

모임 결과보고서

모임명	렛츠 제로비건		
모임성격	■ 시민중심 환경실천	지원비	3,000,000원
모임대표자	김현실	모임기간	2023.8.10.~12.9.
모임목적	<ul style="list-style-type: none"> ○ 지속적으로 참가자들을 만나고 관리하는 시스템을 통해 참가자들이 소속감을 느낄 수 있으며, 저탄소 식습관, 제로웨이스트와 비건 등을 실천하고 지속하는 데에 도움을 주고자 한다. ○ 지속 가능한 식생활로서 제로웨이스트 식재료 구입과 채식 기반 요리를 쉽고 재미있게 경험할 수 있는 기회를 제공하여 긍정적인 채식 인식을 심어준다. ○ 우리 몸에도, 지구에도 이로운 먹거리의 방식과 생태 전환의 가치를 시민들과 공유한다. 		
주요 활동내용	<ul style="list-style-type: none"> ○ 온라인 모임 <ul style="list-style-type: none"> - 온라인 모임을 통해 시민들과 의견을 공유 - 비건, 제로웨이스트 필요성 관련 사전 교육 - 다양한 비건 레시피, 활동 내용, 행사 및 교육 정보 나눔 - 제로 웨이스트 & 비건 결합 사례, 다회용기 사용 권장 교육 - 활동 결과 SNS(인스타그램)에 공유 및 확산 ○ 오프라인 모임 <ul style="list-style-type: none"> - 전통시장 방문 후 제로 웨이스트 제철 농산물 구입 - 직접 구매한 재료로 비건 요리 실습 진행 - 일회용품(종이컵, 수저, 그릇 등) 사용을 지양 - 사전에 안내한 개인 용기를 활용한 '용기내 포장' 실시 - 활동 결과를 SNS(인스타그램)에 공유 및 확산 - 제로 웨이스트샵 및 리필 스테이션, 비건식당 쿠폰 제공 		

■ 모임 결과

○ 주요활동 및 운영내용

1. 100일 제비 인증하기

- 1) 참가자(제비)들이 네이버 카페 '렛츠 제로비건'에 제로 웨이스트 또는 비건 실천 활동을 사진과 함께 게시하여 인증함.
- 2) 제로 웨이스트, 비건, 제로 웨이스트+비건 등 다양한 실천 활동을 공유하고 댓글을 통해 제비끼리의 활동을 응원함.

2. SNS 운영

- 1) 인스타그램 렛츠제로비건 계정을 새로 만들고, 활용하여 카드 뉴스를 통해 제로 웨이스트, 비건 관련 정보를 제작 및 배포함.
- 2) 카카오톡 오픈 채팅방 등을 활용하여 제로웨이스트, 비건 관련 정보를 자유롭게 수시 공유함.
- 3) 비거니즘, 제로 웨이스트의 중요성 등을 환경적 관점에서 제시함.

3. 제비 포트럭

- 1) 일시: 2023년 9월 10일 (일) 오후 5시~오후 8시
- 2) 장소: 노들섬 일대 공원
- 3) 참여 인원: 12명 (제비 활동 참가자 9명, 운영자 3명)
- 4) 내용:
 - 각자 요리 또는 포장해온 음식을 함께 나누어 먹는 포트럭 파티를 노들섬에서 제로 웨이스트 및 비건 친화적으로 실시함.
 - 다양한 비건 음식을 다회용 용기에 담아 함께 나누어 먹으며 자기소개, 참가 이유 소개, 가져온 음식 소개를 주로 진행함.
 - 타로 상담과 책 교환 등의 이벤트도 특별 활동으로 진행함.

4. 제비 쿠키 1회: 크리스타 조원경님의 비건 쿠키 클래스

- 1) 일시: 2023년 9월 17일 (일) 오전 11시~오후 3시
- 2) 장소: 망원 시장, 끼니쿠키스튜디오
- 3) 참여 인원: 7명 (제비 활동 참가자 3명, 운영자 3명, 강사 1명)
- 4) 내용:
 - 시장에서 친환경 제철 채소 및 과일을 최대한 무포장(제로웨이스트)로 구매한 후 스튜디오로 이동

- 스튜디오에서 재료를 함께 손질하고 이론 수업을 진행.
- 단호박 스프, 당근 라페, 부추 페스토 파스타, 사과 피클, 과일 샐러드 등 가을에 어울리는 비건 브런치 요리를 배우며 함께 만들.

5. 제비 쿠킹 2회: 홀썸 배서영 셰프님의 비건 쿠킹 클래스

- 1) 일시: 2023년 10월 24일 (화) 오후 3시~오후 6시
- 2) 장소: 홀썸 팜 투 테이블
- 3) 참여 인원: 8명 (제비 활동 참가자 4명, 운영자 3명, 강사 1명)
- 4) 내용:
 - 비건 식당 겸 케이터링, 친환경 배송 서비스, 클래스 등을 진행하는 홀썸에 모임.
 - 셰프님께서 농부님들로부터 직접 공수한 로컬 및 제철의 친환경(자연농) 재료를 손질함.
 - 쪽파 페스토, 구운채소 덮밥, 버섯 못국, 텃밭 채소 샐러드 등 제철 자연농 식재료를 활용한 비건 한식을 배우며 함께 만들.

6. 제비 쿠킹 3회: 이도경 셰프님의 비건 쿠킹 클래스

- 1) 일시: 2023년 11월 18일 (토) 오후 2시~오후 6시
- 2) 장소: 금호 시장, 비아 바닐리아 스튜디오
- 3) 참여 인원: 7명 (제비 활동 참가자 3명, 운영자 3명, 강사 1명)
- 4) 내용:
 - 시장에서 최대한 무포장(제로웨이스트)으로 친환경 제철 채소 및 재료를 구매함.
 - 스튜디오에서 재료를 함께 손질하고 건강에 관한 이론 수업을 진행.
 - 단호박녹두해독죽, 연근 샐러드, 모듬 버섯 구이 등 계절과 체질에 맞는 채식약선요리를 배우며 함께 만들.

