

Relatório Anual 2018



ASSOCIAÇÃO
VEGETARIANA
PORTUGUESA

DESTAQUES DO ANO

JANEIRO 2018

AVP Lança o seu novo Website!

Mais moderno, de mais fácil leitura e navegação, finalmente lançamos o novo website da AVP! **PÁG. 4**



ABRIL 2018

AVP inicia actividade como licenciadora da V-Label

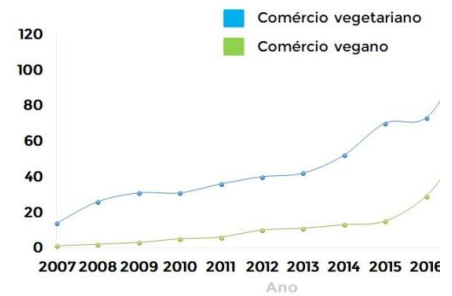
A V-Label, a famosa marca de certificação de produtos vegetarianos e veganos, passou a ser representada pela AVP em Portugal. **PÁG. 7**



MAIO DE 2018

Estudo do mercado vegetariano e vegan de Portugal

Fizemos um estudo do mercado vegetariano e vegan em Portugal e apuramos que este cresceu cerca de 514% nos últimos dez anos! **PÁG. 9**



JULHO 2018

Organizamos o FAVA – Feira do Ambiente e Vegan do Algarve

Organizamos o primeiro grande festival no Algarve dedicado ao veganismo e sustentabilidade. É o primeiro festival do género em Portugal, em plena rua. **PÁG. 11**



OUTUBRO 2018

Estivemos representados no Parlamento do Reino Unido

A AVP esteve presente no Parlamento do Reino Unido para falar do caso de sucesso de Portugal, que aprovou uma lei que obriga as cantinas públicas a oferecer uma opção vegetariana. **PÁG 17**



ACTIVIDADES

MENSAIS

UM SITE NOVO E MAIS MODERNO



PELA SUA SAÚDE, PELOS ANIMAIS, PELO AMBIENTE...
POR UM MUNDO MELHOR!

JANEIRO 2018

Ano Novo, Site Novo

Com o início do novo ano de 2018, lançámos o nosso novo website, com uma apresentação mais atraente e uma navegação mais agradável e intuitiva. Esperamos assim conseguir alcançar mais pessoas e facilitar o seu acesso a informação útil e relevante sobre a alimentação vegetariana.



SABER MAIS



VEGETARIANISMO



NUTRIÇÃO
E SAÚDE



ANIMAIS E
ÉTICA



ECOLOGIA



HISTÓRIA
E CULTURA





PETIÇÃO DA AVP
CONSEGUE
CORNETTO VEGAN
EM PORTUGAL

Após uma campanha da AVP, a Cornetto lança o seu gelado vegan também em Portugal!



Associação Vegetariana Portuguesa

1 de março de 2018 · 🌐

Alguns meses depois da nossa campanha, eis que o Cornetto Vegan chega a Portugal 😊

Apesar da chuva, convidamos a experimentar.



TRENDY.PT | POR RICARDO DURAND

Cornetto Vegan: chegou o gelado pedido pela Associação Vegetariana Portuguesa | Trendy

MARÇO 2018

Cornetto lança gelado vegan em Portugal

No seguimento de uma campanha da Associação Vegetariana Portuguesa, a marca Olá lançou o Cornetto vegan em Portugal, disponibilizando-o em vários supermercados espalhados por todo o país. Mais uma petição bem sucedida!

PALESTRA SOBRE DESPORTO E ALIMENTAÇÃO VEGETARIANA



Palestra sobre a nutrição vegetariana e cuidados a ter para desportistas.

MARÇO 2018

São cada vez mais os atletas, inclusive os de alta competição, a optarem por uma alimentação estritamente vegetariana.

Conseguirão estes atletas manter o seu nível de resistência e de rendimento com este regime alimentar? Em que devem consistir as refeições de um atleta para serem nutricionalmente equilibradas? De que modo o facto de se ter uma alimentação vegetariana beneficia a sua prestação enquanto atletas? Quais os cuidados a ter?

Esta palestra, com a participação de Darchite Kantelal, nutricionista, ajudou a esclarecer estas questões e outras.

**AVP É A
ENTIDADE
LICENCIADORA
DA V-LABEL EM
PORTUGAL**



AVP passa a ser a entidade licenciadora da V-Label em Portugal



ABRIL 2018

A V-Label, a famosa marca de certificação de produtos vegetarianos e veganos, chegou a Portugal, e a Associação Vegetariana Portuguesa é a nova entidade certificadora local. Esta marca é gerida pela EVU – European Vegetarian Union – e conta com mais de 15.000 produtos registados em todo o Mundo.

VEGGIEWORLD CHEGA A PORTUGAL, EM ABRIL!



