

SPECIALE ESTATE

PREPARATI PER
IL GRANDE
CAMBIAMENTO

RICETTE ESTIVE
LIFESTYLE / INFORMAZIONE



LA TRIBÙ DEI CHANGERS TI ASPETTA

INDICE DEI CONTENUTI

CHE TI TRASFORMA!
PER UN'ESTATE

TANTISSIMI
CONTENUTI





07. EDITORIALE

Perché un'estate
vegan può cambiare la
tua vita

10. AUTOPRODUZIONE

Giardinaggio e
Alimenti Coltivati in
Casa: l'orto estivo dei
changers

12. ECOSISTEMA

Gli animali non sono
giochi da spiaggia!

15. LETTURA

Cosa leggo
quest'estate? I libri
da portare sempre
con te

19. GUIDA ALLA SPESA

Fa caldo! 5 superfood
per fare il pieno di
energia

21. COSMESI

21. Crema solare?
Fughiamo tutti i dubbi

24. Vegan e cruelty free
significano la stessa
cosa?

- 29.** [CUCINA: LE RICETTE
DI VEGANOK](#)
- 30.** [Schiscetta per il mare: il
mio pranzo sotto
l'ombrellone](#)
- 32.** [Ricetta dello chef Boris
Scafati: frittata di patate](#)
- 33.** [Panino al salmone](#)
- 34.** [Tacos vegan](#)
- 35.** [Pasta al pesto di rucola e
anacardi](#)
- 36.** [CLIMATE CHANGE](#)
[Perché fa così caldo?](#)
- 39.** [IL TEST](#)
[Che tipo di Changer sei?](#)
- 45.** [VIAGGI](#)
[Veg in vacanza? No
problem!](#)
- 52.** [BENVENUTE NEL
NETWORK VEGANOK](#)
[Le nuove aziende 2025](#)
- 56.** [VEGANOK CHANGE
SUPPORTERS](#)
[I personaggi che
supportano l'iniziativa](#)





AMANDO

100% INGREDIENTI VEGETALI
CON LATTE DI MANDORLE DI SICILIA



ABOUT



Be the change!

VEGANOK CHANGE magazine è la tua guida per un'estate vegan e piena di cambiamenti positivi. Esploriamo argomenti che vanno dal giardinaggio all'alimentazione, dallo sport alla cosmesi, offrendoti ispirazione

e supporto per uno stile di vita sostenibile. Con rubriche coinvolgenti e approfondite, recensioni e interviste, siamo qui per rendere la tua estate più salutare, etica e gustosa che mai.

PERCHÉ UN'ESTATE VEGAN PUÒ CAMBIARE LA TUA VITA

Care lettrici e cari lettori,

Con l'avvio di questa edizione estiva del nostro magazine, desidero introdurvi a un concetto rivoluzionario che abbiamo abbracciato con passione: **VEGANOK CHANGE**.

Questa iniziativa non è solo un invito a modificare la nostra dieta; è **un invito a trasformare il nostro intero approccio alla vita, al consumo e alla cura del mondo che ci circonda**. L'estate, con la sua abbondanza di verdure fresche, frutti golosi e giornate più lunghe, offre il contesto ideale per esplorare una vita vegan.

VEGANOK CHANGE è più di una scelta alimentare; è una celebrazione dell'interconnessione di tutte le forme viventi.

È una dichiarazione di rispetto e cura per il nostro pianeta, che sta affrontando sfide ambientali senza precedenti. Con ogni piatto

vegano che scegliamo, contribuiamo a ridurre il nostro impatto sul clima, a conservare risorse preziose come acqua e terra, e a proteggere le specie viventi che condividono questo mondo con noi.

Ma non si tratta solo di ciò che eliminiamo dalla nostra dieta; è anche una scoperta di nuovi sapori, nuove culture e nuove storie. È un viaggio che possiamo intraprendere insieme, come comunità, sostenendoci a vicenda con consigli, ricette e storie di successo.

Che siate vegani da anni o curiosi di fare i primi passi, c'è un posto per tutti nel movimento VEGANOK CHANGE. Questa non è solo una stagione di cambiamento; è l'inizio di una nuova vita più consapevole e più sostenibile.

Con entusiasmo e speranza,

Laura Serpilli
Direttrice



INNOVAZIONE E INCLUSIVITÀ

GRISBÌ VEGAN

*dal sapore unico e irresistibile
di Gianduia*



certificato



GRISBI.IT

AUTOPRODUZIONE



**GIARDINAGGIO
E ALIMENTI COLTIVATI IN CASA:
L'ORTO ESTIVO DEI CHANGERS**

Il tuo balcone può trasformarsi in un'oasi sostenibile! 🌱 ✨

Coltiva cibo fresco e nutriente direttamente a casa tua. Riduci il tuo impatto ambientale e goditi il vero sapore di verdure e erbe coltivate personalmente.

