

## Nyhedsbrev – juli 2026

♥ Tak fordi du er en del af VF.

I dette nyhedsbrev kan du læse om den ekstraordinære generalforsamling, online medlems-hyggemøder, tanker om det nye regeringsgrundlag set med veganske øjne, kommende arrangementer og lidt sommerinspiration til grillen.

### 🌱 Ekstraordinær generalforsamling

VF har afholdt ekstraordinær generalforsamling, hvor de foreslåede vedtægtsændringer blev behandlet.

Vi er glade for at kunne fortælle, at ændringerne blev **enstemmigt vedtaget**.

Ændringerne betyder blandt andet, at foreningens formål nu tydeligere afspejler det arbejde, VF allerede er i gang med: fællesskab, inspiration, vegansk mad, opskrifter, spisesteder og praktisk viden om vegansk levevis.

Derudover ændres bestyrelsens valgperiode, så bestyrelsesmedlemmer fremover vælges for 2 år ad gangen. Det skal være med til at skabe mere kontinuitet i bestyrelsens arbejde, så projekter og idéer lettere kan følges til dørs.

Endelig udgår bestemmelserne om faste lokalafdelinger og lokalkoordinatorer. VF vil fortsat kunne støtte lokale arrangementer og aktiviteter, men uden en fast lokal struktur.

Tak til alle, der deltog og bidrog til en god og konstruktiv behandling af forslagene. Bestyrelsen arbejder nu videre med de næste praktiske skridt og glæder sig til det fortsatte arbejde for vegansk livsstil, fællesskab, dyrevelfærd, klima og natur. ♥

### Online medlems-hyggemøder

Flere medlemmer har givet udtryk for et ønske om fysiske møder, hvor de kan skabe plantebaserede fællesskaber med andre ligesindede. Bestyrelsen erkender dog, at den ikke har ressourcer til at stå for disse møder selv. I stedet starter vi med nogle onlinemøder, hvor Steen vil være tovholder.

Disse online-hyggemøder vil blive afviklet via Google Meet. Hvis du gerne vil deltage, så send en besked til Steen via [steen@danmarksveganskeforening.dk](mailto:steen@danmarksveganskeforening.dk). Efterfølgende vil Steen sende et mødelink ud til dig.

Tanken er, at du via disse onlinemøder lærer andre at kende, som du eventuelt efterfølgende selv kan kontakte med henblik på at oprette fysiske møder. Deltager, som ønsker at mødes fysisk kan så udveksle relevante kontaktinfo undervejs.

**Online medlems-hyggemøder kl. 19.00-20.00 på følgende datoer:**

- 3. aug.
- 7. sep.
- 5. okt.
- 2. nov.
- 7. dec.

 **Det nye regeringsgrundlag set med veganske øjne**

I VF's bestyrelse har vi læst det nye regeringsgrundlag med særlig opmærksomhed på de områder, der berører dyr, dyrevelfærd, klima, natur, miljø og plantebaserede fødevarer.

Vi hæfter os blandt andet ved, at det tidligere landbrugsministerium ikke længere står som et selvstændigt ministerområde på samme måde, og at der nu er en minister for natur og dyrevelfærd. Det er i sig selv et interessant signal. Når natur og dyrevelfærd får en tydeligere placering, kan det være med til at flytte fokus fra produktion alene til også at handle om dyrenes liv, naturens vilkår og de miljømæssige konsekvenser af vores fødevarer.

Særligt vigtigt er det, at der lægges op til en omlægning af dansk griseproduktion og et øget fokus på dyrevelfærd. Det er positivt, at der nævnes bedre forhold for grise, mindre brug af fiksering, senere fravænning, mere plads og bedre mulighed for naturlig adfærd. For os er dyrevelfærd ikke et sidepunkt – det handler om levende væsener og de liv, de får lov at leve.

Vi hæfter os også ved, at plantebaseret produktion, økologi og øget selvforsyning med frugt, grønt og bælgfrugter indgår i regeringsgrundlaget. En vegansk omstilling handler nemlig ikke kun om den enkeltes valg på tallerkenen, men også om hvilke fødevarer, vi som samfund vælger at støtte, udvikle og gøre tilgængelige.