○ 활동에 따라 도출된 성과 및 활용방안

1. 성과

- 100일동안 인증을 하면서 제로 웨이스트와 비건에 대한 이해도가 전반적으로 높아짐.
- 지속 가능한 라이프 스타일에 대한 이해도를 극대화하고 제로 웨이스트와 비건에 대한 지식을 향상
- 다양한 활동에 함께 참여하면서 서로 간의 실천 팁을 공유하면서 공감대를 형성함.
- 인증을 통해 얻은 경험을 모임에서 주고받으면서, 제로 웨이스트와 비건에 대한 생활 방식을 서로에게 공유함.
- 막상 어렵게만 느껴졌던 제로웨이스트 실천을 함께 시장에서 할 수 있어 모임에서 즐겁게 실천할 수 있었음.
- 재사용 용기, 비닐봉투 대신 일회용 가방 사용 등 일상적인 습관을 변화시키는 데 도움이 되었음.
- 처음 먹어보지만 맛있었던 비건 음식을 접하면서 비건에 대한 인식이 긍정적으로 변화함.
- 챌린지를 통해 비건, 채식 식습관이 어렵지 않고 맛있을 수 있다는 사실을 발견.
- 비건식당 및 제로웨이스트샵과 연계해 쿠폰을 지급하여, 가까운 지역이나 가보고 싶었던 곳의 방문을 유도하여 실천이 지속할 수 있도록 함.
- 참여자들은 생활속에서 실천의 기회를 얻으면서, 제로 웨이스트와 비건 생활을 계속 유지할 수 있음.

2. 활용방안

- 추후 이와 유사한 모임을 진행할 경우에 1인가구 제비 요리 교실, 다이어트 식단 관리 제비 요리 교실, 어린이와 함께하는 제비 요리 교실, 중장년을 위한 제비 요리 교실, 아빠를 위한 제비 요리 교실 등을 진행할 수 있을 것이라 생각함.
- 1인 가구 제비 요리 교실 : 1인 가구를 대상으로 한 소그룹 교실을 개설하여 개별 참여자에게 보다 구체적인 피드백을 제공.
- 다이어트 식단 관리 제비 요리 교실 : 영양 전문가를 초빙하여 건강한 식단 및 다이어트에 관한 정보를 전달.
- 레시피 북 제작: 참여자들이 배운 레시피를 모아 레시피 북을 제작하여 지속적인 도움을 제공 및 확산.
- 어린이와 함께하는 제비 요리 교실 : 어린이들이 즐겁게 참여할 수 있는 요리 프로젝트를 도입하여 놀이와 학습을 결합.
- 중장년을 위한 제비 요리 교실 : 중장년층을 대상으로 건강한 식단 및 건강

관리에 대한 전문가 강의 개최.

- 아빠를 위한 제비 요리 교실 : 아빠들이 주체적으로 참여하는 비건 요리 활동을 통해 가족이 함께 할 수 있는 시간 제공.
- 추후 다양한 비건 식당 및 제로 웨이스트샵, 환경교육센터, 시민단체와 연계하는 활동을 추천함.
- 지역 내 비건 식당이나 제로 웨이스트샵과 협력하여 특별 할인 혜택이나 이벤트를 제공. 마르쉐, 지역 농부 시장 등 지속 가능한 식재료 및 시장 활용.
- 환경교육센터 및 시민단체와 협업 : 지속 가능한 식품 소비 및 환경 보호에 관한 교육을 위해 환경교육센터나 시민단체와 협업.

○ 활동에 따른 정책적 건의사항

- 2020년 서울시의 '채식하기 편한 서울' 사업처럼 시와 구 단위의 정책 지원이 필요함.
- 정책적으로 용기내 챌린지 및 무포장 제도에 대한 적극적인 홍보 및 지원이 필요함.
- 환경 관련 시민모임 활성화를 위한 예산 확대가 필요함.
- 시민모임과 환경 관련 사회 기관이 서로 협력하여 진행할 수 있도록 다양한 정보 안내하고 교육하는 자리 마련이 필요함.
- 사후정산 시스템으로 예산 마련 및 집행의 어려움이 있었음.

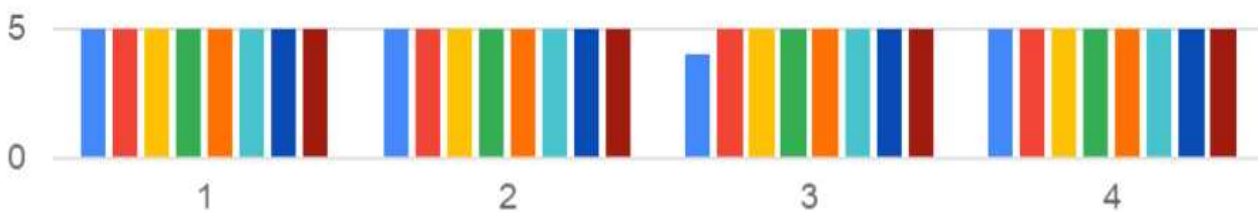
○ 모임운영에 따른 모니터링/만족도 결과

- 모니터링/ 만족도 결과 평균 4.8/5 응답으로 매우 만족의 비율이 높았음.
- 활동 안내 및 구성이 적절하며 전반적인 활동 만족도가 높았음.
- 인근 시장, 쿠킹 클래스 활동 장소에 대한 만족도가 높았음.
- 친환경적인 삶, 제로 웨이스트와 비건 실천에 대한 만족도가 높았음.

1차 망원 크리스타님 쿠킹클래스



2차 양재 흘썸 배서영 셰프님 쿠킹클래스



3차 신금호 이도경 선생님 쿠킹클래스



■ 1-1 활동 안내가 잘 되었습니까?

■ 1-2 활동 구성이 적절합니까?

■ 2-1 활동에 대해 전반적으로 만족하십니까?

■ 2-2 활동 방법 및 장소에 만족하십니까?

■ 3-1 활동이 친환경적인 삶에 도움이 되었습니까?

■ 3-2 활동이 제로 웨이스트와 비건 실천에 도움이 되었습니까?