Perché un Orto Vegan?

Sostenibilità Ambientale

Dimentica le plastiche dei supermercati! Raccogli basilico e menta direttamente dal tuo spazio esterno.

Benefici per la Salute

Assapora pomodori e peperoni senza pesticidi, coltivati sotto il sole estivo, arricchendo ogni pasto con vitamine essenziali.

Educazione e Coinvolgimento

Un'attività educativa per tutta la famiglia, perfetta per insegnare l'importanza della sostenibilità e della nutrizione.



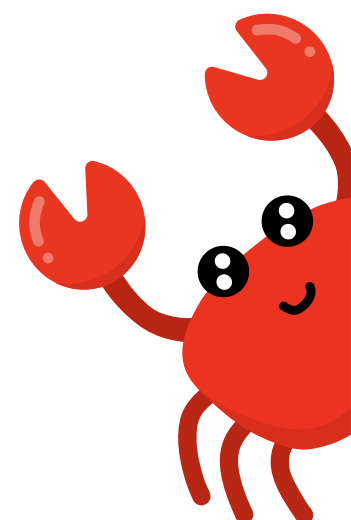
CLICCA QUI
E APPROFONDISCI



ECOSISTEMA



GLI ANIMALI
NON SONO
GIOCHI DA
SPIAGGIA



Cari CHANGERS, riflettiamo sulla classica scena estiva dei bambini che giocano sulla spiaggia.

Molti interagiscono con stelle marine e meduse, spesso con esiti fatali per questi animali. Il fascino della scoperta è vitale per i giovani, ma dobbiamo approcciare con maggiore consapevolezza la nostra **responsabilità verso gli animali marini**.

Purtroppo, molti non sopravvivono a causa delle manipolazioni e del tempo trascorso fuori dal loro ambiente. Questa mortalità è un segnale di allarme che non possiamo ignorare.

Come **educare i bambini al rispetto del mondo naturale?**

Attraverso libri, documentari e guide sulla fauna marina, possiamo insegnare rispettando le delicate vite marine.

È essenziale anche ripensare il nostro approccio agli **acquari** e ai **parchi acquatici**, che privano gli animali della loro libertà. Invitiamo a scegliere esperienze che rispettino la vita e l'ambiente naturale degli animali.



Anche la nostra **D'AVENA**
piace a grandi e bambini
perché è unica!

*Controlli e analisi
su materie prime*

*Zero pesticidi,
neanche tracce*

*Filiera tracciata
con tecnologia
Blockchain*

*Sementi
autoprodotte*

*Etichetta
trasparente
(info complete e verificabili)*

*Solo acqua e avena,
senza additivi né
zuccheri aggiunti*



salviafood.it

Oltre il Biologico, per davvero!



LETTURA

**COSA LEGGO
QUEST'ESTATE?**

**ECCO I LIBRI
DA PORTARE
SEMPRE CON TE**





Il libro esplora le implicazioni etiche, ambientali e di salute personale delle scelte alimentari moderne. **Pollan indaga le origini del cibo che consumiamo.** Si tratta di un testo chiave per chiunque sia interessato a comprendere meglio le complessità e i dilemmi legati alle scelte alimentari nel mondo contemporaneo.



Il libro introduce il "carnismo", ideologia che condiziona le persone a mangiare alcuni animali e amarne altri. **Melanie Joy esplora le contraddizioni del carnismo,** analizzando come queste norme vengano interiorizzate dalla società e offrendo spunti per scelte alimentari più consapevoli ed etiche.



Il libro offre un'analisi critica dell'industria alimentare basata sull'allevamento intensivo, che usa il 70% delle terre agricole coltivabili e genera significativi conflitti internazionali.

L'autrice evidenzia come il massiccio consumo di carne sia legato a crisi finanziarie ed ecologiche, spingendo i lettori a riflettere sulle implicazioni etiche delle loro scelte alimentari.



Il libro è il frutto di 6 anni di indagini, dialoghi con una vasta gamma di esperti, dai dipendenti di mattatoi e aziende agricole industriali, fino a filosofi dei diritti degli animali e ambientalisti, oltre che consumatori. Il libro offre **risposte incisive a molte delle domande scomode che l'industria della carne preferirebbe non affrontare.**

VEGANOK GLOBAL



**LA CERTIFICAZIONE INTERNAZIONALE
CHE DEFINISCE LO STANDARD VEGAN
NEL MONDO**



CERTIFICA I TUOI PRODOTTI **QUI**

veganok.com

GUIDA ALLA SPESA

FA CALDO!
5 SUPERFOOD PER
FARE IL PIENO
DI ENERGIA



A smiling woman in a white lab coat is holding a blender filled with a pink smoothie. The background is bright and slightly blurred, suggesting a kitchen or laboratory setting. The text is overlaid on the image in blue rounded rectangles.