Derudover er det positivt, at regeringsgrundlaget rummer grønne ambitioner om mere natur, mere skov, bedre biodiversitet, renere vandmiljø og mindre belastning fra landbruget. Det er vigtige skridt, når vi skal tage ansvar for både dyr, mennesker og den verden, vi deler.

Det er naturligvis ikke et vegansk regeringsgrundlag, og der er stadig meget langt igen. Men vi ser det som positivt, at dyrevelfærd, plantebaserede fødevarer, klima og miljø i højere grad tænkes sammen.

Veganisme handler ikke kun om mad. Det handler også om omsorg for dyr, hensyn til naturen og ønsket om en mere bæredygtig fremtid. 🌍💚

## Sommergrill på vegansk

Grillarrangementer kan være hyggelige, men de kan også være lidt svære at finde sig til rette i som veganer. Ofte er det kød på mange måder, der fylder på grillen, og det plantebaserede er med som tilbehør.

Heldigvis kan vegansk grillmad sagtens være både mættende, festlig og fuld af smag. Grøntsager, svampe, tofu, plantepølser, marinader, salater, brød og gode dips kan tilsammen gøre grillbordet både farverigt og indbydende.

Når man griller sammen med andre, kan det også være rart at bruge en grillbakke eller have et lille område på grillen til det veganske. Så bliver der plads til alle – og det bliver nemmere at dele madglæden på en god måde.

## 🍴🌱 Fladbrød med grillede portobellosvampe

Herunder deler vi en enkel sommeropskrift på fladbrød med grillede portobellosvampe. Den passer godt til en fælles grill, fordi den både er nem at spise, mættende og fuld af smag.



Sommergrill behøver ikke handle om kød. Grillede portobellosvampe får en dejlig fylde og smag, og de passer perfekt i lune fladbrød med sprød salat, tomat, agurk, rødløg, grillet spidskål og en cremet dressing.

### **Det skal du bruge:**

- portobellosvampe
- fladbrød
- salat
- tomater
- agurk
- rødløg
- spidskål

### **Marinade:**

- 5 spsk. olivenolie
- 2 spsk. balsamico
- salt og peber
- basilikum
- timian

### **Dressing:**

- et plantebaseret cremefraiche-alternativ
- 1 spsk. tomatkoncentrat
- 1 tsk. paprika
- salt og peber

### **Sådan gør du:**

Rens svampene, og skær dem i tynde skiver. Sæt to grillspyd igennem svampeskiverne, og fordel dem, så der er lidt plads imellem.

Rør marinaden sammen af olivenolie, balsamico, salt, peber, basilikum og timian. Pensl svampene godt med marinaden, og grill dem et par minutter på hver side, til de er møre og har fået lidt farve.

Skær spidskålen i både, hold hvert stykke sammen med et træspyd, pensl med olie, og drys med salt og peber. Grill spidskålen kort, så den får lidt farve, men stadig har bid.

Rør dressingens sammen af plantebaseret cremefraiche-alternativ, tomatkoncentrat, paprika, salt og peber.

Lun fladbrødene, og fyld dem med dressing, grillede portobellosvampe, grillet spidskål, salat, tomat, agurk og rødløg.

En enkel og sommerlig ret, der både fungerer til fælles grill, picnic og en rolig aften i haven. ❤️

## **Kommende arrangementer og muligheder for engagement**

I den kommende tid er der flere arrangementer med fokus på vegansk livsstil, klima, fællesskab, plantebaserede fødevarer og omsorg for dyr og miljø.

Nogle arrangementer giver mulighed for, at du kan engagere dig og repræsentere VF. Andre kan være relevante at besøge for inspiration, netværk og viden.

---

## **Arrangementer, hvor VF er inviteret**

### **Klimaaktivitetsdag i Nykøbing Havn**

**Torsdag den 2. juli 2026 kl. 11.00–15.00**

Ung i Odsherred inviterer til en klimaaktivitetsdag på Nykøbing Havn. Dagen markerer starten på en klimasejlads på Isefjorden med skonnerten Bonavista, som sejler med indsamlet genbrugstøj fra havn til havn.

