu za parmezan, posipaju po kopicama i varivima, umiješaju ga u vegansku kajganu od tofua te stavljaju u smjesu za izradu domaćeg sejtana. Postoji legenda da pravi vegani stavljaju delikatesni kvasac u sva svoja jela. :D

Aquafaba – voda u kojoj se kuhao slanetak ili bilo koja mahunarka. Dolazi od latinskih riječi *aqua* = voda i *faba* = grah. Vegani smatraju da je smrtni grijeh baciti vodu iz konzerve

slanutka u odvod te ju koriste kao zamjenu za bjelanjak. Od nje rade čudni čokoladni *mousse*, puslice, *Ledeni vjetar*, *marshmallowse*, vafle, majonezu, *macaronse* i sl.

Gljiš – veganski „fiš“ od gljiva



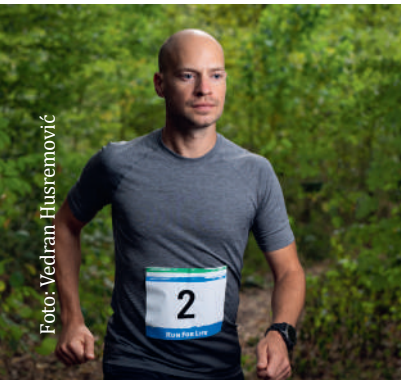


Igor, Ana i Bojan na duge staze biraju veganstvo

Trkač *ultratraila* **Igor Drašković** aktivno se bavi planinskim *ultratrail* trčanjem. Čak je dvaput završio utrku Tor des Geants od 338 km s 30 000 m visinske razlike u talijanskim Alpama. To je jedna od najtežih *trail* utrka na svijetu. Igor se trčanjem bavi 10 godina, vegan je punih 12 godina, a prije toga bio je dvije godine vegetarijanac. Dulji niz godina aktivan je u pokretu za zaštitu životinja: od volontiranja, aktivizma i doniranja do investiranja u veganske tvrtke, a sve radi promicanja velikih prednosti veganstva za životinje, okoliš i zdravlje.



Ana Štefulj cestovna je trkačica, koja je paralelno s rekreativnim trčanjem započela i veganski način života nakon što je dugo bila vegetarijanka. Otada je prošlo šest godina i u tom razdoblju došla je u top pet rezultata u povijesti Hrvatske za određene discipline uključujući polumaraton i maraton. Prošle godine oduševila je sve u Kijevu donijevši Hrvatskoj pobjedu na Prvenstvu Balkana u maratonu u jednom od najbržih vremena u povijesti utrke, za 10 minuta ispred natjecateljica iz Izraela i Bugarske!



Bojan Kuljić vegan je šest godina i zaljubljenik u trčanje. Budući da zahvaljujući „biljnom pogonu” jako dobro reagira na velike udaljenosti uz minimalnu količinu treninga, ima želju više se posvetiti ultramaratonu. Najvećim uspjehom smatra istrčani Zagrebački maraton 2021. godine, a ponosi se i odrađenom utrkom „100 milja Istre”, gdje je 2019. godine sudjelovao na državnom prvenstvu u *trailu* na udaljenosti od 110 kilometara. Naučio je što sve može ljudsko tijelo i iako mu veganska prehrana pomaže da pomiče granice izdržljivosti, vegan je prvenstveno zbog životinja.

U 1 godini vegan spasi:



1 519 823 l vode



6607 kg žitarica



1022 m² šume




3322 kg CO₂



80 životinja

99 Priroda inspirira moje ideje.66

Marka 



dmBio
veganska zamjena
za parmezan
80 g

**21⁹⁰
kn**

1 kg/273,75 kn

2,91 €
1 kg/36,33 €

▼ DOBRE CIJENE
od 4.2021. 21,90 kn



dmBio
veganski mljevani
pripravak
75 g

**24⁹⁰
kn**

1 kg/332,00 kn

3,30 €
1 kg/44,06 €

▼ DOBRE CIJENE
od 3.2021. 24,90 kn

**Najbolja kvaliteta po
niskim cijenama.**

Više proizvoda potražite
na dm.hr/marke



alverde NATURKOSMETIK
maslac za tijelo - ulje
makadamije i karite maslac
200 ml

**24⁹⁰
kn**

1 l/124,50 kn

3,30 €
1 l/16,52 €

▼ DOBRE CIJENE
od 8.2011. 24,90 kn



alverde NATURKOSMETIK
nothing but Volume
maskara - 010 crna
12 ml

**32⁹⁰
kn**

1 kom./32,90 kn

4,37 €
1 kom./4,37 €

▼ DOBRE CIJENE
od 7.2022. 32,90 kn





alverde NATURKOSMETIK
Pro Climate dezodorans
u spreju s mirisom
100 ml

**17⁹⁰
kn**

1 l/179,00 kn

2,38 €
1 l/23,76 €

▼ DOBRE CIJENE
od 4.2021. 17,90 kn

 Moj dm App
 dm.hr

Fiksni tečaj konverzije: 1 € = 7,53450 kn



TU SAM ČOVJEK
TU KUPIJEM



VEGAN

V-oznaka – ključ sigurnosti i uspjeha

Vjerujemo da ste u trgovini naišli na proizvode sa žuto-zelenom oznakom „vegan”. **Takvi proizvodi namijenjeni su veganima, vegetarijancima, entuzijastima zdrave prehrane, kao i svima ostalima, neovisno o načinu prehrane.**

Proizvodi s V-oznakom ulijevaju povjerenje i privlačni su upravo zbog jamstva da su isključivo biljnoga podrijetla. Trenutačno, u svijetu više od 4300 tvrtki i više od 50 000 proizvoda nosi V-oznaku.

V-oznaka Vegan (*V-label Vegan*) dodjeljuje se u Europi već više od 30 godina proizvodima koji ne sadrže sastojke životinjskog podrijetla.

Proizvođačima pomaže tako što njihove proizvode čini prepoznatljivima i kupci će rado odabirati upravo njihove proizvode. Udruga Prijatelji životinja, kao članica Europske vegetarijanske unije, zastupnik je V-oznake u Hrvatskoj, a neki od ponosnih nositelja ovog certifikata su: **Spar, dm, Zvijezda, Podravka, Annapurna, Sana delikatese, Pan-pek, Vegefino, Gelati d'Oro** i brojni drugi.

Ostale proizvode s V-oznakom potražite na www.veganopolis.net i www.prijatelji-zivotinja.hr; a ako sami imate proizvod bez sastojaka životinjskog podrijetla te biste ga voljeli označiti V-oznakom, pišite nam.

Užitak savršenih okusa Alpro napitaka



Pratite nas na:



www.alpro.com/hr

alpro

Kako pomoći i životinjama i Prijateljima životinja?

Biti borac za prava životinja i održivo življenje nije nimalo lak životni odabir. Kada smo prije 22 godine osnovali udrugu, bilo nas je malo, ali imali smo volju i upornost da stvorimo pozitivne promjene. **Naš rad, brojne akcije, peticije i druge aktivnosti utjecali su na podizanje svijesti, a velik broj zakonskih promjena za životinje rezultat je iscrpljujućeg angažmana naših članova.**

Molimo vas da podržite naš neprofitni rad za opće dobro:

- uplatite godišnju članarinu od 120 kn na IBAN HR9424020061500072878, ostvarite razne popuste
- donirajte uslugu, robu ili novac
- ako ste obrt ili tvrtka, postanite pravni član
- odaberite neki od artikala s porukama
- volontirajte i širite informacije
- predbilježite se na *newsletter* Animalist
- odaberite neki od artikala s porukama
- volontirajte i širite informacije o našem radu.

Dijelite s nama uspjehe, stvarajte s nama povijesne promjene, spašavajte s nama živote. Saznajte više na **www.prijatelji-zivotinja.hr**.

Odaberite odlične proizvode i usluge koji nam pomažu:

- Od svakog proizvoda Nutmaz 100 % Lješnjak i Nutmaz Choco 1 kuna ide Prijateljima životinja.
- 5 % od prodaje veganske kozmetike Be at one u Hrvatskoj ide Prijateljima životinja.
- Od svakog prodanog primjerka knjige „Te divne životinje” i „Kako postati vegan” 5 kuna ide Prijateljima životinja.
- Od svakog pakiranja Čevapčića Vegefino 1 kuna ide Prijateljima životinja.
- Od svake Annapurnine Stelline kobasice 1 kuna ide Prijateljima životinja.
- 10 % od ukupnog mjesečnog profita Summarum Fitnessa ide Prijateljima životinja.
- 10 % od svake prodane vreće veganske potpune hrane za pse i mačke AMI ide Prijateljima životinja.