CACAO CRUDO

SPIRULINA

MACA PERUVIANA

MANDORLE

BURRO DI COCCO



CLICCA QUI
E APPROFONDISCI

COSMESI

CREMA SOLARE?

FUGHIAMO TUTTI I DUBBI!

Proteggere la nostra pelle sotto il sole è davvero importante, ma come facciamo a capire qual è la protezione più adatta per noi?




Avrai sentito parlare di SPF... ma che cos'è? Si tratta della misura della quantità di luce UVB che le creme solari possono filtrare.

Più specificatamente, è una **misura del tempo che si può trascorrere sotto il sole senza scottarsi.**

In base al tuo tipo di pelle (Fototipo), potrai scegliere in modo più mirato la protezione solare e quindi l'SPF più adatto alle tue esigenze:



SCARICA
IL DECALOGO
DELLA
BIOCOSMESI



Fototipo 1: capelli biondi o rossi, pelle chiara e lattescente, lentiggini; in questo caso sarà importante preferire una crema con un SPF 50+

Fototipo 2: capelli biondi, pelle chiara, occhi azzurri o verdi. Sarà comunque importante preferire una protezione alta con SPF 50

Fototipo 3: capelli castani, pelle chiara o olivastro/mediterranea, occhi castani. In questo caso è adatta una protezione media con SPF 30

Fototipo 4: pelle olivastro, occhi scuri, capelli bruni.

Può essere quindi utile iniziare l'esposizione con una protezione media SPF 20.

Fototipo 5: pelle olivastro, occhi scuri, capelli neri. Per questo fototipo è sufficiente una protezione bassa, per esempio con SPF 10/15.

Fototipo 6: pelle scura, occhi scuri, capelli neri. Anche per questo fototipo è sufficiente una protezione bassa, ad esempio con SPF tra 6 e 10



CLICCA QUI
E APPROFONDISCI

VEGAN E CRUELTY FREE SIGNIFICANO LA STESSA COSA?

“Cruelty-free” indica che un prodotto non è stato testato sugli animali, ma non garantisce che sia privo di ingredienti di origine animale. Pertanto, un prodotto può essere cruelty-free ma non vegan se contiene ingredienti come il miele, la lanolina, ecc.

“Vegan” si riferisce a un prodotto che non contiene ingredienti di origine animale



e non implica necessariamente che non sia stato testato sugli animali. Questo significa che un prodotto può essere vegan ma non cruelty-free se, ad esempio, è coinvolto in procedure di test sugli animali.

Mentre "vegan" denota l'assenza di ingredienti animali, "cruelty-free" si focalizza sull'assenza di test sugli animali durante il processo di produzione del prodotto. Entrambi i termini sono importanti per i consumatori che desiderano fare scelte consapevoli rispetto al trattamento degli animali, ma indirizzano a due aspetti distinti della produzione e dei processi etici.

Sì ma io voglio che i prodotti che acquisto siano sia "vegan" che "cruelty free".



Per rispondere a questa necessità, **in Europa è stato redatto lo standard vegan europeo WVG** (World Vegan Group). Sottoscritto e stilato dalle più importanti organizzazioni vegan europee a Bruxelles, sotto il coordinamento dell'Organizzazione Non Governativa "SAFE – Safe Food Advocacy Europe", lo standard è frutto di un Board di lavoro composto dalle più importanti organizzazioni vegan d'Europa. **Questo standard assicura che un prodotto sia completamente libero da derivati animali e non testato sugli animali**, rendendo la sua etichettatura all'interno della Comunità Europea trasparente e affidabile.



Un esempio eccellente di certificazione che garantisce entrambi gli aspetti è **VEGANOK**. Questo standard non solo conferma che i prodotti sono 100% vegani, ma assicura anche che non siano stati testati sugli animali in nessuna fase del loro sviluppo. Prodotti con il marchio VEGANOK sono quindi una **scelta ideale** per i consumatori che desiderano sostenere pratiche completamente libere da crudeltà e sfruttamento animale.

Desideri diventare un CHANGER esperto in cosmesi?

Non perderti il nostro report!

**CLICCA SULL'ANTEPRIMA
QUI SOTTO**



Winni's®



Per un mondo
più pulito!



