

Iom da utilaj adresoj por vegetaranoj/veganoj/verduloj
(informoj disponigitaj de Armelle Piolat, redaktitaj kaj ampleksigitaj de Heidi Goes)

Ekologiaj lokoj (vendejo & restoracio kun minimume 1 vegetara plado/menuo)

Restoracio kaj butikoj « La source » (la fonto) <http://www.denislasource.com/>

13 Rue du Plat (apud belarta palaco)

De 1979, vendejo kun manĝetoj kaj restoracio (1a etaĝo)

Restoracio

Lundo ĝis ĵaŭdo 11h30-14h

Vendredo 11h30-14h & 19h-21h

Sabato 19h-21h

Butikoj

Lundo ĝis ĵaŭdo 9h-19h

Vendredo 9h-21h

Sabato 9h-19h

Restoracio « De Rode koe » (la ruĝa bovino) <https://www.facebook.com/derodekoe>

85, Rue de la Monnaie

La produktoj venas de flandra bieno

Lundo, mardo kaj dimanĉo : 9h - 18h

Merkredo ĝis sabato : 9h - 21h

Kafejo « Café citoyen » (civitana)

7, place du vieux marché aux chevaux

kooperativa kafejo kaj loko por kunveno kaj koncerto

Lundo ĝis vendredo 7h30 - 23 h 30

Sabato 14h - 23h30

Vendejo Biocoop *ekologia nacia reto* <http://www.biocoop-solferino.com/>

98 Rue de Solferino

Lundo : 15h-19h

Mardo ĝis sabato 9h30-13h & 15h-19h

Vendejo **Bio c' Bon**

. 35 rue de la Monnaie Lille http://bio-c-bon.eu/fr/nos_magasins/bio-c-bon-lille-monnaie (03 28 53 62 63)

Lundo-sabato : 10h-20h

Dimanĉo : 9h30-13h30

. 36 rue Faidherbe Lille http://bio-c-bon.eu/fr/nos_magasins/bio-c-bon-lille-faidherbe (03 20 40 27 78)

Lundo-sabato : 10h-20h

Dimanĉo : 10h-13h

Vendejo de la ekologia farmbieno **Vert'Tige** <http://www.vert-tigebio.fr/>

Marché couvert de Wazemmes (koverta bazaro)

Place de la nouvelle aventure Lille

Mardo/merk/ĵaŭdo 9h - 13h

ven/sab 9h-19h

Vendejo kaj kafejo « Exki » +33 3 20 86 56 43

(plejparte ne ekologia, kaj multe da plastajoj, sed estas vegetaraj kaj foje vegana opcio)

70, Rue Nationale

Memserva belga butikoj por manĝi surloke aŭ kunporti

Lundo ĝis vendredo 8h - 18h

Sabato 9h - 19h30

Kelkaj utilaj frazoj
(iom redaktita/adaptita el la Vegan Passport)

Esperanto	franca
Mi estas vegetarano/vegetaranino.	Je suis végétarien/végétarienne (ino).
Mi estas vegano/veganino.	Je suis végan/vegetalien/végétalienne (ino)
Pro principo vegetaranoj manĝas nenion de mortintaj bestoj.	Par principe, les végétariens ne mangent aucun produit des animaux morts.
Pro principo veganoj manĝas nenion el animala origino.	Par principe, les végans ne mangent aucun produit d'origine animale.
(por vegetaranoj) Ni ne manĝas viandon (inkluzive de viandmuelitaĵo, kolbaso), kortbirdaĵon (inkluzive de kokaĵo), fiŝon, krustulojn, moluskojn kaj aliajn marbestojn.	Nous ne mangeons pas de viande (y compris hachis, saucisses, boudin), de volaille (y compris poulet), de poisson, de crustacés, coquillages ni fruits de mer.
(aldone por veganoj) Ni ankaŭ ne manĝas bestdevenajn produktojn kiel mielon, ovojn, lakton, buteron, fromaĝon aŭ iu ajn laktaĵon.	Nous ne mangeons non plus des autres produits animaux comme du miel, oeufs, lait, beurre, fromage et autres produits laitiers.
Ni manĝas terpomojn, rizon, pastaĵon (sen ovojn), fazeolojn, legomojn, tomatojn, fruktojn, nuksojn, fungojn; panon aŭ kukojn (faritaj sen animala/besta graso), grenon kaj grenproduktaĵojn, supojn kaj saŭcojn faritaj kun legomoj kaj ne kun viando aŭ ekstraktoj el viando.	Nous mangeons les pommes de terre, le riz, les pâtes (sans oeufs), les haricots, les légumes, les tomates, les fruits, noix, les champignons, le pain et les pâtisseries (faits sans matière grasse animale, sans oeufs, sans lait ni crème chantilly) les céréales et produits dérivés, soupes et sauces de légumes sans viandes ou extraits de viandes.