A AVP esteve presente na 1ª edição do VeggieWorld!



Nuno Alvim e Darchite Kantelal, em representação da AVP, apresentam dados sobre o crescimento do vegetarianismo e veganismo em Portugal.

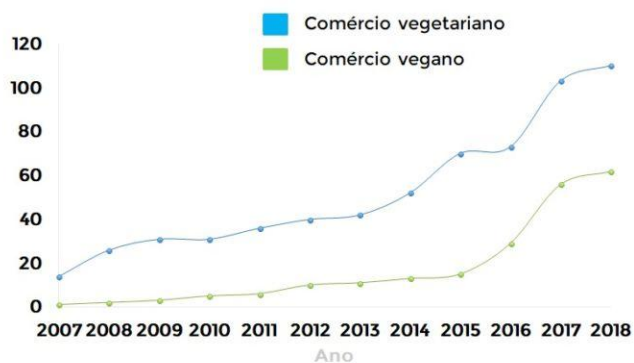
ABRIL 2018

A AVP esteve presente no VeggieWorld, na 1ª edição a realizar-se em Portugal, dias 28 e 29 de Abril, em Lisboa. Mais de três mil pessoas passaram neste fim de semana no Pátio da Galé, onde 45 marcas mostram produtos como sapatos vegan e alheira vegetariana, direcionados a estes e a outros estilos de vida.





Mercado vegetariano e vegan aumentou 514% entre 2008 e 2018, em Portugal



MAIO 2018

Estudo do crescimento do mercado veggie

De acordo com dados recolhidos e analisados pela Associação Vegetariana Portuguesa, e fornecidos pela empresa HappyCow, o mercado de alimentação vegetariana e vegana em Portugal **aumentou 514% nos últimos dez anos**, entre 2008 e 2018, o que representa uma clara adaptação à explosão da procura que se tem verificado por todo o país. Em 2008 seriam apenas 28 as lojas e/ou restaurantes com esta vertente, e em 2018 já eram pelo menos 172 estabelecimentos. Mais informação em: t.ly/lDaw6



AVP NO VEGGIEFEST, NO PORTO!

O nutricionista da AVP, Darchite Kantelal, esteve no VeggieFest para falar sobre a nutrição vegetariana no desporto.

MAIO 2018

A segunda edição do VeggieFest (festival vegetariano) chegou à cidade do Porto, nos dias 5 e 6 de Maio. Com entrada gratuita, este festival – que se realizou no Shopping Cidade do Porto, perto da Rotunda da Boavista – promoveu provas de degustação, confecção e conversas onde serão abordados os temas relacionados com o vegetarianismo e, de uma forma geral, com a alimentação saudável. A AVP esteve também presente com a sua banca informativa, e demos duas palestras, uma sobre a evolução do vegetarianismo em Portugal, pelo presidente Nuno Alvim, e uma sobre a nutrição no desporto, com o nosso nutricionista Darchite Kantelal.



FEIRA DO AMBIENTE E VEGAN DO ALGARVE (FAVA)

INHAS • COSMÉTICA
UTOS ALIMENTARES
MÚSICA AO VIVO
EDA COMUNITÁRIA
DINHO DE HORTÍCOLAS
RGIAS RENOVÁVEIS
VEÍCULOS ELÉTRICOS
VESTUÁRIO
PALESTRAS • ASSOCIAÇÕES

25 e 26 de Julho | Loulé
Feira do Ambiente e Vegan do Algarve

fava

Organização

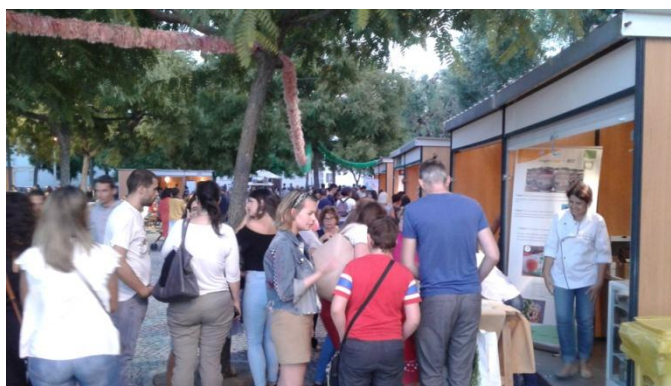


Parceria



JULHO 2018

A Associação Vegetariana Portuguesa organizou a 1ª edição da Feira do Ambiente e Vegan do Algarve (FAVA), organizada pela AVP, com o apoio de um conjunto de dedicados voluntários algarvios, e da Câmara Municipal de Loulé. A Feira do Ambiente e Vegan do Algarve (FAVA) é um evento que visa sensibilizar e promover um estilo de vida mais saudável e ético, amigo da natureza e dos animais, dando a conhecer associações, cooperativas, empresas, atividades, produtos, serviços e marcas que apresentem soluções para promover uma economia circular, a criação e utilização de moedas sociais, a exploração de energias verdes, transporte e construção sustentáveis, redução da produção de lixo urbano e incentivar uma agricultura sem agrotóxicos.