LE RICETTE ESTIVE DI VEGANOK



SCHISCETTA PER IL MARE

IL MIO PRANZO SOTTO L'OMBRELLONE

Tra un tuffo e una partita a racchettoni, si è fatta ora di pranzo!

Durante l'estate, quando il desiderio di freschezza e leggerezza si fa sentire, la schiscetta si trasforma: piatti freddi, insalate croccanti e frutta succosa diventano protagonisti, garantendo non solo una pausa gustosa ma anche un nutrimento sano.

Come comporre la tua schiscetta? Scopri lo leggendo quest'articolo dedicato a te!



CLICCA QUI
E APPROFONDISCI

SCHISCETTA 1

1. Verdure saltate con salsa di soia, limone e arachidi
2. Cous cous alle melanzane
3. Polpettine di ceci

SCHISCETTA 2

Non sottovalutare il potere di un panino o una piadina. Prendi, per esempio, una piadina con tofu strapazzato

SCHISCETTA 3

1. Tempeh in agrodolce
2. Patate alla greca
3. Insalata

CLICCA SULLE SINGOLE RICETTE PER LEGGERE IL PROCEDIMENTO

Ricetta dello chef **BORIS SCAFATI**

Docente della VEGANOK ACADEMY



FRITTATA DI PATATE VEGANOK

Ingredienti:

- 3 patate a pasta gialla di montagna
- 2 spicchi di aglio rosso di Sulmona
- 5/6 foglie di menta
- Olio evo
- Sale q.b.

**LEGGI IL
PROCEDIMENTO QUI!**



**CLICCA QUI
E APPROFONDISCI**

PANINO AL SALMONE VEGANOK



Ingredienti:

- Il tuo pane preferito
- Due carote medie
- Un avocado maturo
- Uno spalmabile vegano a tua scelta (o maionese vegana)
- Un cucchiaino di salsa di soia
- Un cucchiaino di olio evo
- Un cucchiaino di fumo liquido
- Un foglio di alga nori
- Un limone
- Rucola, a piacere



CLICCA QUI
E LEGGI IL
PROCEDIMENTO

TACOS VEGANOK

Una ricetta freschissima!

Ingredienti:

- 8 tacos di mais
- 100 g di mais
- 15 pomodorini (ma anche di più o di meno, a seconda della grandezza e del tipo scelto)
- 1 peperone
- una manciata di fagioli rossi
- 1 spicchio d'aglio
- 2 avocado
- 1 limone
- olio evo q.b.
- maionese vegan
- sale q.b.
- prezzemolo
- curry a piacere
- cipolle croccanti (facoltativo)



[CLICCA QUI](#)
[E LEGGI IL](#)
[PROCEDIMENTO](#)

PASTA AL PESTO DI RUCOLA E ANACARDI

Ingredienti per 4 persone:

360 gr di pasta

40 g di rucola

20 g di basilico

25 g di anacardi (o pinoli)

1 pezzettino di aglio (opzionale)

olio extravergine di oliva q.b.

sale q.b.

Per il condimento:

una manciata di pomodori secchi

olive taggiasche q.b.

una spolverata di formaggio

vegan grattugiato

qualche foglia di rucola

anacardi q.b.



[CLICCA QUI](#)
[E LEGGI IL](#)
[PROCEDIMENTO](#)

CLIMATE CHANGE



PERCHÉ FA COSÌ CALDO?