○ 모임운영에 대한 모임구성원 소감 및 건의사항 등

1. 모임구성원 소감

- 1) 서로의 활동을 지지, 격려하고 정보교류 과정을 통해 더 용기 가지고 비거니즘 실천할 수 있을 것 같습니다.
- 2) 이번 활동을 계기로 저의 생활 습관이 바뀌었고 관심도가 높아졌습니다. 덕분에 제 주위 사람들에게도 긍정적 영향을 끼칠 수 있었습니다.
- 3) 내가 먹는 것, 내가 딛고 있는 땅이 지금의 저라고 생각합니다. 그러다보니 먹는 것, 쓰고 버려지는 것 하나하나 생각이 달라지더라고요. 저를 아끼는 행위가 곧 환경과 맞닿아있다고 여기고 어렵고 거창하게 생각하지 않기로 했습니다. 안되면 안되는 대로, 내가 할 수 있는 범위내에서.
- 4) 시장에서 직접 장 본게 초딩때 엄마 따라간 이후 간만이라 너무 설렜네요.
- 5) 편안한 분위기에서 재료, 조리도구, 조리방법 등 다양한 정보를 나누고 가치관을 공유한 점, 직접 채소를 조리해본 것이 좋았습니다.
- 6) 제철 재료를 이용한 메뉴 구성이 좋았습니다!
- 7) 생각보다 쉬운 레시피로 맛있는 음식을 먹을 수 있어서 좋았고 비건요리에 대한 벽을 허물어 주었습니다.
- 8) 제철 음식, 맛있는 식사! 제로웨이스트 비건 요리 정말 좋았습니다.

2. 모임 구성원의 건의사항

- 1) 더 많은 활동이 지속되면 좋겠습니다.
- 2) 제로 웨이스트, 비건 관련 행사가 많아지면 좋겠어요.
- 3) 언행일치가 가장 중요한 것 같아요. 꾸준히 할 수 있으면 좋겠어요.

[참고자료]



























1. 네이버 카페 운영 현황

1) 네이버 카페 가입자 현황

전체멤버 | 카페스텝

별명을 입력해주세요



 Helen(aura****) 게시글 0 댓글 0 좋아요 1	 밍골(mink****) 게시글 1 댓글 2 좋아요 5	 주희(kimj****) 게시글 0 댓글 0 좋아요 0
 소라(sora****) 게시글 4 댓글 5 좋아요 11	 amarpg1990(amar****) 게시글 0 댓글 0 좋아요 0	 엘리(j2hy****) 게시글 2 댓글 0 좋아요 1
 크리스타(fpah****) 게시글 0 댓글 0 좋아요 1	 우기(supe****) 게시글 2 댓글 1 좋아요 10	 링고리브레(thdu****) 게시글 5 댓글 4 좋아요 16
 정아(wjdd****) 게시글 25 댓글 10 좋아요 47	 빈아(seoj****) 게시글 4 댓글 0 좋아요 9	 권정(sigh****) 게시글 168 댓글 111 좋아요 165
 조은별(ythj****) 게시글 0 댓글 0 좋아요 2	 mangoo(yjro****) 게시글 0 댓글 0 좋아요 1	 홍프로텍터(hanh****) 게시글 1 댓글 0 좋아요 3
 초아(tjsw****) 게시글 4 댓글 9 좋아요 13	 아미파슬(less****) 게시글 0 댓글 0 좋아요 2	 수빈(xsub****) 게시글 75 댓글 154 좋아요 274
 할수이있다(fpss****) 게시글 5 댓글 5 좋아요 12	 유반장(sunn****) 게시글 0 댓글 1 좋아요 7	 코지(happ****) 게시글 2 댓글 11 좋아요 14
 connect(eeeu****) 게시글 3 댓글 1 좋아요 13	 STAFF봄봄(nice****) 게시글 0 댓글 5 좋아요 21	 Niceecolife(utop****) 게시글 0 댓글 0 좋아요 57
 STAFF도도(doda****) 게시글 3 댓글 41 좋아요 26	 STAFF시리(cv25****) 게시글 23 댓글 55 좋아요 85	

2) 카페 모습 및 미션 인증 게시판 (2023. 11. 30. 기준)

카페정보

나의활동

STAFF시리

매니저

2023.08.20. 개설

카페소개

★ 카페관리

📈 통계

새작1단계

26

초대

카페 글쓰기

카페 채팅

★ 즐겨찾는 게시판

전체글보기 327

인기글

Let's Zero-Vegan

공지사항

특별 미션

카드뉴스

활동사진

Daily Mission

미션 인증

정보나눔

최근 댓글 · 답글

[82회차] 비건+제로 웨이...

[80회차] 비건+제로 웨이...

[62회차] 제로 웨이스트 미...

[61회차] 제로 웨이스트 미...

[150회차] 비건 미션 완료

미션 인증

계시판 분석

15개씩

새글 구독

공지 숨기기

글

리

메

말머리	제목	작성자	작성일	조회	좋아요
공지	미션 글쓰기 가이드 [1]	시리김현실	2023.08.24.	45	3
<input type="checkbox"/>	331 [NOV] [84회차] 비건 미션 인증	수빈	2023.11.29.	1	0
<input type="checkbox"/>	329 [NOV] [83회차] 비건+제로 웨이스트 미션 인증	수빈	2023.11.28.	4	0
<input type="checkbox"/>	328 [NOV] [82회차] 비건+제로 웨이스트 미션 인증 [4]	수빈	2023.11.27.	7	0
<input type="checkbox"/>	327 [NOV] [81회차] 비건 미션 인증	수빈	2023.11.27.	2	0
<input type="checkbox"/>	326 [NOV] [164회차] 비건 미션 완료	권정	2023.11.26.	2	0
<input type="checkbox"/>	325 [NOV] [80회차] 비건+제로 웨이스트 미션 인증 [2]	수빈	2023.11.26.	6	0
<input type="checkbox"/>	324 [NOV] [70회차] 제로 웨이스트 미션 인증	수빈	2023.11.25.	3	0
<input type="checkbox"/>	323 [NOV] [163회차] 비건+제로 웨이스트 미션 완료 [1]	권정	2023.11.25.	6	0
<input type="checkbox"/>	322 [NOV] [162회차] 제로 웨이스트 미션 완료	권정	2023.11.25.	6	0
<input type="checkbox"/>	321 [NOV] [161회차] 제로 웨이스트 미션 완료	권정	2023.11.24.	5	0
<input type="checkbox"/>	320 [NOV] [160회차] 제로 웨이스트 미션 완료	권정	2023.11.24.	7	0
<input type="checkbox"/>	319 [NOV] [69회차] 비건 미션 인증	수빈	2023.11.23.	1	0
<input type="checkbox"/>	318 [NOV] [68회차] 비건+제로 웨이스트 미션 인증 [2]	수빈	2023.11.20.	7	0
<input type="checkbox"/>	317 [NOV] [67회차] 비건 미션 인증	수빈	2023.11.18.	1	0
<input type="checkbox"/>	315 [NOV] [66회차] 비건 미션 인증	수빈	2023.11.17.	4	0

전체선택

말머리 수정

이동

삭제

글쓰기

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

다음 >

3) 월별 우수자 발표

공지사항 >

9월 우수 활동 제비 발표 🐣

STAFF이리
2023.10.11. 18:24 조회 18

🌱 지구, 건강을 지키는 그린 라이프 🌱
'제로 웨이스트(Zero-waste)+비건(Vegan)'

맷츠
제로비건

어느덧 미션 활동을 시작한 지 한 달이 지났습니다.
지치지 않고 미션 활동을 꾸준히 해주신
제비님들의 끈기와 열정에 큰 박수를 드립니다.



