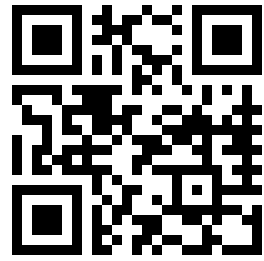


## WORD ABONNEE!

Een abonnement op Lekker Vegetarisch kost slechts € 19,50 per jaar.

Nog beter: steun het werk van de Vegetariërsbond en wordt donateur voor € 35,00 per jaar



Geef je op via [www.vegetariers.nl](http://www.vegetariers.nl) 



WELKOM

nieuwe donateurs van de Vegetariërsbond ontvangen het boek als welkomstgeschenk.

# Welkom!

Welkomstgeschenk voor nieuwe donateurs 

**De Hippe Vegetariër is het ideale boek voor iedereen die vaker vegetarisch en gezond wil koken.** Door de variaties in de recepten, de bespreking van vleesvervangers en de hotspots is het veelmeer dan het zoveelste kookboek. Mocht je vaker vegetarisch willen koken dat is dit boek een must have. Meld je aan via [www.vegetariers.nl](http://www.vegetariers.nl)

vegetariërs  
bond  
**Lekker**  
VEGETARISCH

## WAAROM DONATEUR WORDEN VAN DE VEGETARIËRS-BOND?

Honderdduizenden mensen zijn geholpen om meer vegetarisch te eten door voorlichting en voedingsinformatie. Duizenden mensen hebben zich opgegeven voor de nieuwsbrief '30 dagen vegetarisch' en hebben zo de stap gezet naar een vegetarische levensstijl.

Er zijn inmiddels vele honderden producten in de winkel met het Vegetarisch Productkeurmerk. Hiermee zie je in één oogopslag dat een product gegarandeerd vegetarisch is. Daarnaast laten we met de vegetarische productranking zien welke producten (waarschijnlijk) vegetarisch zijn en welke producten niet. Mede door de inspanningen van de Vegetariërsbond stijgt het aantal vegetariërs en vleesminderaars nog steeds.

### Hét vegetarische Receptenboek voor het horeca-onderwijs.

Niet in de boekhandel verkrijgbaar. Nieuw receptenboek van onze uitgebreide vegetarische lesmodule voor het hoger beroepsonderwijs. Met nieuwe kooktechnieken en bijdragen van internationale sterrenkoks. Puur plantaardige recepten. Geschikt voor de gevorderde vegetariër/kok. 92 recepten Prijs: 15 euro aan te vragen via [info@vegetariers.nl](mailto:info@vegetariers.nl)

### VOEDINGSSCAN

#### Krijg ik voldoende voedingsstoffen binnen?

Het is een vraag die bijna iedereen zich tegenwoordig stelt. leden van de Vegetariërsbond kunnen exclusief een voedings-scan laten doen door onze voedingsdeskundige Sytse de Waart. Al uw vragen via [info@vegetariers.nl](mailto:info@vegetariers.nl) 

### VASTE LEDENKORTING:

- Webwinkel Vegetarische slager; 5% korting. Dit tikt aan voor echte fans van de Vegetarische Slager.
- Artic Blue omega 3 capsules, 25% korting. Bestellen via de webshop [artic-blue.com](http://artic-blue.com)
- Webwinkel [www.aveso.eu](http://www.aveso.eu). 5% korting. Kleding, accessoires en gadgets. Talloze merken, puur plantaardig.
- Korting op vakantie reizen bij onze reispartner Veggjetravel.
- 10% korting bij meer dan 50 restaurants.
- Check [www.vegetariers.nl](http://www.vegetariers.nl) voor de volledige lijst met kortingen.