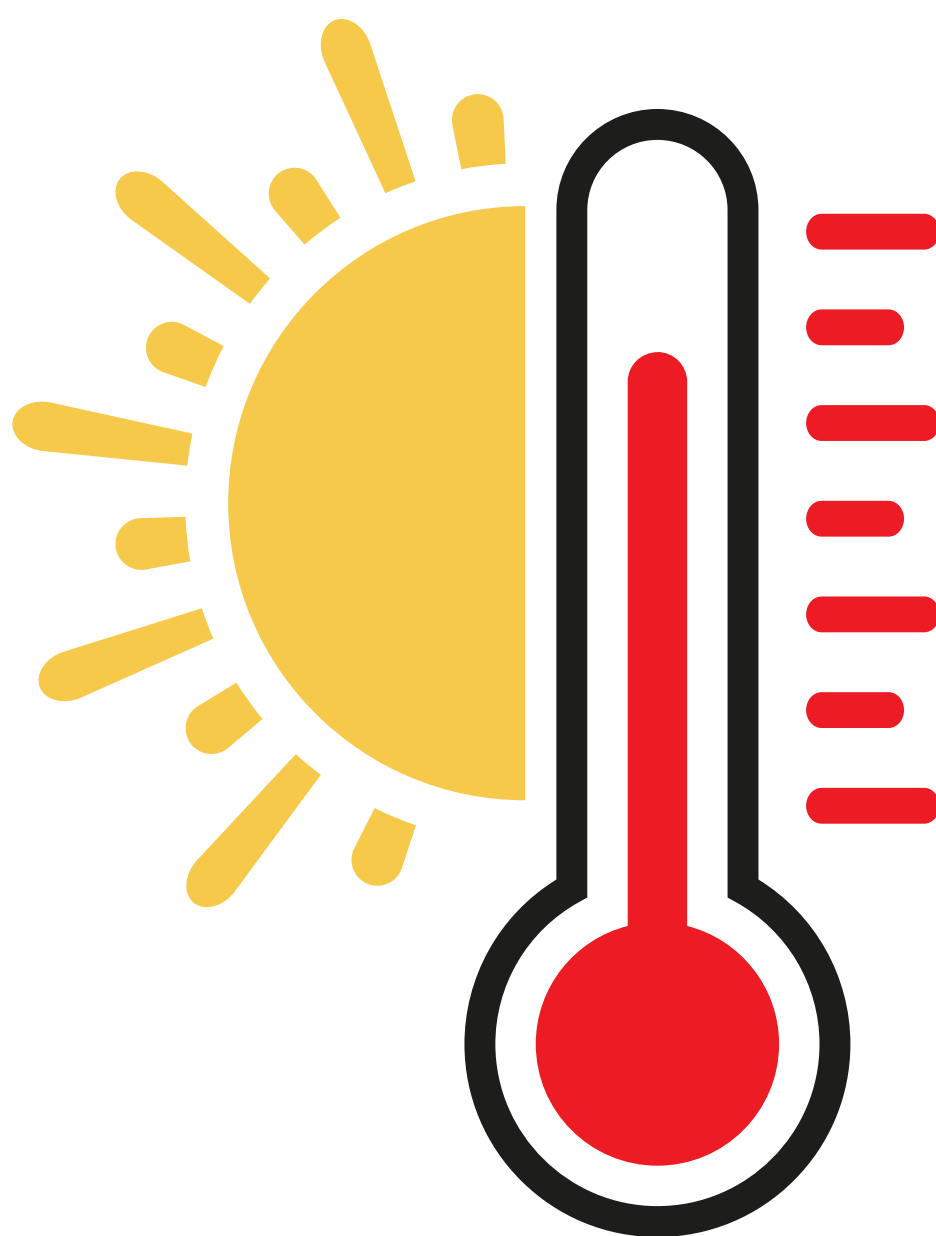
Il legame tra
alimentazione e
cambiamenti climatici

Ormai da diversi anni stiamo assistendo a inverni miti ed estati torride e gli esperti non hanno dubbi: la situazione non può che peggiorare.

Ma sapevi che tutto questo è legato in gran parte anche al nostro sistema alimentare?

Uno studio pubblicato sulla prestigiosa rivista PLOS Climate – ha evidenziato che eliminare gli allevamenti intensivi permetterebbe di abbattere del 68% le emissioni di gas inquinanti. Lo studio prospetta uno scenario in cui la diminuzione delle emissioni di metano e degli ossidi di azoto derivanti dagli allevamenti, insieme alla conversione di 800 miliardi

di tonnellate di anidride carbonica legata al ripristino della vegetazione, permetterebbe di evitare la catastrofe climatica.



“I bovini sono il principale contributore alle emissioni del settore, con circa 5 gigatonnellate di CO₂-eq, che rappresentano circa il 62% delle emissioni del settore. Suini, pollame, bufali e piccoli ruminanti hanno emissioni inferiori, tra il 7 e l’11% delle emissioni totali del settore”.



**[CLICCA QUI](#)
[E APPROFONDISCI](#)**

IL TEST

Che tipo di
CHANGER sei?

SCOPRILO QUI!

1. Quando vedi un piatto di verdure, cosa pensi?

A) "Dove è la carne?"

B) "Potrebbe essere un ottimo contorno!"

C) "Ecco il mio pranzo!"

2. Al supermercato, cosa finisce più spesso nel tuo carrello?

A) Carne, formaggio e qualche snack

B) Un mix di tutto, anche qualche prodotto vegano

C) Prodotti biologici, legumi, frutta e verdura

3. Come reagisci se in un ristorante il menu vegano è più gustoso di quello tradizionale?

A) Sospettoso e un po' confuso

B) Curioso e tentato di provare qualcosa

C) Già sai cosa ordinerai prima di entrare

4. Che impatto pensi abbia il tuo cibo sul pianeta?

- A) Non ci penso mai
- B) Ci penso talvolta, quando sento parlare di cambiamenti climatici
- C) È una delle mie principali preoccupazioni quando scelgo cosa mangiare

5. Un amico ti invita a una cena completamente vegana, la tua reazione?

- A) Porti una scusa per non partecipare
- B) Vai con un po' di scetticismo, ma aperto a nuove esperienze
- C) Non vedi l'ora di assaggiare tutto!