Priprema i stiliziranje hrane, fotografija:
Lana Komušanac i Goran Galović

Torta *Schwarzwald*

Sastojci: BISKVIT: 190 g oštrog brašna, prstohvat soli, ½ pakiranja praška za pecivo, 100 g šećera, 2 žlice kakaa, 240 ml hladne vode, 125 ml ulja, 2 žličice limunova soka; KREMA: 680 g kompota od višanja, 2 vrećice pudinga od vanilije (2 x 37 g), 1 žlica smeđeg šećera ili više, prema želji, 500 ml veganskoga šlaga, 2 reda tamne čokolade

Priprema: Zagrijte pećnicu na 180 °C. Odvojeno pomiješajte suhe i tekuće sastojke pa ih na kraju kratko izmiješajte zajedno. Pecite u lagano nauljenom kalupu 25 minuta. Pečeni biskvit ostavite da se ohladi u kalupu. Ocijedite višnje i u sok nalijte vodu da količina tekućine bude 700 ml. Prah od 2 pudinga izmiješajte sa žlicom šećera (ili više, prema želji) te razmutite s nekoliko žlica tekućine od soka od višanja i vode. Ostatak tekućine iskoristite za kuhanje pudinga. U ohlađeni puding umiješajte višnje i prelijte po biskvitu te pustite da se ohladi. Istucite šlag prema uputama na pakiranju te ga namažite na tortu i ukasite krupno ribanom tamnom čokoladom.

Veganski burek s „mesom”

Sastojci: 120 – 130 g svježeg tofua, 4 – 5 žlica sojina jogurta, 1 žličica octa ili malo limunova soka, ½ žličice soli, 400 g lisnatog tijesta, na vrh žličice kurkume, 2 – 3 žlice biljnog mlijeka, malo brašna, 1 žličica ulja

Priprema: Upalite pećnicu na 230 °C. U zdjelu izmrvite prstima tofu na sitno i pomiješajte ga sa sojinim jogurtom, soli i octom ili limunom. Sve lagano izmiksajte štapnim mikserom, no nije nužno ako je tofu dobro izmrvljen prstima. Podijelite tijesto na tri dijela i svaki dio posebno razvaljajte u pravokutnik. Svaki pravokutnik namažite smjesom od tofua i zarolajte u palačinku. Kraj palačinke lagano namočite vodom da se bolje zalijepi kako se pri pečenju ne bi odmotale. Svaku palačinku prerežite na tri dijela i slažite na papir za pečenje koji je prethodno namazan uljem. U posebnoj posudi pomiješajte malo mlijeka, brašna i kurkume. Tom smjesom premažite svaku pirošku te posipajte s malo sezama, lana ili kima. Pecite 15 – 20 minuta. Kada se piroške ispeku, ostavite ih otprilike 30 minuta da malo odstoje i da se ohlade.




Autorica: Suzana Mušac

Priprema i stiliziranje hrane, fotografija:
Lana Komušanac i Goran Galović



**Zabranom
pridnenih koč
do oporavaka
Jadrana**



Od 50 do 80 % europskog kontinentalnog pojasa redovito je ugroženo pridnenim koćarenjem, uz veliko uzurpiranje mora poput Jadranskog mora, Sjevernog mora ili zapadnog dijela Baltičkog mora, obično uz obalna područja.

Jadransko more jedno je od najviše pogođenih; čak 80 % dna uništeno je pridnenim koćarenjem!

Mnogi znanstvenici i morski biolozi nakon dugogodišnjih temeljitih istraživanja i uznemirujućih podataka izvještavaju o devastirajućem utjecaju pridnenih koća na morski ekosustav. Koćarenje po dnu osiromašuje riblja podvodna naselja, odstranjuje morską travu, devastira koraljne grebene i staništa morskih životinja, ispušta istu količinu ugljičnog dioksida kao cijela zrakoplovna industrija, uzrokuje kiselost mora, utječe na globalno



zatopljenje, zagađuje planet, mijenja klimu i svakodnevno ubija stotine tisuća morskih životinja od kojih su mnoge ugrožene i pred izumiranjem.

