



# Vegetarian Week



Nella prima settimana di ottobre viene organizzata in molte città del mondo la Settimana Vegetariana con iniziative ed eventi. Quale miglior momento per iniziare a riflettere su questa scelta?

# 1-7 ottobre Settimana Vegetariana Mondiale

[www.vegetarianweek.org](http://www.vegetarianweek.org)

**Essere vegetariani e vegan significa non mangiare animali - nessun animale! - e i loro prodotti (nel caso della scelta vegan), perché:**

**È giusto**

Così non si fanno soffrire e non si uccidono animali.

**È il futuro per l'ambiente**

La produzione di carne (pesce compreso), latte, uova ha un impatto ambientale devastante. Un'alimentazione vegetariana toglie un anello della catena alimentare, e la rende più efficiente.

**È il futuro per il mondo**

Gli sprechi di risorse per la produzione di carne pesano soprattutto sui paesi più poveri, e il numero di persone malnutrite aumenta ogni anno. Contro la fame nel mondo, passare a un'alimentazione a base vegetale è la soluzione più concreta.

**È il futuro per la nostra salute**

Una drastica diminuzione del consumo di alimenti animali ci salva dalle "malattie del benessere" invalidanti, di cui oggi si muore.

**Sono tante le persone che si stanno rendendo conto di tutto questo, ogni anno di più.**

**FAI ANCHE TU QUESTA SCELTA!**

Per maggiori informazioni [www.VegFacile.info](http://www.VegFacile.info) per diventare vegan passo passo, in modo facile!