6. Il tuo spuntino preferito per un film è:

- A) Un pacchetto di patatine e una coca
- B) Popcorn con un pizzico di sale
- C) Popcorn con lievito alimentare e un frullato di frutta

7. Ti trovi davanti a una scelta di gelati: quale scegli?

- A) Gelato alla crema classico
- B) Sorbetto ai frutti di bosco
- C) Gelato vegano al cioccolato



MAGGIORANZA DI “A” IL CHANGER CAUTO

Sembra che tu preferisca ancora il tradizionale, ma ricorda, l'esplorazione non finisce mai! Il mondo vegan ha tanto da offrire, forse è tempo di dare una chance a nuovi sapori e abitudini!



MAGGIORANZA DI “B” IL CHANGER CURIOSO

Sei aperto a nuove esperienze e hai già fatto qualche passo nel mondo vegan. Continua a esplorare e sperimentare; potresti scoprire che il veganismo si adatta perfettamente al tuo stile di vita!



MAGGIORANZA DI “C” IL CHANGER PRO

Sei già un paladino del mondo vegan! Con una dieta ben consolidata e una forte consapevolezza ambientale, sei un modello da seguire. Continua a ispirare gli altri con le tue scelte consapevoli.

CHANGE your habit!

Qual è il piccolo grande cambiamento che puoi mettere in atto quest'estate da subito?

Passa al latte vegetale!

Farai bene a te stesso, agli animali e al pianeta!
Scopri i motivi per passare al latte vegetale: un piccolo cambiamento per un grande beneficio!

CLICCA SULL'ANTEPRIMA





PER TUTTI QUELLI CHE DICONO:



NON SARÒ MAI
VEGANO

LOCK THE TENT PRODUCTIONS PRESENTS IN ASSOCIATION WITH MEMPHIS JAMES PICTURES A FILM BY THE PICKERING BROTHERS "I COULD NEVER GO VEGAN"
DIRECTED BY THOMAS PICKERING SCREENWRITER JAMES PICKERING PRODUCERS JAMES PICKERING | THOMAS PICKERING EXECUTIVE PRODUCERS ALICIA SILVERSTONE | PETER EGAN
| HEATHER MILLS | ALISSA WHITE-GLUZ EDITOR THOMAS PICKERING DIRECTOR OF PHOTOGRAPHY THOMAS PICKERING MUSIC BY BENJAMIN SQUIRES SOUND DESIGNER ELIRAN SIVAN
SUPERVISING SOUND EDITOR DAN PUGSLEY SOUND RECORDISTS WAQAR SHAH | MARCUS ANUZIS COLOURIST PAUL HANDLEY © I COULD NEVER GO VEGAN LIMITED. ALL RIGHTS RESERVED.






LA RIVOLUZIONE ETICA DEL PACKAGING

Scopri **QUI** come la certificazione
VEG-PACK di VEGANOK sta cambiando
il mondo degli imballaggi.