Prema istraživanju Zajedničkog istraživačkog centra (JRC) Europske komisije, u Sredozemlju je u posljednjih 50 godina izgubljeno **41 % morskih sisavaca i 34 % ukupne količine riba. Od toga su najveći gubici zabilježeni u Jadranskom moru s gubitkom od 50 %.**

Prijatelji životinja pokrenuli su peticiju za zabranu pridnenih koća kako bi skupili što više potpisa građana koji se zalažu za ukidanje ove okrutne i razorne ribolovne metode, koja iza sebe ostavlja pustoš i golemu štetu.

Peticija:

www.zabranimo-koce.net

SPAR 
veggie 



BEZMESNI OBROCI

RAZNOVRSNSI I JEDNOSTAVNI
ZA PRIPREMU



SPAR Veggie
Kobasice za
pečenje, 200 g



SPAR Veggie
Veganski
čevapčiči,
225 g

SPAR Veggie
Vegansko
mljeveno
meso, 200 g

SPAR Veggie
Kobasice sa
pšeničnim
glutenom,
120 g

RTER



SPAR Veggie
Zamjena za
faširano, 140 g



SPAR Veggie
Pulled chunks,
140 g



SPAR Veggie
Veganski
popečki, 150 g



SPAR Veggie
Veganski
burger, 227 g



SPAR Veggie
Burger, 160 g



SPAR Veggie
Mini burger,
160 g





www.furfreealliance.com/fur-free-europe

Za Europu bez krzna

Međunarodna koalicija Fur Free Alliance pokrenula je Europsku građansku inicijativu „Europa bez krzna”. U suradnji s raznim organizacijama za zaštitu životinja diljem Europe, uključujući nas i Eurogroup for Animals, **godinu dana prikupljat će se potpisi građana** EU-a koji podržavaju potpunu zabranu uzgoja životinja radi krzna u Europskoj uniji.

Na sastanku Vijeća za poljoprivredu i ribarstvo Europske unije u lipnju 2021., Nizozemska i Austrija podnijele su informativnu bilješku koju su podržale Belgija, Njemačka, Luksemburg i Slovačka, i pozvale Europsku komisiju da zabrani uzgoj životinja radi krzna.

Na farmama krzna ne mogu se zadovoljiti složene bihevioralne potrebe divljih životinja kao što su američke vidrice, lisice, rakunski psi i činčile, a ne može se opravdati ni zatvaranje pripitomljenih vrsta,

poput kunića, u male kaveze te njihovo ubijanje i za krzno.

Uzgoj životinja u cilju proizvodnje krzna ima i značajan **negativni utjecaj na okoliš** s obzirom na to da obrada i bojenje krzna uključuju upotrebu otrovnih kemikalija. Proizvodnja krzna rangirana je u prvih pet industrija s najvećim intenzitetom onečišćenja tla otrovnim metalima. Vrste kao što su američka vidrica i rakunski psi, čije su jedinke pobjegle s farma krzna, uspostavile su populacije u divljini i smatraju se invazivnim stranim vrstama koje uzrokuju i imaju značajan štetni utjecaj na europske autohtone divlje životinje.

„Industrija krzna ne samo da nehumano postupa sa životinjama za proizvod koji nikome nije potreban nego se pokazala i kao plodno tlo za izbijanje zaraznih bolesti kao što je COVID-19. Znamo da se javno mnijenje u Europi protivi industriji krzna i potrebno je da europski građani djeluju odmah potpisivanjem ove građanske inicijative.” Joh Vinding, predsjednik koalicije Fur Free Alliance.

Potpisi peticiju



Okončajmo doba klaonica

Naša udruga Prijatelji životinja pridružila se međunarodnoj građanskoj inicijativi kojoj je krajnji cilj prikupiti milijun potpisa da se u Europi počne ulagati u spasonosnu tehnologiju proizvodnje mesa bez životinja. U cijeloj Europi, osim milijun potpisa, potrebno je i prijeći zadani prag u najmanje sedam država članica da bi se ovaj prijedlog iznio pred Europsku komisiju.

Pandemije, globalno zatopljenje, krčenje šuma, zagađenje oceana, glad u svijetu, uništavanje ekosustava i kontinuirano izumiranje vrsta usko su povezani s uzgojem životinja radi hrane.