자, 이제

9월의 베스트 제비님 발표가 있습니다. 🐣

베스트 제비님은

게시글 수와 댓글 수의 합계적 평가로
두 가지 분야에서 긍정하게 선정되었습니다. 🐣

과연 어떤 분일까요?

투구투구투구



🐣 BEST ZEVI of SEPTEMBER 🐣

《게시글 : 미션 외출 분야》

1위 권정 (92회)

2위 수빈 (23회)

《댓글 수》

1위 수빈 (62회)

2위 권정 (41회)



권정님과 수빈님께는 저희가 준비한 선물을
보내드릴 예정입니다. 🐣

제비 여러분,

활동에 따라 푸링 클래스 참여 기회 뿐만 아니라
소정의 선물이 기다리고 있습니다.
10월 미션을 꾸준히 활동하셔서 10월에도 건강한 삶을 지내보아요!



공지사항 >

10월 우수 활동 제비 발표 🐣

STAFF이리
2023.11.26. 19:10 조회 5

🌱 지구, 건강을 지키는 그린 라이프 🌱
'제로 웨이스트(Zero-waste)+비건(Vegan)'

맷츠
제로비건

어느덧 올해가 마무리되는 시점입니다.
지치지 않고 미션 활동을 꾸준히 해주신
제비님들의 끈기와 열정에 큰 박수를 드립니다.

10월 우수자 발표가 늦어진 점 양해 부탁드립니다.



자, 이제

10월의 베스트 제비님 발표가 있습니다. 🐣

베스트 제비님은

게시글 수와 댓글 수의 합계적 평가로
두 가지 분야에서 긍정하게 선정되었습니다. 🐣

과연 어떤 분일까요?

투구투구투구



🐣 BEST ZEVI of OCTOBER 🐣

《게시글 : 미션 외출 분야》

공동 1위 권정 (29회)

공동 2위 수빈 (29회)

여름 2분을 선정하기 때문에 공동 1위로 권정님과 수빈님께서 저사를 준비해 신청하셨습니다.

《댓글 수》

1위 수빈 (48회)

2위 권정 (34회)

축하드려요! 🐣



권정님과 수빈님께는 저희가 준비한 선물을
보내드릴 예정입니다. 🐣

제비 여러분,

올해 마지막까지 건강하고 지구에게 조금이라도 무해한 하루를 보내시길 응원합니다!



공지사항 >

11월 우수 활동 제비 발표

STAFF이리
2023.12.02. 20:44 조회 0

🌱 지구, 건강을 지키는 그린 라이프 🌱
'제로 웨이스트(Zero-waste)+비건(Vegan)'

맷츠
제로비건

안녕하세요! 여러분!
날씨가 많이 추워졌어요!
같이 떨리지 않게 조심하세요!



베스트 제비님 11월 활동 우수자 발표입니다.



12월 활동 우수자 발표는 없지만,
꾸준히 비건과 제로웨이스트를 실천하며
서로 정보를 나누는 곳이 되기를 바랍니다.

자, 이제

11월의 베스트 제비님 발표가 있습니다. 🐣

베스트 제비님은

게시글 수와 댓글 수의 합계적 평가로
두 가지 분야에서 긍정하게 선정되었습니다. 🐣

과연 어떤 분일까요?

투구투구투구



🐣 BEST ZEVI of OCTOBER 🐣

《게시글 : 미션 외출 분야》

1위 권정 (47회)

2위 수빈 (26회)

《댓글 수》

1위 수빈 (45회)

2위 권정 (36회)

축하드려요! 🐣



권정님과 수빈님께는 저희가 준비한 선물을
보내드릴 예정입니다. 🐣

제비 여러분,

2023년도 4부 소고 발송했고,
남은 한 달도 건강하시고
지구에게 조금이라도 무해한 하루를 보내시길 응원합니다!



4) 정보 나눔 게시판 활용 모습

정보나눔 >

한솔 비건 메뉴 발견

STAFF시리

2023.11.02. 19:34 조회 7

댓글 2 URL 복사



지나가다가 한솔에서 비건 볶음밥을 파는 것을 발견했어요!

STAFF시리의 게시물 더보기 >

좋아요 0 댓글 2

로그인/회원 가입 필수 | 공유

댓글 등록순 최신순

관정

전에도 있었는데 메뉴가 기억 안 남.. 좋은 정보 감사합니다

2023.11.09. 14:15 답글쓰기

수빈

국내 최초로 영국 비건 협회의 인증을 받았다는 홍보글을 봤는데 먹어보고 싶네요! 정보 감사합니다 🍴

2023.11.13. 16:03 답글쓰기

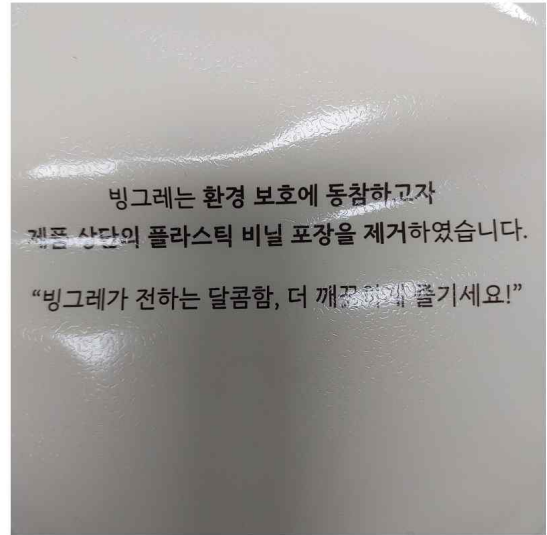
정보나눔 >

투게더 비닐 포장 제거

관정 + 구독 1:1 채팅

2023.10.06. 03:30 조회 5

댓글 0 URL 복사



안 그래도 투명 열면 비닐이 막 붙어있는데... 불필요한 쓰레기들이 줄어들고 있어요!