VIAGGI



**Veg in vacanza?
No problem!**

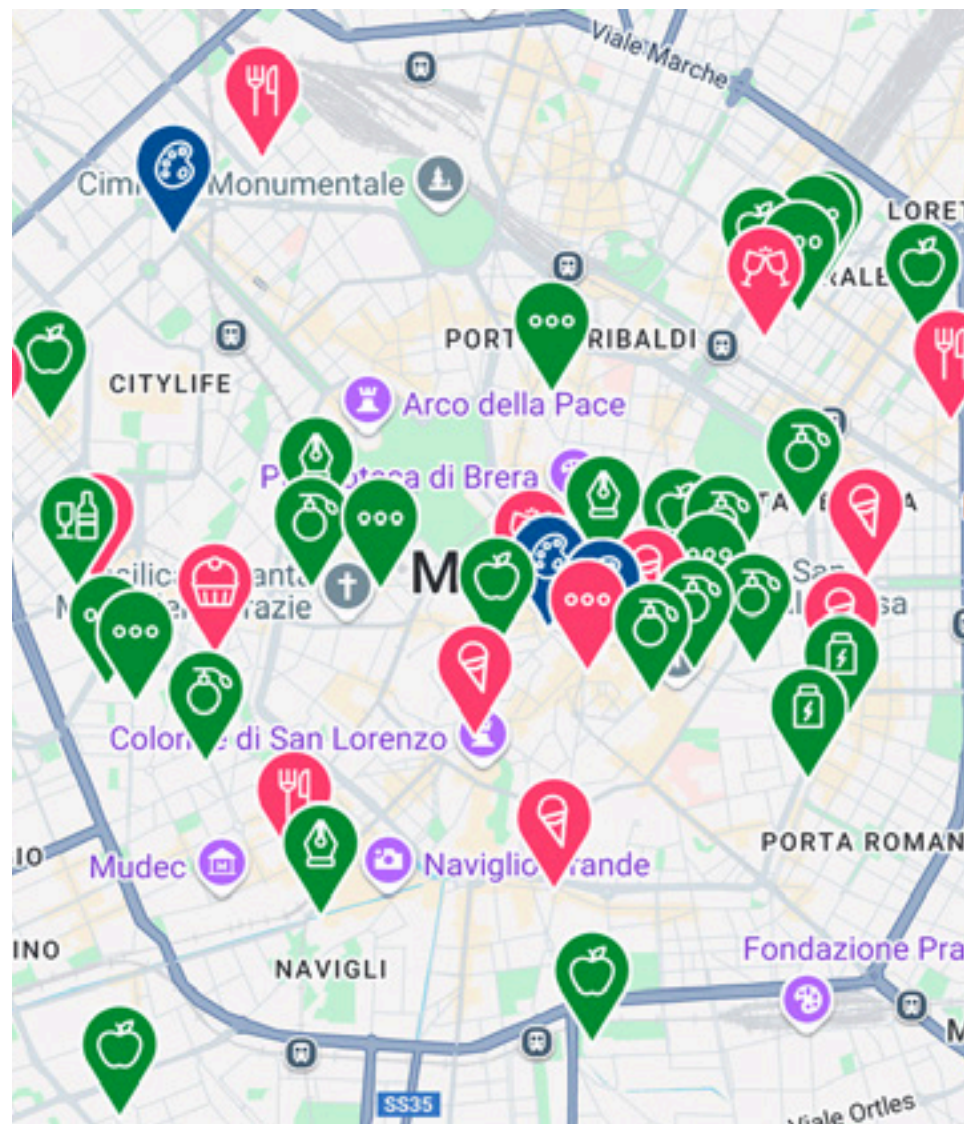
Benvenuti viaggiatori vegani! È arrivato il momento di pianificare la vostra prossima avventura, e sì, possiamo confermare che mangiare vegan in giro per il mondo è più che possibile, è incredibilmente gratificante!

Con un po' di pianificazione e un pizzico di spirito d'avventura, potete esplorare ogni angolo del pianeta senza rinunciare al vostro stile di vita vegano. Siete pronti a partire?

Preparatevi a godervi un viaggio ricco di sapori, scoperte e esperienze indimenticabili!

PRIMA DEL VIAGGIO

1. Ricerca Online: Usa risorse online come **VEGANOK MAPS** per individuare ristoranti e negozi alimentari vegani nella tua destinazione. E non dimenticare i social media: Instagram e Facebook possono essere veri e propri scrigni di informazioni e consigli dai vegani locali.



2. Esplora le Tradizioni

Locali: Approfondisci le tradizioni alimentari del paese che stai per visitare. Sapere cosa aspettarti ti renderà più sicuro e preparato.

3. Comunica le Tue

Esigenze: Prima di partire, assicurati di informare la tua compagnia aerea e il tuo alloggio delle tue esigenze alimentari.

4. Preparati con

Snack: Non dimenticare di portare con te snack vegani per affrontare lunghi viaggi o emergenze culinarie. Frutta secca, barrette energetiche saranno i tuoi migliori amici durante il viaggio.

DURANTE IL VIAGGIO

1. Esplora la Cucina

Locale: Assaggia i piatti tipici del luogo e scopri le specialità vegane della regione. Molte cucine del mondo offrono piatti vegani deliziosi e autentici che ti sorprenderanno e delizieranno.

2. Sii Creativo e

Flessibile: Se ti trovi in situazioni in cui le opzioni vegane sono limitate, non avere paura di chiedere modifiche ai piatti esistenti o di creare combinazioni di contorni per soddisfare le tue esigenze. La flessibilità è la chiave per godersi appieno l'esperienza culinaria in viaggio.

3. Condividi le tue

Esperienze: Utilizza i social media per condividere le tue scoperte vegane e per connetterti con altri viaggiatori vegani. Potresti trovare nuovi amici, scoprire gemme nascoste e ricevere consigli preziosi dalla comunità.

4. Divertiti! Alla fine, il viaggio è un'avventura! Abbandonati alla scoperta, ridi dei piccoli imprevisti e lascia che ogni pasto sia una festa per il palato e per lo spirito!