Prema procjenama prošlogodišnjeg globalnog izračuna ugljičnog otiska, na čemu je radilo 76 znanstvenika iz 57 istraživačkih institucija u 15 zemalja, imamo samo oko 10 godina da izbjegnemo klimatsku prijelomnu točku. Šokantno je da je otprilike 51 % emisija stakleničkih plinova na našem planetu povezano s konzumiranjem mesa uzgojenih životinja!

No budući da danas postoje alternative u vidu sve popularnijeg biljnog i kultiviranog mesa (i drugih životinjskih proizvoda), koje mogu proizvesti istu količinu mesa uz 99 % manje emisija stakleničkih plinova, sa sigurnošću se može reći da postoji tehnologija za spašavanje svijeta.

U Hrvatskoj trebamo skupiti 8500 potpisa pa pozivamo sve da daju svoj potpis i potpomognu uspjehu ove važne i prijeko potrebne inicijative.

Sigurnost kultiviranog mesa nikada nije bila upitna, no stočarska industrija jakim lobijem pokušava opstruirati razvoj ove inovativne i spasonosne tehnologije.

Ovu inicijativu trebali bi podržati svi, neovisno o načinu prehrane. Molimo sve da izdvoje minutu i daju podršku kultiviranom uzgoju mesa koje je ekološko, čisto i kontrolirano, kao i zdravijem biljnom mesu, bez antibiotika, gnojiva, tumora i patnje. Porast nove tehnologije proizvodnje hrane omogućit će naš opstanak na planetu, a posljedično i zatvaranje svih klaonica.

Potpisi peticiju



eci.ec.europa.eu/025/public



Što je biljno, a što kultivirano meso?

Biljno meso napravljeno je od kvalitetnih biljnih bjelančevina, najčešće graška, a ima vrlo sličan okus i teksturu kao meso životinja. Pitate se kako nastaje biljno meso? Naime, za svaki funkcionalni spoj u životinjskome mesu možemo potražiti zamjenu u biljnom carstvu. Opća metoda koja se koristi za proizvodnju biljnog mesa uključuje tri koraka: uzgoj usjeva, obradu kojom se eliminiraju dijelovi biljaka koji nisu poželjni i sastavljanje željene smjese sastojaka. Smjesa potom prolazi kroz proizvodni postupak kako bi se stvorila mesna tekstura.



Kultivirano meso, poznato i kao laboratorijski uzgojeno meso ili čisto meso, proizvodi se izravnim uzgojem životinjskih stanica. Proces proizvodnje započinje prikupljanjem matičnih stanica od životinje, a za to je dovoljno, primjerice, pero kokoši, zbog čega za kultivirano meso ne stradavaju životinje. Te stanice zatim se uzgajaju u bioreaktorima (kultivatorima). Slično onome što se događa u tijelu životinje, stanice se hrane podlogom stanične kulture bogate kisikom, koja se sastoji od osnovnih hranjivih tvari poput aminokiselina, glukoze, vitamina i anorganskih soli, a nadopunjena je bjelančevinama i drugim čimbenicima rasta.

U kultiviranom i biljnom mesu nalazi se spas za životinje i ekološku katastrofu nastalu zbog mesne industrije! Predviđa se da će biljno i kultivirano meso tijekom sljedećih nekoliko desetljeća zauzimati značajan tržišni udio od 1,7 trilijuna dolara industrije mesa od životinja i ribolovne industrije.

Želiš postati vegan/ka?

Predlažemo ti sljedeće servise:

- Prijavom na **Vege izazov** svaki dan dobivat ćeš jedan *e-mail* s besplatnim receptima i korisnim informacijama o veganstvu. Vege izazov traje 30 dana. Prijavnicu za Vege izazov naći ćeš na stranici **www.veganopolis.net**.
- Ako više voliš komunikaciju i podršku *live* te želiš isprobati veganstvo na 22 dana s grupom ljudi baš poput tebe, i to u izrazito pozitivnom i podržavajućem okruženju, u Facebook-grupi, **Super Izazov 22** ono je što tražiš!

Preporuka knjiga

- *Veganuary*, Kate Schuler – „Kako postati vegan: Zašto, kako i sve što vam treba kako biste lako postali vegan”
- Gene Stone, Ingrid Newkirk – „Te divne životinje: Nove spoznaje o fascinantnim bićima s kojima dijelimo planet”
- Charles Patterson – „Vječna Treblinka”
- Dr. Michael Greger – „Kako ne umrijeti”

Preporuka filmova

- *Seaspiracy*
- *Cowspiracy*
- *Live and let live*
- *The Game Changers*

0% meso, 100% okus!