관정의 게시물 더보기 >

정보나눔 >

긴장해야하는 제로웨이스트

관정 + 구독 1:1 채팅

2023.10.05. 21:41 조회 4

댓글 0 URL 복사



묵묵탕에서 음료를 주문했는데요, 할대ㅠㅠ 묵묵탕도 오랫동안, 음료주문도 잘 안 하는 편이라 발대를 간과했지 뭐예요 😅 다음엔 발대내고 말라고 해야겠어요.

제로웨이스트 지키려면 정신 똑바로 차려야합니다 🍴

관정의 게시물 더보기 >

정보나눔 >

신문물 우산빗물 제거기

관경 + 구독 1:1 채팅
2023.10.06. 03:39 조회 6

댓글 2 URL 복사



신문물 우산빗물 제거기

처음 이 신문물을 보고 놀란 저는 동영상입니다



핸드드라이어와 같은 원리인 듯.
우산을 위아래로 왔다갔다했더니 바깥에 뒤집혔네요. 센 동력 인정

관경님의 게시물 더보기 >

좋아요 0 댓글 2

공유 신고

댓글 등록순 최신순

댓글 알림

STAFF시리

우와 어디서 보셨나요~ 우산 빗물 제거기 만드는 게 너무 속상했는데, 대안책이 될 수 있을 것 같아서 좋네요.
2023.10.06. 13:24 댓글쓰기

관경 (작성)

롯데백화점 본점이에요. 정문에 있더라고요. 지하쪽에 있는 우산탈기도 좋았는데 ✨ 역시 서울이더라고요
2023.10.06. 16:21 댓글쓰기

정보나눔 >

스타벅스 신메뉴 등장?

STAFF시리
2023.09.03. 12:53 조회 6

댓글 1 URL 복사

아침마다 출근길에 스타벅스를 들리는데요 저 메뉴판을 봤어요!

혹시 가실 일이 있다면 먹어보고 후기도 알려주세요~



STAFF시리님의 게시물 더보기 >

좋아요 0 댓글 1

블로그/카페 공유수 0 공유

댓글 등록순 최신순

수빈

호저도 이거 보고 먹어보고 싶어서 사진 찍어왔어요 ✨ 가을 신메뉴 중에 두루 톨 표제 셀러드도 있는데, 비건 메뉴인가 했더니 그런 아닌 것 같더라고요ㅠㅠ
2023.09.08. 13:38 댓글쓰기

2. 인스타그램 운영 현황

1) 인스타그램 페이지

lets_zevi ▾ ●



13
Posts

96
Followers

44
Following

렛츠 제로비건 Lets zero vegan

Community

- 🌍 제로웨이스트 & 비건 실천을 위한 시민 모임
 - 🌍 2023년도 서울지역 환경거버넌스 모임 지원사업
 - 🍹 제비 포트럭파티 9.10. 17시 노들섬
 - 🍹 제비 쿠킹클래스 9~11월 중 3회
- 100일 제비 추가신청은 링크 클릭

See Translation

🔗 forms.gle/mmLVQNx5Jzqp26z... and 1 other

Professional dashboard

118 accounts reached in the last 30 days.

