****

**Jeden z největších evropských vegan open-air festivalů Veggie Náplavka nabídne i tentokrát to nejnovější z rostlinné gastronomie i ochrany zvířat**

Praha, 13.10.2024

www.veggienaplavka.cz | info@veggienaplavka.cz | + 420 773 531 577

**Video pozvánka:** [**https://www.instagram.com/reel/DAbeG9QMK2p/**](https://www.instagram.com/reel/DAbeG9QMK2p/)

Už po 19. se Rašínovo nábřeží zaplní prodejci a vystavovateli rostlinné gastronomie a novinek vegan životního stylu, a to na jednom z největších evropských open-air veletrhů Veggie Náplavce (článek ve [Forbes](https://forbes.cz/thaiboxerka-vegankou-jak-ceska-se-svymi-bojovniky-haji-prava-zvirat/) zde). Každý event navštíví kolem 10 tisíc lidí, a pro organizátory jsou hlavním důvodem ochrana zvířat, planety – a proto i inspirace k životnímu stylu a stravování, které jsou aktuálně nejvíce ohleduplné i zdravé.

Návštěvníci a návštěvnice mohou ochutnávat produkty a pokrmy nejen v areálu, ale i v Tasting zónách, ve kterých celý den probíhají i komentované ochutnávky a prezentace novinek rostlinné stravy. Ve 12.30 a v 16.00 hodin návštěvníci mohou na Masterclasses od GreenHeads ochutnat světové novinky rostlinné stravy, jako například zcela chuťově identické alternativy rostlinných žebírek nebo zdravých a velmi chutných fermentovaných sýrů z ořechů.

Malé a začínající plant-based projekty se představují v zóně Starters & Small, nově mohou lidé, kteří navštíví Veggie Náplavku, ochutnat třeba vynikající vegan pralinky, rostlinné paštiky nebo vegan foie gras.

Letos také nově Veggie Náplavka ve spolupráci s ProVeg pořádají Inovační zónu, spojenou s hlasováním o nejinovativnější plant-based produkt.

Hlavním mottem Veggie Náplavky je číslo 7875. Tolik zvířat zachrání člověk, pokud preferuje rostlinnou stravu. Toto podporuje i aktuálně prezentovaná kampaň MléK.O.: Poznejte skutečnou cenu mléka, kterou na Veggie Náplavce představí projekt Zvířata nejíme.

„7875 – Odhaduje se, že tolik zvířat zachrání člověk, pokud preferuje rostlinnou stravu. Náš projekt Vegan Fighter pořádá eventy jako Veggie Náplavka, kde hlavním důvodem jsou pro nás zvířata a klimatická krize. Zvířata považujeme za cítící, inteligentní a vnímavé tvory, kteří si plně uvědomují špatné zacházení. A to je při získávání masa, ale i mléka a vajec vždy přítomné: ročně jen v ČR zemře 120 milionů zvířat. Dobrou zprávou ale je, že žijeme ve světě, kde už zvířata jíst nemusíme, jak zní mimochodem i další motto celé Veggie Náplavky.“, říká k Veggie Náplavce Founder projektu Linda Maruščáková, která je sama veganka téměř 25 let. „Jsme moc rádi, že na našich akcích ukazujeme inspiraci k rostlinným alternativám, které umožňují lidem nepodílet se na zabíjení, ale zároveň jim dodávají vše potřebné, výživově i chuťově.“, dodává.

Veggie Náplavka nabízí unikátní možnost vyzkoušet si různé druhy gastronomie v rostlinném pojetí. Návštěvníci a návštěvnice zde najdou nejzdravější verze rostlinné stravy, ale i klasická česká jídla a také asijskou, italskou nebo indonéskou variantu veganských jídel, oblíbený je vegan streetfood. K tomu nejnovější rostlinné výrobky jako vegan vejce, masa, nebo sýry v podobě, kdy kvůli nim nemuselo zemřít žádné zvíře.

Dalšími pozitivními dopady preference rostlinné stravy, jsou výrazně nižší environmentální dopady a také pozitivní vliv na zdraví. Během celého dne jsou proto návštěvníky a návštěvnice připravené konzultační zóny, lidé mohou zdarma navštívit workshopy sportovní plant-based výživy nebo celý den konzultovat s vegan lékaři a lékařkami a výživovými poradci.

Každý ročník nabízí také doplňkový program zaměřený na ochranu zvířat. I letos máme unikátní možnost setkat se s většinou českých i zahraničních projektů na ochranu zvířat a planety. Několik z nich organizuje také unikátní dětský koutek, kde připraví pro děti i jejich rodiče soutěže a hry. Velmi zajímavou částí programu jsou workshopy zaměřené na fyzio a zdraví, pořádané lékaři a fyzioterapeuty z Biotion“, odkrývá část programu Jan Müller z pořadatelského týmu Vegan Fighter a mistr světa v muaythai.

Pomoc zvířatům se bohužel poslední roky rozšiřuje i na válečné konflikty. I těm je věnován na eventu prostor. "Zvířata, stejně jako lidé, jsou ve válečných konfliktech zraněná, hladová a tisíce je jich nyní opuštěno v rozbombardovaných městech. A moc pomoc nás všech potřebují," říká k další části programu a činnosti Linda Maruščáková.

Dalšími pozitivními dopady plan-based stravování je také pozitivní vliv na sportovní výkonnost. „Rostlinná strava vychází, podle aktuálních studií i doporučení hlavních světových výživových organizací, jako jeden z nejzdravějších stylů stravování. Tento typ stravy podporuje život bez civilizačních onemocnění, a také sportovní výkon. Všichni z našeho organizačního týmu bojujeme nebo jsme bojovali v ringu nebo oktagonu, a proto jsme rádi také živou inspirací, že na rostlinné stravě lze podávat vrcholové výkony – a že skutečně funguje pro život.“, dodává Jan Müller.

S pořadateli můžete zatrénovat na speciálním tréninku, který je další součástí programu Veggie Náplavky.

Pořádající tým tvoří mj. dál také Magdalena Šormová, Alan Svoboda a Pavel Salčák, profesionální MMA zápasníci, mistryně republiky v muaythai Linda Maruščáková, thaiboxeři Pavel Barták a vicemistr republiky Jakub Šrámek, zmiňovaný Jan Müller, mistr světa v thaiboxu v supertěžké váze a dříve i další vicemistr republiky Václav Schweidler – jemu je i tato Veggie Náplavka věnovaná In memoriam.

Celý event je provozovaný v režimu zero waste, tedy s minimem tvorby odpadu. Jídlo si návštěvníci mohou nechat připravit do vratných krabiček nebo kompostovatelného nádobí.

Event se koná dvakrát ročně, další pokračování nás čeká 1.5.2025, v zimě pak indoor verze Veggie Vánoce 15.12.2024 ve Slovanském domě.

Founder a kontaktní osoba pro média: PhDr. Linda Maruščáková | info@veggienaplavka.cz | +420 773 531 577

Veggie Náplavka probíhá 13.10.2024 od 10 do 18 h na Rašínově nábřeží, Praha 2.

Generálním partnerem je K-take it veggie by Kaufland, brand partnery jsou Alpro, Ecover, Lush, Berlimo, Carton Clan, Psychologie & Sport.cz a Psychologie & Business.cz.

Čestným partnerem je ukrajinský Vegetus.

Další informace lze najít na webu www.veggienaplavka.cz a sociálních sítích eventu.