Plant-based
WHOPPER[®]
S veganskom majonezom



Vegan Royal
S veganskom majonezom



**BURGER
KING**

Gradovi troše milijune

Sve više građana svjesno je da životinje u zoološkim vrtovima pate budući da se nijedna nastamba, bez obzira na to koliko je prostrana, ne može usporediti sa slobodom divljine. Životinje kao izraz patnje, dosade, stresa i depresije pokazuju zoohotična ponašanja, a cijeli koncept oduzimanja slobode povlači za sobom još patnje – hiperprodukciju, ubijanje te razmjenu ili preprodaju.

Međutim, iz gradskih proračuna troše se golema financijska sredstva na održavanje zooloških vrtova. To se ne može opravdati ni edukacijom, ni zaštitom životinja, ni zakonskim obavezama jer radi se o zastarjeloj atrakciji na račun građana. Primjerice, Grad Osijek će za zoo-vrt u 2022. godini izdvojiti gotovo četiri milijuna kuna, a Grad Zagreb više od 15 milijuna kuna.

**PLAČAŠ
ZA
NJIHOVU
PATNJU**



Foto: © Anne McArthur / Via Animals Media

Zoološki vrtovi djecu pogrešno uče da je u redu nekoga zatočiti radi zabave, a i zato što je jasno da gledajući zatočene životinje ne možemo učiti o divljim životinjama, koje svoje prirodno ponašanje mogu pokazati samo u prirodi.

Zoološki vrtovi odvrćaju pozornost od stvarne potrebe da se društvo usredotoči na aktivnosti očuvanja staništa i životinja u divljini. Primjerice, prema podacima iz 2019. godine, od 378 vrsta životinja u zagrebačkom zoološkom vrtu samo je 25 životinja u programu zaštite ugroženih vrsta. 353 vrste nisu ugrožene pa niti ne postoji opravdanje zašto se one nalaze zatočene i tisućama kilometara udaljene od svojeg prirodnog staništa! No ni ovih 25 ugroženih vrsta nema nikakvu šansu za vraćanje u prirodu jer su nesposobne preživjeti nakon puštanja iz zatočeništva. Njihovo zatočavanje neće pomoći njihovoj vrsti, već ih možemo spasiti jedino očuvanjem njihovih staništa i njih u staništima.

Znatan novac građana ne bi se smio trošiti na iskorištavanje životinja u zoološkim vrtovima, a skupo mučenje životinja doživotnim zatočeništvom **trebalo bi se mijenjati modernim atrakcijama koje ne uključuju životinje.**

www.zaobidi.net

Bolja zakonska zaštita životinja

Naša udruga Prijatelji životinja pokrenula je 2021. godine inicijativu za izmjene Zakona o zaštiti životinja (NN 102/2017) u cilju unapređenja zaštite životinja u Hrvatskoj.

U dopisima upućenima Ministarstvu poljoprivrede predložili smo da se zakonskim izmjenama propišu:

potpuna zabrana držanja pasa na lancu

uvođenje tzv. Pozitivne liste životinja koje se mogu držati za kućne ljubimce

zabrana držanja divljih životinja u privatnom zatočeništvu

potpuna zabrana držanja i nastupa životinja u cirkusima

uvođenje obavezne kastracije pasa i mačaka (uz opravdane iznimke) i druge izmjene.

U listopadu 2021. godine, na javnoj raspravi o planu zakonodavnih aktivnosti Ministarstva poljoprivrede za 2022. godinu, ostavljeno je više od 600 komentara građana o nužnosti izmjene Zakona o zaštiti životinja. Ministarstvo poljoprivrede potvrdilo je da će se 2022. godine osnovati Povjerenstvo koje će

započeti s radom na izmjenama Zakona o zaštiti životinja.

Izjavilo je da je cilj da „potencijalne izmjene postojećeg Zakona o zaštiti životinja u konačnici pridonese boljoj zaštiti životinja i jačanju svijesti o važnosti brige odnosno dobrobiti životinja tijekom njihova držanja i uzgoja, a koje se, između ostalog, odnose i na mogućnost zabrane držanja pasa na lancu”.

www.boljizakon.net





Did You Know My Mother?