Edit profile

Share profile

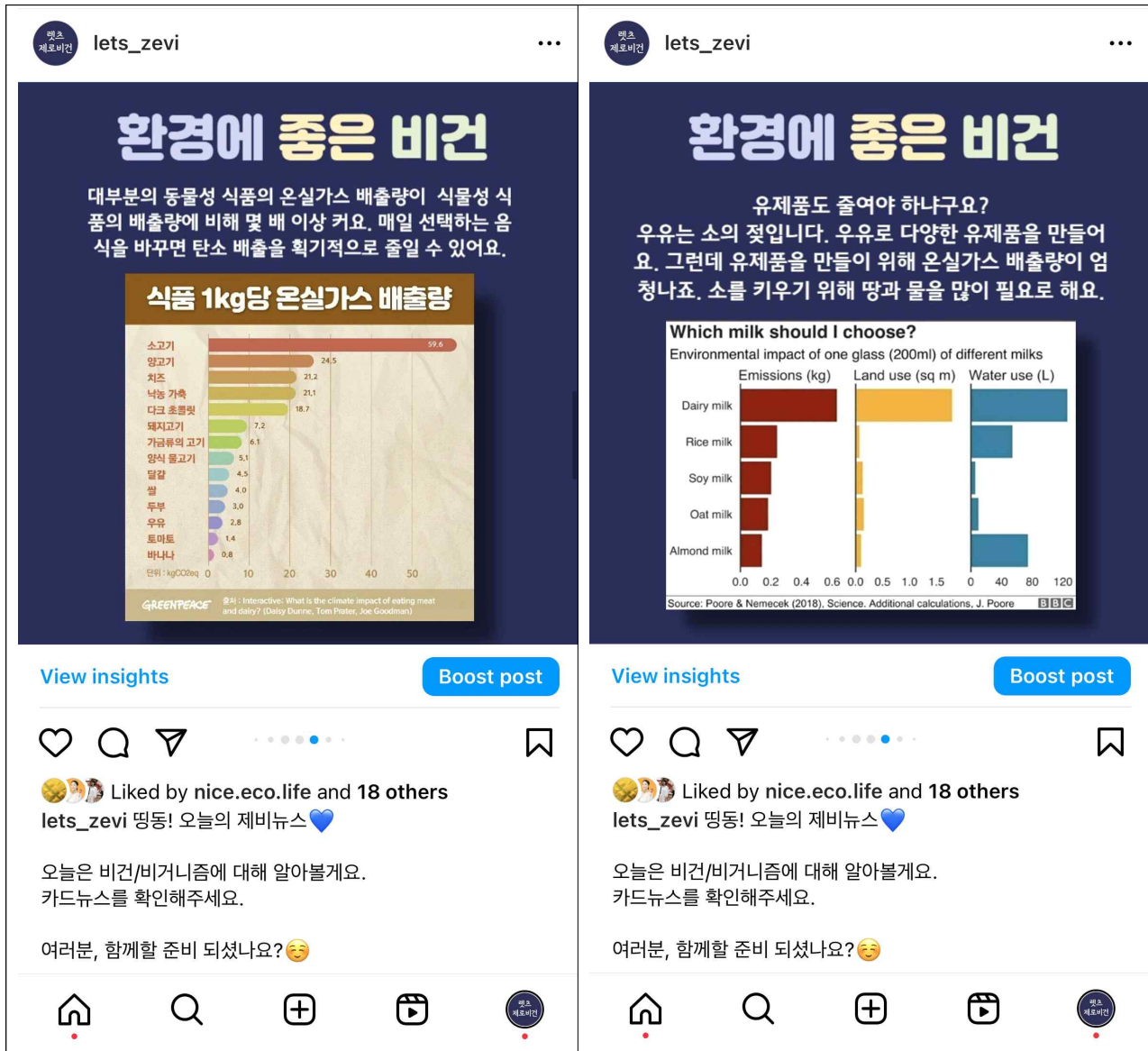
Story highlights



<p>제비 쿂�클래스 감사진 소개</p> 	<p>제비 쿂�클래스 감사진 소개</p> 	<p>우리 비건페스타 같이가요!</p> <p>Vegan</p> 
<p>9월 렛츠제비 쿂�클래스 후기</p> 	<p>비거니즘이란</p> <p>"음식, 의류 또는 기타 목적으로 동물에 대한 착취와 잔인함을 배제할 것을 추구하며, 인류, 동물, 환경의 이익을 위해 동물을 소비하지 않는 대안적의 방식과 철학"(Vegan Society)</p>	<p>제비 쿂�클래스 감사진 소개</p> 
<p>제로웨이스트+비건 실천 모임 '렛츠 제로비건'</p> <p>100일 제비 포트럭파티 안내사항</p> <p>첫 모임</p>	<p>제로웨이스트+비건 실천 모임 '렛츠 제로비건'</p> <p>100일 제비 미션 혜택 미리보기</p> <p>모집기간: 2023. 8. 20 ~ 8. 23</p>	<p>제로웨이스트+비건 실천 모임 '렛츠 제로비건'</p> <p>제로비건 쿂�클래스 미리보기</p> <p>모집기간: 2023. 8. 20 ~ 8. 23</p>
<p>제로웨이스트+비건 실천 모임 '렛츠 제로비건'</p> <p>100일 제비 혜택을 위한 미션 공개</p> <p>모집기간: 2023. 8. 20 ~ 8. 23</p>	<p>제로웨이스트+비건 실천 모임 '렛츠 제로비건'</p> <p>100일 제비 참가자 혜택</p> <p>모집기간: 2023. 8. 20 ~ 8. 23</p>	<p>제로웨이스트+비건 실천 모임 '렛츠 제로비건'</p> <p>100일 제비 모임 모집</p> <p>모집기간: 2023. 8. 20 ~ 8. 23</p>



2) 인스타그램 상세 보기





lets_zevi

...

환경에 좋은 비건

가축 동물을 키우기 위해 전 세계 땅의 1/4이 사용되고 있어요. 공장 식 축산은 전 세계 산림 벌채의 가장 주된 원인으로 손꼽히고 있어요. 지금 이 순간에도 아마존 열대우림 화재도 브라질 농장주들이 소를 키울 공간을 확보하고 대두와 같은 동물 사료를 재배하기 위해 숲에 불을 질러 개간하는 화전개간을 하고 있어요. (출처: 그린피스)



[View insights](#)

[Boost post](#)



Liked by nice.eco.life and 18 others

lets_zevi 땡땡! 오늘의 제비뉴스 💙

오늘은 비건/비거니즘에 대해 알아볼게요.
카드뉴스를 확인해주세요.

여러분, 함께할 준비 되셨나요? 😊



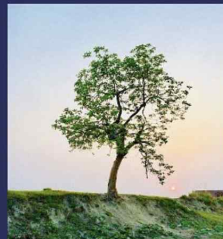
lets_zevi

...

환경에 좋은 비건

그래서 한 사람이
주 1회 채식만 해도 1년에
나무 15그루를 심는 효과가 있어요.
(출처: 고기 없는 월요일)

주 7회 채식을 하면 1년에 무려
나무 105그루를 심는 효과를 줄 거예요!



[View insights](#)

[Boost post](#)



Liked by nice.eco.life and 18 others

lets_zevi 땡땡! 오늘의 제비뉴스 💙

오늘은 비건/비거니즘에 대해 알아볼게요.
카드뉴스를 확인해주세요.

여러분, 함께할 준비 되셨나요? 😊



3) 인스타그램 후기 영상 링크 QR 코드



3. 카카오톡 오픈채팅방 운영 현황

1) 렛츠제로비건 모집 및 활동 안내

오픈채팅봇:	
♡렛츠제로비건! 100일 제비 환영합니다♡	
카페에 가입하신 닉네임 또는 실명으로 참여부탁드립니다🙏	
자세한 내용은 모든 참여자가 들어오신 후 안내드리겠습니다😊	
오후 10:00	
반갑습니다🙏😊♡	
참가자분들이 아직 모두 들어오시지 않았지만 우선 간단히 말씀드리고 내일 다시 안내드리겠습니다♡	
카페를 참고하셔서 자유롭게 미션 올려주시면 되고, 이번주 일요일 포트럭에 참여하실 분들은 일정에 참여 체크해주시면 됩니다!	
편안한 밤 되시기바랍니다😊😊♡	

오픈채팅봇:	
♡렛츠제로비건! 100일 제비 환영합니다♡	
카페에 가입하신 닉네임 또는 실명으로 참여부탁드립니다🙏	
1. 제비 100일 인증은 카페 공지 및 글을 참고하셔서 주3일 이상 자유롭게 올려주시면 됩니다😊😊 '렛츠 제로비건'네이버 카페 https://m.cafe.naver.com/ca-fe/letszevi	
2. 제비 100일 시작과 함께 여러분의 의견을 활동에 반영할 수 있도록 간단한 사전설문에 참여해주세요! https://forms.gle/74iz6JTycew6m6KCA	
	
렛츠제로비건 : 네이버 카페 제로 웨이스트와 비건을 통해 더 건... m.cafe.naver.com	
오후 12:57	

2) 포트럭 모집 및 활동 안내

Q. 🐼 제비 포트럭 파티 🐼 ...

9/10 일 18시
10/28 토 18시
10/29 일 18시

[🗳 투표하러 가기](#) >

1. 내일 예정되어있던 포트럭 행사에 보다 많은 분들이 참여하실 수 있도록 일정을 변경하고자 합니다♡ 요리 못해도 괜찮아요! 과일도 좋고 비건음식을 구매해 다회용 용기에 포장해오셔도 좋습니다👏👏 가능하신 날에 투표 꼭 부탁드립니다♡

