

Lezioni Vegane

CICLO DI CONFERENZE A CURA DELL'ASSOCIAZIONE ARCI

VEGANIERRANTI

**E DEL SITO
LIBERA TUTTI**

Savona libreria Ubik

Sabato
29 marzo 2014
ore 18

Alimentazione vegana: equilibrio e salute, per tutti!
Come modificare le proprie abitudini alimentari attraverso una scelta pienamente consapevole

*Relatore Dott.ssa **Denise Filippin** / Introdurrà **Carlo Viberti***

Attraverso una corretta e consapevole scelta alimentare è possibile modificare abitudini e comportamenti considerati fino ad ora immutabili. **Denise Filippin**, biologa nutrizionista socia della Società Scientifica di Nutrizione Vegetariana, ci guiderà lungo questo percorso fornendoci preziose informazioni, suggerimenti ed esempi pratici derivanti dai suoi studi e dall'esperienza quotidiana con i pazienti e con i propri figli. Si parlerà dell'alimentazione più adatta a noi e ai nostri bambini partendo dalla gravidanza fino ad arrivare alla terza età. Tutto questo sempre nel totale rispetto di tutti gli esseri viventi.

Sabato
12 aprile 2014
ore 18

La sperimentazione animale e i metodi alternativi
Davvero la sperimentazione animale è un metodo valido nel campo medico e farmacologico?

*Relatore Dott.ssa **Elena Venco** / Introdurrà **Carlo Viberti***

Può essere ancora considerato valido il metodo della sperimentazione animale? Tutti i farmaci vengono obbligatoriamente testati sugli animali da laboratorio prima di essere messi in commercio ma non prima, ovviamente, di essere provati anche sull'uomo. Ci viene spiegato che tutto questo viene fatto solo per tranquillizzarci e salvaguardare la nostra salute. È davvero così, oppure esistono metodi alternativi alla sperimentazione animale? **Elena Venco** ci aiuterà a fare chiarezza su questo argomento spiegandoci che la sperimentazione può e deve anche essere etica.

Venerdì
2 maggio 2014
ore 18

Ecologia della nutrizione
Le nostre scelte alimentari quotidiane e le conseguenze ambientali che esse determinano

*Relatore Dott. **Massimo Tettamanti** / Introdurrà **Anna Bianchi***

Le nostre abitudini alimentari e nutrizionali sono strettamente legate con l'ambiente. Il cibo che mangiamo e le scelte che facciamo rappresentano il primo passo verso una maggiore consapevolezza ecologica. **Massimo Tettamanti**, esperto in questa materia, ci conduce attraverso queste fondamentali tematiche per farci capire che la rivoluzione può partire dal basso e che quello che decidiamo di mettere nel nostro piatto può innescare una nuova mentalità ecologica più attenta a quello che ci circonda.

Sabato
17 maggio 2014
ore 18

L'aspetto etico della scelta veg
La realtà degli allevamenti per tutti quegli animali considerati solo reddito e cibo

*Relatore **Cristina Campanaro** / Introdurrà **Anna Bianchi***

Gli allevamenti rappresentano una realtà quotidiana che non tutti conoscono. Cosa accade davvero dentro gli anonimi e grigi capannoni dove vivono e crescono milioni di animali?

Cristina Campanaro responsabile della L.A.V. della provincia di Imperia, ci offrirà la possibilità di scoprire una verità che non conosciamo o che forse, più semplicemente, vogliamo ignorare.

ubik
SAVONA

Libreria Ubik
corso Italia 116 r
17100 Savona
tel 0198386659
savona@ubiklibri.it



Vegani Erranti
contrada Cardane
17026 Tosse, Noli
cel 3420373073
<http://veganieranti.noblogs.org>

libera
tutti

Libera tutti
www.liberatutti.com
info@liberatutti.com