Did you know my mother? I'm told her name was Belle. I don't know what she looked like, but have memories of her smell.

Did you ever hear my mother? Did her cries pull at your heart?

I remember them quite clearly, when the men pulled us apart.

Did you drink from my mother? Did you ever taste her milk? Did you feel her face against yours? Was her skin as soft as silk?

*I've been told I had two brothers, and my sisters numbered four,
Then my mother went to slaughter, of no value anymore.*

Were you there with my mother? Did you look into her eyes? Did you see the fear within them? Did you listen to her cries? And now MY end is coming, I am waiting with my friends, We are huddled close together, In this place where all life ends.

Will you be there at our slaughter? For the flesh you want to eat.

Will you ever think about us? When you buy that piece of meat.

It's my turn now, I'm moving. I am going to my end. I am urged with shouts and kicking, and with sticks that never bend.

I am thinking of my mother, and remembering her smell. And I know we'll meet in heaven, and forget this life called Hell.

By Mary Lynn

Održivo življenje i prehrana

Održivo življenje je način života kojim se pri korištenju prirodnih resursa ne ugrožavaju okoliš, životi ostalih životinja i dobrobit drugih ljudi. Takav način življenja dugoročno omogućava opstanak biljnih i životinjskih vrsta, bioraznolikost i miran suživot svih bića na planetu.

Održivim načinom življenja unaprjeđujemo vlastito zdravlje te živimo punim plućima i mirne savjesti jer svojim životom ne

škodimo drugim bićima. Održiv način življenja podrazumijeva prehranu namirnicama biljnog podrijetla, odijevanje odjeće od neživotinjskih materijala, korištenje proizvoda koji nisu testirani na životinjama, udomljavanje umjesto kupnje životinja, razvrstavanje otpada i štedljivo postupanje s energijom.

Mnogo je razloga za veganstvo: zdravo je, dobro je za naš planet, dobro je za životinje i vrlo je ukusno! Promjena prehrane najbolji je način da pokažemo da nam je stalo do životinja i da se protivimo okrutnostima nad životinjama.

Raznolika veganska prehrana, zasnovana na mahunarkama, žitaricama, povrću, gljivama, sjemenkama, orašastim plodovima i voću, uz dodatak vitamina B12, osigurava sve hranjive sastojke potrebne za dobro zdravlje. Iako nisu nužni, na tržištu postoje razni veganski proizvodi

nalik životinjskima poput vrhnja, mlijeka, kobasica, burgera, sireva, sladoleda itd. Istraživanja su pokazala da je dobro uravnotežena veganska prehrana zdravija od klasične zapadnjačke, tako da će prelazak na veganstvo sigurno donijeti zdravstvene koristi, a može pomoći i u prevenciji i liječenju određenih bolesti.

U namirnicama životinjskog podrijetla količina pesticida, zbog nakupljanja, može biti višestruko veća nego u biljkama. U uzgoju životinja koriste se hormoni, a velika većina antibiotika u svijetu troši se upravo na uzgoj životinja.

Trećina svjetske površine pretvara se u pustinje zbog proizvodnje mesa. Pola svjetskih oceana približava se točki ekološkog kolapsa zbog ribarstva. Za prehranu stoke koja se uzgaja za hranu potrebni su: zemljište, voda, gnojivo i drugi resursi, koji bi se u normalnim okolnostima koristili za proizvodnju biljne hrane za ljude.

Trećina sve obradive površine u svijetu koristi se za uzgoj žitarica za prehranu stoke. Uzgoj životinja za prehranu uzrokuje klimatske promjene više nego cijeli transportni sektor. Navika jedenja mesa, mlijeka i jaja pridonosi prekomjernom iskorištavanju tla, vode i zraka te krčenju šuma i prašuma.

Ne kupujući životinjsko meso, jaja, mliječne proizvode i med pokazujete svoje suosjećanje prema svima oko sebe kako bi svijet postao bolji.



I TI MOŽEŠ BITI DIO PROMJENE!

LABEL
2020

www.ustedienergiju.hr

Pratite nas za savjete:

- ✓ Kako učinkovito koristiti uređaje
- ✓ Kako dugoročno uštedjeti
- ✓ Kako očuvati okoliš

UČINI
UŠTEDI ENERGIJU -
SAČUVAJ PRIRODU
RAZLIKU!