2. 쿂�클래스는 1인 1회 참여 가능하며, 각 쿂�클래스 희망자 중 미션 인증이 많으신 분을 우선으로 선발합니다♡

1) 9/16 (토) 쿂�클래스
미션 인증 기간 : 8/24~9/10
2) 10/17 (화) 쿂�클래스
미션 인증 기간 : 9/11~10/10
3) 11/18 (토) 쿂�클래스
미션 인증 기간 : 10/11~11/10

3. 함께 응원하고 소통하기 위해 서로의 미션 인증에 댓글을 많이 달아주시는 분께도 9/10/11월 우수참여자 선물이 있습니다👏

㉔ 9월 10일 (일) 노들섬 제비 포트럭 안내드립니다♡

1. 대상: 누구나 (친구, 지인 등 게스트 초대 가능)
2. 일정: 5시 노들섬 광장에서 만나기
각자 준비한 비건 음식 및 책 이야기 나누기

3. 참가자 준비물: 함께 먹을 비건 음식, 다회용기, 식기류, 책, 돗자리 등

4. 사전 준비를 위해 참가 희망하시는 분은 투표에 희망 체크 후 댓글로 준비하실 음식 메뉴(달라져도 됩니다), 게스트가 있다면 추가 인원, 알레르기 등을 알려주시면 참고하도록 하겠습니다♡

* 포트럭 참여시 제공되는 제비상품권은 게스트를 제외한 제비 10분께 드립니다

오후 2:02



오후 2:03

STAFF도도:
과일이나 음료도 괜찮으니 부담없이 참석해주시고 선물받아가세요♡

텀블러와 집기류, 담아먹을 그릇을 여유있게 준비해주세요~^^

3) 쿂�클래스 모집 및 활동 안내

㉔ 9월 17일 (일) 크리스타님 쿂�클래스 안내드립니다♡


* 9월 16일 -> 17일로 변경되었습니다

1. 대상: 희망자 중 8/24-9/10 제비 인증이 많은 순서대로 4명

2. 일정: 11시 망원역 2번 출구 만나기
함께 망원시장에서 무포장 제로웨이스트 장 보기
12-3시 기니 스튜디오 비건 요리 실습 식사 정리

3. 참가자 준비물: 개인 장바구니, 다회용기, 앞치마 등

4. 사전 준비를 위해 참가 희망하시는 분은 투표에 희망 체크 후 댓글로 채식 실천 여부, 안드시는 음식, 알레르기 등을 알려주시면 참고하도록 하겠습니다♡



오후 7:07

코지:
우와 크리스타님 음식 너무너무 맛있었는데...□□□
□ 일정때매 참석을 못해 아쉽네요ㅜㅜㅜ

㉔ 10월 24일 (화) 흠뻑 배서영 셰프님 쿂�클래스 안내드립니다♡

1. 대상: 희망자 중 9/11-10/10 제비 인증이 많은 순서대로 4명
(희망 인원 미달일 경우 지난 쿂�클래스에 참여했던 분도 중복으로 참여신청 가능)

2. 일정: 3시까지 양재역 인근 흠뻑 매장에서 만나기
3-6시 비건 요리 실습 식사 정리
(이번 쿂�클래스는 셰프님께서 로컬식재료를 준비하셔서 장보기 없이 진행됩니다!)

3. 참가자 준비물: 앞치마, 필기구, 음식을 담아갈 다회용기 등

4. 사전 준비를 위해 참가 희망하시는 분은 투표에 희망 체크 후 댓글로 채식 실천 여부, 안드시는 음식, 알레르기 등을 알려주시면 참고하도록 하겠습니다♡

오후 7:01

일정이 변경되었습니다.

10
24

10/24 화 흠뻑 배서영 셰...
10월 24일 (화) 오후 3:00 ~ 흠뻑

[🗳 참석여부 응답하기](#) >

오후 7:02



오후 9:13

connect:



와 사전도 널 잘나왔네요~~ 널 감사한 시간이었습니다!!(๑)(๑)

오후 9:44

권경:

완벽했던 시간♥
제가 했던 비건 모임 중 최고의 수준이었습니다(๑)
☺ 카페에 비건이든 제로웨이트든 열심히 활동
더 해보겠습니다! (보답)

오후 9:50

☺11월 18일 (토) 이도경 선생님 쿠킹클래스 안내드립니다☺

1. 대상: 희망자 중 10/11-11/10 제비 인증이 많은 순서대로 4명
(희망인원 미달일 경우 보다 많은 분의 참여를 위해
인스타 신규모집 후 중복 참여 가능 여부 알려드리
겠습니다!)
2. 일정: 11/18 토 2시까지 신금호역에서 만나기
2-3시 인근 시장에서 장보기
3-6시 비건 약선 요리 실습 식사 정리
3. 참가자 준비물: 앞치마, 필기구, 음식을 담아갈 다
회용기 등
4. 사전 준비를 위해 참가 희망하시는 분은 투표에
희망 체크 후 댓글로 채식 실천 여부, 안드시는 음식
, 알레르기 등을 알려주시면 참고하도록 하겠습니다
♥

오전 9:44

일정이 변경되었습니다.

11
18

11/18 토 약선채식요리 이...