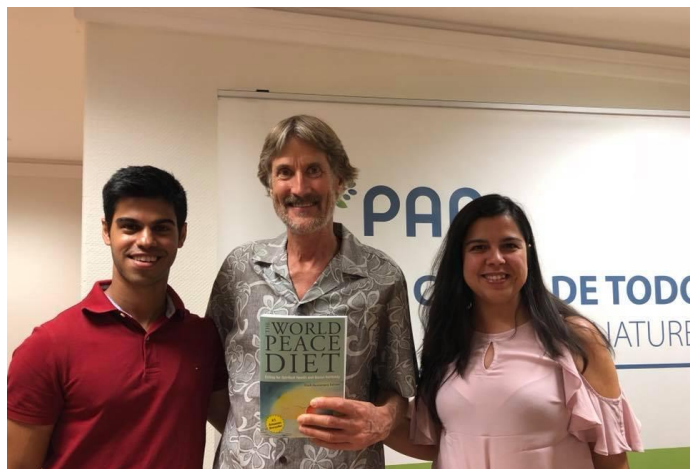
**PALESTRA
"CURAR O
MUNDO" COM
WILL TUTTLE**

**PALESTRA
CURAR O MUNDO**
UM OLHAR MAIS PROFUNDO
SOBRE A ALIMENTAÇÃO

com o orador
WILL TUTTLE
(autor do Best-seller "The World Peace Diet")

24/09
18h30 | ESPAÇO PAN LISBOA
AV. ALMIRANTE REIS, 81-B



Dr. Will Tuttle, Darchite Kantelal, nutricionista da AVP, e Inês Sousa Real, deputada municipal do PAN.

SETEMBRO 2018

O PAN Lisboa e a Associação Vegetariana Portuguesa (AVP) promoveram uma palestra sobre como curar o mundo através das nossas escolhas alimentares.

O Dr. Will Tuttle, autor do best-seller The World Peace Diet, falou sobre os princípios de uma sociedade consciente e sobre como o que comemos influencia não só o nosso bem estar físico e emocional como também o bem estar do planeta e do ambiente.

Neste encontro tiveram também presentes Inês Sousa Real, Deputada Municipal do PAN em Lisboa e Darchite Kantelal, nutricionista da AVP.



DIREITO À OPÇÃO VEGETARIANA NAS CANTINAS PÚBLICAS

CAMPANHA DA OPÇÃO VEGETARIANA

SABIA QU...
tem direito à op...
nas cantina...
(lei nº...)

UMA CAMPANHA DA
ASSOCIAÇÃO VEGETARIANA PORTUGUESA

SETEMBRO 2018

5 passos a seguir quando não há opção vegetariana na cantina pública

A lei nº 11/2017 prevê o direito à opção vegetariana nas cantinas públicas (escolas básicas e secundárias, universidades, unidades integradas nos serviço nacional de saúde, lares, prisões, serviços sociais, etc.). Estas cantinas devem apresentar obrigatoriamente uma opção vegetariana (sem qualquer ingrediente de origem animal).

No seguimento da implementação desta lei, a Associação Vegetariana Portuguesa (AVP) criou uma nova campanha que pretende informar os cidadãos (alunos, funcionários públicos, encarregados de educação) sobre o seu direito à opção vegetariana nas cantinas públicas e ainda disponibilizar serviços de formação às unidades de produção das refeições e empresas subcontratadas. Vão ser também levadas a cabo ações informativas, por todo o país, junto das instituições.

5 PASSOS A SEGUIR QUANDO NÃO HÁ OPÇÃO VEGETARIANA NA CANTINA PÚBLICA
(lei nº 11/2017)

ASSOCIAÇÃO VEGETARIANA PORTUGUESA

- 01 CONVERSA COM O STAFF DA CANTINA**
Fala com o Staff da cantina. Questiona de forma simpática se há possibilidade de disponibilizarem a opção vegetariana e o que é necessário para tal.
- 02 ESCRIVE À ENTIDADE GESTORA**
Se o staff não te souber responder, contacta a entidade gestora e informa-os da existência da lei. Mostra como podem facilmente preparar refeições vegetarianas.
- 03 DINAMIZA A TUA REDE SOCIAL/PROFISSIONAL**
Fala com colegas, amigos e outras pessoas que conheças e também pretendam a opção vegetariana. Pede-lhes para assinarem a tua carta à direcção. Fazam um manifesto.
- 04 CONTACTA A DIRECÇÃO DA INSTITUIÇÃO**
Contacta a direcção da instituição e informa-os que, existindo demanda pela opção vegetariana, estão em infração da lei ao não disponibilizá-la. Procura ser diplomático.
- 05 DENUNCIA À ASAE**
Em último caso, se as anteriores medidas não tiverem sucesso, contacta a ASAE, a entidade responsável por fazer cumprir a lei, e apresenta a tua denúncia.