METE VEGAN DA ESPLORARE

- Berlino (Germania)
- Londra (Regno unito)
- Lisbona (Portogallo)

- Amsterdam (Paesi Bassi)
- Italia:
 - Milano
 - Torino
 - Napoli
 - Roma
 - Palermo.
- In Italia fatti stupire anche dai piccoli paesi di provincia, dove potrai trovare anche ricette tradizionali inaspettatamente vegan!
- Chiang Mai (Thailandia)
- Phuket (Thailandia)
- Vancouver (Canada)
- Adelaide (Australia)

Trova QUI la struttura VEGANOK perfetta per la tua prossima vacanza in Italia!

CONSIGLI DI VIAGGIO
Come si dice
“Sono vegano”?

Soy vegano/a

I am vegan

Ich bin vegan

Je suis végétalien(ne)

Ik ben veganistisch

Sono vegano/a

Jag är vegan

Eu sou vegano

Я веган (Ya vegan)

我是纯素食者
(Wǒ shì chún sù shí zhě)

私はヴィーガンです
(Watashi wa vīgan desu)

나는 비건입니다
(Naneun bigeonimnida)

(Ana nabati) أنا نباتي

मैं शाकाहारी हूँ
(Main shakahari hoon)

Είμαι χορτοφάγος
(Ímai chortofágos)



BIODIZIONARIO APPROVED

LO STANDARD PIÙ USATO NEL SETTORE DELLA ECOCOSMESI E DETERGENZA

Controlla gratuitamente l'INCI dei tuoi
cosmetici su www.biodizionario.it

SCARICA ANCHE L'APP IOS O ANDROID





**IL MEGLIO DEL
MONDO VEGAN**

veganok.com



TERRE DI HOROS

L'ECCELLENZA
ITALIANA

Terre Alimentari a base
di olive taggiasche
affumicate con vero

ORO 23 CARATI

terredihoros.com



BENVENUTE NEL NETWORK VEGANOK: LE NUOVE AZIENDE 2025



Poesia21 è una linea di fragranze per la casa e di prodotti per il corpo, realizzati al 100% in Toscana. Seleziona erbe, fiori e piante tipiche e ne conserva aromi e proprietà benefiche.



Produzione di pasta utilizzando farine ottenute dai grani più pregiati, assicurando risultati eccellenti in ogni ricetta.



Emendatori&Vayra1905: eccellenza nella gelateria artigianale, unisce tradizione e innovazione per ridefinire tendenze e consumi nel settore.



Sapone di Toscana è frutto di un'attenta combinazione di tradizione e innovazione. I prodotti garantiscono una pulizia profonda e un'intensa fragranza, preservando delicatamente i tessuti e la loro naturale morbidezza.



Realtà artigianale che produce formaggi vegetali. Le sue innovazioni ridefiniscono il piacere dei formaggi senza latticini, combinando sapori intensi e texture appaganti.



Idra Cosmetici si distingue per la sua esperienza e serietà nella formulazione di dermocosmetici all'avanguardia, grazie a un team che ricerca sempre nuove sostanze naturali e materie prime di qualità.



Integratori alimentari per il benessere quotidiano, a sostegno dell'organismo e di uno stile di vita sano.



Kimchi Pop produce artigianalmente kimchi coreano fresco e autentico nel Bel Paese per portare sulle tavole italiane un sapore autentico.



Choco Zero è il cioccolato irresistibile pensato per chi vuole concedersi un momento di piacere, senza rinunciare al benessere: senza zuccheri aggiunti, è perfetto per una dieta sana ed equilibrata.



Propone una linea completa di cosmetici per animali domestici, studiati nel pieno rispetto della loro sensibilità e pensati per l'igiene quotidiana e per valorizzare la bellezza naturale e il benessere della pelle e del pelo.



The Circle è un'azienda agricola che produce condimenti di altissimo livello, capaci di arricchire ogni piatto con sapori intensi e naturali.

barex[®]
italiana

Produzione e fornitura di trattamenti professionali d'eccellenza per la cura, la colorazione e lo styling dei capelli.



VEGANOK CHANGE SUPPORTERS



Scopri le **storie ispiratrici** dietro al progetto Change!
Clicca sulle foto e immergiti nelle **interviste** per scoprire cosa motiva anche loro a **fare la differenza!**



Scopri le **storie ispiratrici** dietro al progetto **Change!**
Clicca sulle foto e immergiti nelle **interviste** per scoprire cosa motiva anche loro a **fare la differenza!**



Scopri le **storie ispiratrici** dietro al progetto **Change!**
Clicca sulle foto e immergiti nelle **interviste** per scoprire cosa motiva anche loro a **fare la differenza!**