Prilikom kupovine novog kućanskog uređaja obratite pozornost na energetske oznake koje vam daju informacije o uređaju i pomažu prilikom odluke o kupovini. Za usporedbu različitih modela uređaja iskoristite našu aplikaciju.



@ustedi.energiju



Uštedi energiju



Uštedi energiju!

Uštedite energiju i smanjite troškove u kućanstvu!

UČITAJ - USPOREDI - UŠTEDI!

tool.label2020.eu/hr



Aplikacija vam na jednostavan način pruža mogućnost usporedbe i izračunava operative troškove za modele proizvoda koje odaberete i to u ukupnome vijeku trajanja proizvoda. Time vam olakšava odluku za odabir kupovine optimalnog modela novog kućanskog uređaja.



Organizator:



Tisak:



Generalni sponzor:



Sponzori izlagači:



Pokrovitelj:



Sponzori:



Glavni medijski pokrovitelj:



Medijski pokrovitelji:



Ortao
Više od 20 000 zadovoljnih kupaca mjesečno 🌿 Brza i sigurna dostava u roku 2-3 radna dana 🌿 Više od 15 dućana diljem Hrvatske 🌿 Više od 4000 različitih vrsta proizvoda

Hrana:



Crni češnjak

Annapurna

AWT International

Be Green

Bio era

Braniteljska zadruga

Arka naša

Delicia

EKIPA Kombucha

Exotic King

Graska

Iris i Branimir delicije

MB Natural

Nutmaz

Pepitas

Planetopija

Sana delikatese

Super Danko

SMID

Udruga Sattva

Vegefino

Vindija

Zeleni plant

Restorani:

Pink pig

Vegesnek

Sve najbolje

Zdravo (108)

SPAR

Green Point

OAZA joyful kitchen

Ekološki poljoprivrednici:

OPG Andreja Petrović

OPG Anto Jurić

OPG Branka Solina

OPG Dario Počedić

OPG Držanić

(Ljutomania)

OPG Diana Prpić

OPG Đumljan

OPG Hukavec

OPG Kalić Zvonimir

OPG Knežević

OPG Korade

OPG Lovro Lenac

OPG Luka Brolich

OPG Picek

OPG Sinković

OPG Slatko moje zeleno

OPG Tomašević

OPG Vugrinec

OPG Željko Hajek

**Postira poljoprivredna
zadruga**

Kozmetika i sredstva za čišćenje:

Melli Aromatica

Nada Kannenberg

RINGANA Partner

Qala - prirodna kozmetika

**OPG Jakopović (Kuća
magične trave)**

OPG Bosnar (Bakina
riznica zdravlja)

Dinin kutak

OPG Lidija Galjar (Gala
natura)

**OPG Grivičić (Aurelia
Natura)**

Udruga Ayurvedom do
zdravlja

Za zaštitu životinja i okoliša:

Greenpeace

Azil Dumovec

Mreža za zaštitu

životinja

SOS CAT

**Slovensko vegansko
društvo**

Udruga Pobjede

Vege Zajednica

Ostali izlagači:

Avemed

Bormax

Domaća radinost

Borka Plavšić

Flafi

Ko li design

Kreativni brlog

Najsretnija beba

Hrvatska

Socijalna zadruga

Humana Nova

Prijatelji Festivala:

INKI DINKI

Zvrk - transporti

Mladen Zenko

bio&bio

Pomogli i:

Vegefino

Sana delikatese

Soynarnica

Planet of Plants

Kraš

Boom Box

Annapurna

Garden

Tvornica zdrave hrane

Encian



About AFC and the 14th ZeGeVege Festival

ZeGeVege Festival is organized by **Animal Friends Croatia (AFC)**, an animal rights and protection organization founded in 2001 with the mission of abolishing any form of animal exploitation. The festival is focused on promoting vegan lifestyle as an ethical, ecological and healthy way of living, offering products such as vegan food, vegan cosmetics and other products that are not tested on animals, vegan footwear and much more.

In almost two decades of hard work, AFC has carried out hundreds of activities focused on animal suffering in the food and entertainment industry, laboratories, fur farms and in the hunting and fishing, and educated the public about abandoning and abusing companion animals. For more information please visit: www.animal-friends-croatia.org.