* Temos templates de cartas disponíveis no nosso site para referência

INFORMA-TE NO NOSSO SITE
www.avp.org.pt/opcaovegetariana

A SUA CANTINA PÚBLICA
**JÁ TEM OPÇÃO
VEGETARIANA**

SABIA QUE É OBRIGATÓRIO POR LEI?

Escolas - Universidades - (lei nº 11/2017) - Hospitais - Lares, etc



INFORME-SE NO NOSSO SITE
www.avp.org.pt/opcaovegetariana



ASSOCIAÇÃO VEGETARIANA PORTUGUESA



NA FEIRA
SO FOOD
SO GOOD, NA
EXPONOR

OUTUBRO 2018

A V-Label Portugal esteve presente na feira So Food So Good, na Exponor, para dar a conhecer a certificação de produtos vegetarianos e vegan, no âmbito do programa V-Label.

Esta feira teve este ano uma componente temática ligada com a alimentação vegetariana.



DIA MUNDIAL DO VEGETARIANISMO

DIA MUNDIAL DO VEGETARIANISMO
1 de Outubro



OUTUBRO 2018

No dia 1 de Outubro comemorou-se uma vez mais o Dia Mundial do Vegetarianismo e a Associação Vegetariana Portuguesa promoveu, conforme é hábito, um jantar de convívio para assinalar a data, em parceria com o restaurante Da Terra, e também a visualização do documentário "Live and Let Live" (2013).



Celebramos o Dia Mundial do Vegetarianismo a 1 de Outubro, com um jantar de convívio e apresentação de documentário.



AVP NO PARLAMENTO DO REINO UNIDO



OUTUBRO 2018

A Associação Vegetariana Portuguesa (AVP) esteve presente no Parlamento do Reino Unido no dia 16 de Outubro, para falar do caso de sucesso de Portugal, que aprovou uma lei que obriga as cantinas públicas a oferecer uma opção vegetariana (lei nº 11/2017).

Esta lei, que é o culminar do trabalho fundamental do partido PAN - Pessoas Animais Natureza, e de uma campanha de petição da AVP, envolvendo também a intervenção importante dos partidos Bloco de esquerda, e Partido Ecologista os Verdes, assim como da DGS, tem sido vista como um bom exemplo lá fora, e inspirado movimentos semelhantes.

Recentemente, a The Vegan Society criou uma petição no Reino Unido com o mesmo objectivo.

EXIBIÇÃO DO “THE SUPERIOR HUMAN” E DEBATE



Exibição de documentário
e debate



NOVEMBRO 2018

A espécie humana é intrinsecamente superior a todas as outras? Será que temos qualidades e atributos únicos, exclusivos no reino animal?

Esta e outras questões foram debatidas numa exibição do documentário "The Superior Human", seguido de um debate e jantar.

Este evento foi organizado com o apoio do restaurante "O Oriente no Porto".

ACTIVIDADES

REGULARES

SÃO JOÃO VEGETARIANO 2018



O São João é um evento tradicional de festas do Porto, celebrado todos os anos na altura de Junho. Atrai centenas de milhares às ruas da cidade.

JUNHO 2018

São João Vegetariano

A AVP esteve uma vez mais presente no São João Vegetariano, desta vez na sua edição 2018. – em Porto. Este é um evento por onde passam milhares de pessoas, muitas delas não vegetarianas, e onde temos a oportunidade de influenciar as percepções de muitos acerca da alimentação e comida vegetariana.



OUTRAS ACTIVIDADES

PARCERIA COM JUMBO/AUCHAN

Numa parceria com o JUMBO – um dos principais supermercados de Portugal, a AVP publicou vários artigos sobre o tema do vegetarianismo, lidos por milhares de pessoas. Os artigos foram elaborados pelo nosso colega nutricionista Darchite Kantelal, MSc RD, perito em nutrição de base vegetal.



Artigo sobre a obtenção de minerais fundamentais à alimentação como o ferro

DEZEMBRO – JANTAR DE NATAL E CONVÍVIO

JANTAR E CONVÍVIO DE NATAL

A AVP organizou um Jantar e Convívio de Natal no espaço BALNEÁRIO no LX Factory.

O Jantar contou com o patrocínio da Evervegan e foi todo ele concebido pela OLHO VERDE - guloseimas vegetais - veggie treats. Tivemos também a presença da Marina Duarte que nos falou um pouco da sua experiência no veganismo e fez uma pequena actuação musical.





Email: info@avp.org.pt

Website: www.avp.org.pt