11월 18일 (토) 오후 2:00 -
신금호역

☞ 참석여부 응답하기

STAFF도도:



오후 1:42

STAFF시라:

감사합니다~

오후 1:44

♥사전설문 아직 안하신 제비님~~!
여러분의 의견을 활동에 반영할 수 있도록 사전설
문에 꼭 참여해주세요♥

<https://forms.gle/74iz6JTycew6m6KCA>

♥ 1,2차 쿠킹클래스 참여하신 제비님께서는 아주
간단한 만족도 조사 참여부탁드립니다♥

<https://forms.gle/4A7Zu9pMvdaLxdhCA>

♥ 3차 30년 채식 경력 한방과 마음건강까지 챙기
는 채식요리연구가 이도경 선생님 쿠킹클래스는 11
/18 (토) 예정이나 변동될 수 있어 확정 후 안내드리
겠습니다♥
(쿠킹클래스 참여 조건 미션 인증 기간:10/11~11/1
0)

STAFF시라:



오후 5:54

권경:



4) 환경 행사 및 정보 공유

<p>STAFF시리: https://earthploggingseoul.com/page.php?co_id=0101</p> <p>환경재단</p> <p>환경재단 상담서를 여기를 눌러 링크를 확인하세요. earthploggingseoul.com</p> <p>좋은행사가 있어서 추천해드려요~ 모 여서 같이 하면 좋을 것도 같구요 👉</p> <p>오전 8:01</p> <p>권정: 와 같이하고 싶어요 😊</p> <p>오전 8:09</p> <p>STAFF도도: 너무 좋네요 ㅎㅎ</p> <p>오전 8:11</p> <p>좋아요~~!! 시간 되시는 분들 같이 신 청해요 😊😊</p> <p>오전 8:21</p> <p>천선옥: 16일 17일 둘다 하는건가요? 16일만 시간 되서... 일단 16일 참가목표로 신 청했습니다</p>	<p>STAFF도도:</p> <p>Q. 비건페스타 같이가요!</p> <p>같이갈래요!</p> <p>다음 기회에</p> <p>🗳 투표하러 가기 ></p> <p>오후 10:58</p> <p>STAFF도도: 네네~^^ 이번에 함께하시는분들에게 비건페스타 무료로 초청권을 드립니다~ 투표 부탁드립니다!</p> <p>오후 10:59</p> <p>📅 2023년 10월 9일 월요일</p> <p>STAFF도도: 투표가 종료되었습니다.</p> <p>Q. 비건페스타 같이가요!</p> <p>1위 같이갈래요!</p> <p>🗳 투표결과 확인하기 ></p> <p>오후 9:32</p>
<p>STAFF도도: 메뉴와 감사님 정보가 담긴 카드뉴스 오늘 중 업로 드 예정입니다 😊</p> <p>오전 9:48</p> <p>STAFF도도:</p> <p>📄 재비 무림플레스 김치간 소개</p> <p>📄 재비 무림플레스 메뉴 소개</p> <p>오전 9:57</p>	<p>STAFF도도:</p> <p>📄 동물성 재료 뺀 '채식 피자' 출시 지름 10인치의 피자 도우들이 토마... n.news.naver.com</p> <p>오전 8:23</p> <p>지난 대화 보기</p> <p>📅 2023년 11월 4일 토요일</p>
<p>📅 2023년 11월 9일 목요일</p> <p>STAFF도도: https://www.vegannews.co.kr/news/article.html?no=16601</p> <p>📄 [비건뉴스] "가성비 높은 대체 식품 은 처음" 이마트 노브랜드, 식물성 ... www.vegannews.co.kr</p> <p>오후 10:07</p>	<p>링크리브레: 좋은 정보 감사합니다~!</p> <p>오후 3:50</p> <p>📅 2023년 11월 8일 수요일</p> <p>STAFF도도:</p> <p>공유합니다 😊</p> <p>https://forms.gle/1tWdYD72ISukS9c4A</p>

5) 제로 웨이스트샵 활동 지원

Q. 제로 웨이스트샵 선택


지구를 위한 노래(강동구)

허그어웨일(강서구)

1.5도씨(관악구)

알맹상점(마포구)

노노샵(용산구)

 투표하러 가기 >

오전 11:53

(= Helen Gi =):

@STAFF시리 공유해 주셔서 감사합니다. 혹시, 각 제로 웨이스트샵의 차별점이나 특징 알 수 있다면 투표에 도움이 될것 같은데... 살짝쿵 설명 가능할까요? ^^

오전 11:55

STAFF도도:

위치 가까우신 곳 고르시거나, 가보고싶은 곳을 추천드려요 * * 모두 엄청 활발히 활동하시는 곳이에요! 비건친화적이기도하구요.

오전 11:58

이 중에서 선택해 주시면 저희가 15,000원 상당의 제로 웨이스트샵 상품권을 보내드리려고 합니다.

바쁘시겠지만 내일(수요일) 저녁 6시까지 투표 부탁드립니다!

- ▶ 상품권은 이미지 파일 형태로 보내드리며 해당 가게에서 보여주시면 됩니다. 사전에 이름(닉네임)이 가게로 전달될 예정입니다.
- ▶ 쿠폰에는 각자의 이름(닉네임)이 있습니다. 따라서 다른 분께 양도는 어렵다는 점도 알려드립니다.
- ▶ 12월 31일까지 사용 가능하며 남은 금액은 현금으로 지급은 어...

STAFF시리:

꼭시나해서 투표창 댓글에 인스타 링크 넣어드렸습니다. 살펴보고 마음에 드시는 곳 투표 부탁드립니다~ 내일 오후 6시에 투표가 마감되고 늦어지시면 상품권 발급이 어렵다는 점 말씀드려용!! ☺

지구를 위한 노래(<https://instagram.com/jigoonora?igshid=YTQwZjQ0NmI0OA==>)

허그어웨일(https://instagram.com/hug_a_whale?igshid=YTQwZjQ0NmI0OA==)

1.5도씨(https://instagram.com/1.5_do_c?igshid=YTQwZjQ0NmI0OA==)

알맹상점(https://instagram.com/almanq_market?igshid=YTQwZjQ0NmI0OA==)

노노샵(<https://instagram.com/nonoshopseoul?igshid=YTQwZjQ0NmI0OA==>)

오후 12:03

(= Helen Gi =):

감사합니다!

오후 12:04

STAFF도도:

저도 투표하고싶어요! ☺☺

오후 12:04

유반장:

넵넵 감사해요 ♡♡♡

오후 12:08

유반장:

설문도 완료했습니다

오후 12:08

STAFF시리:

알맹상점을 선택해 주신 5분(권정, 헬렌, 수빈, connect, 유반장)은 알맹상점에서 카카오톡 선물하기로 연락이 갈 예정입니다. 이점 참고하셔서 사용하시면 될 것 같습니다.

노노샵을 선택해 주신 분들께는 제가 개별적으로 쿠폰 발송해 드리고 설명해 드리겠습니다. 아마 네이버 카페나 문자로 오늘중 전달될 예정입니다.

오후 4:25

아미파슬:

네 고생 많으셨습니다.

오후 4:26

아미파슬:

그동안 운영진분들 모두 수고하셨습니다! ☺☺
따뜻하고 건강한 겨울 보내세요!

오후 4:27