Der bliver blandt andet tøjbyttemarked, upcycling, kaffebod og samtaler om klima, forbrug, bæredygtighed og Isefjordens tilstand. VF er inviteret med som en relevant aktør, fordi plantebaseret mad og vegansk livsstil også hænger sammen med klima, miljø og vores måde at forbruge på.

✦ **Sted:** Nykøbing Havn

✦ **Tid:** 11.00–15.00

✦ **Kontakt:** Matteo Poulsen, Ung i Odsherred – [mpoul@odsherred.dk](mailto:mpoul@odsherred.dk)

## **Happiness Festival Danmark**

**4.–5. juli 2026 i Langebæk**

Happiness Festival Danmark er en 2-dages festival for bevidst livsstil, fællesskab og plantebaseret mad. Festivalen foregår på Mohanji Peace Centre i Langebæk og samler deltagere til foredrag, yoga, meditation, musik, healing, børne- og ungdomsprogram samt lokale udstillere.

Festivalen er 100 % plantebaseret og veganervenlig, og VF er inviteret til at deltage med en gratis markedsbod. Det kan være en fin mulighed for at møde mennesker, som allerede er nysgerrige på en mere bevidst og medfølelse livsstil.

✦ **Sted:** Mohanji Peace Centre, Langebæk

✦ **Dato:** 4.–5. juli 2026

✦ **Kontakt:** Nikolina Dragojevic, Happiness Festival Danmark – WhatsApp: +381 69 636 248

---

## **Har du lyst til at deltage som repræsentant for VF?**

Måske har du lyst til at tage kontakt til arrangørerne, stå ved en bod, fortælle om foreningen og byde nysgerrige mennesker velkommen i vores fællesskab.

Det kan også være, du har lyst til at invitere flere til at blive medlemmer og være med til at udbrede kendskabet til VF.

Du behøver ikke have prøvet det før – lysten til at være med og tale venligt med andre er det vigtigste.

---

## **Arrangementer til inspiration**

### **Greenpeace Village på Roskilde Festival**

**28.–30. juni 2026**

Greenpeace inviterer til Greenpeace Village på Roskilde Festival med fokus på klima, aktivisme, fællesskab og håb i handling. Her kan man deltage i workshops, møde andre klimaengagerede og blive inspireret til konkrete måder at gøre en forskel på.

✦ **Sted:** Roskilde Festival, Camping West

✦ **Dato:** 28.–30. juni 2026

---

## **Det Nationale Klimatopmøde 2026**

**19.–20. august 2026 i Lemvig**

Det Nationale Klimatopmøde samler mennesker, der arbejder med og interesserer sig for klima, bæredygtighed og fremtidens løsninger. Der er oplæg, samtaler og videndeling om klimaudfordringer og grøn omstilling.

✦ **Sted:** Klimatorium, Lemvig

✦ **Dato:** 19.–20. august 2026

## **Sommer, grill og fællesskab**

I dette nyhedsbrev finder du en opskrift på grillede portobellosvampe i fladbrød – men vi ved, at der findes mange andre gode veganske grillfavoritter derude.

Har du en lækker grillopskrift, en smart idé til tilbehør eller et godt tip til vegansk grillmad? Vi vil meget gerne høre fra dig.

Del gerne billeder, opskrifter og tips med os på Facebook eller Instagram – eller send dem til hjemmesiden, så andre medlemmer også kan få glæde af dem.

Kender du et arrangement, en festival, et foredrag eller en aktivitet med relevans for veganere, som VF bør nævne i et kommende nyhedsbrev? Så send os meget gerne et tip.

Sammen gør vi VF til et levende fællesskab fyldt med inspiration, viden og gode oplevelser.

**Rigtig god sommer** 🌻 📖

**De bedste hilsner**

**Bestyrelsen i VF** 🌻

### **Nyttige links og kontakt** 🔗

**Hjemmesiden:** [Danmarks Veganske Forening](#)

**Facebook:** [Danmarks Veganske Forening](#)

**Instagram:** [Danmarks Veganske Forening](#)

**Kontakt:** [Skriv til os via hjemmesiden.](#)

**Tak fordi du er en del af fællesskabet** 🌻