

20 DE MARÇO

DIA MUNDIAL

SEM CARNE

Experimenta!
OS animais
agradecem e
sua saúde
aumenta



Desde 1985, milhões de pessoas do mundo inteiro se mobilizam no dia 20 de março para divulgar os benefícios do vegetarianismo. E nós, da Sociedade Vegetariana Brasileira, também queremos convidar você a experimentar os benefícios de uma alimentação saudável, livre de violência e realmente deliciosa: a alimentação vegetariana. Antes de responder "ah, mas eu adoro carne, não passo sem um bifinho!", pelo menos leia o que temos a lhe dizer:

Faça isso pela sua saúde!

Quem não come carne corre menos riscos de sofrer distúrbios do coração, de contrair câncer (especialmente de cólon e do intestino) e de enfrentar problemas como obesidade, hipertensão e diabetes. E também fica livre das doenças diretamente relacionadas ao consumo da carne, tais como a salmonela, a toxoplasmose, a gripe do frango e a doença da vaca louca, que já fizeram milhares de vítimas no mundo todo.

Faça isso por seus filhos!

Ao livrar seus filhos do consumo da carne, você não beneficiará somente a saúde deles. Você também contribuirá para que eles vivam num planeta melhor: a indústria da carne é a maior poluidora das águas e destruidora do solo. E essa devastação pode comprometer de maneira irreversível a sobrevivência de seus filhos e dos filhos de seus filhos.

REALIZAÇÃO:

FARM

SVB
Sociedade
Vegetariana
Brasileira
São Paulo

svbsampa@hotmail.com

Faça isso pela fome mundial!

A maior parte dos grãos e da soja produzidos hoje no planeta destina-se à produção de rações utilizadas na engorda dos animais de corte. Se estes grãos fossem usados diretamente na alimentação humana, haveria comida mais do que suficiente para todas pessoas do mundo. Parece utopia, mas não é: acabar com a fome é possível!

Faça isso pelo meio ambiente!

Você sabia que florestas inteiras são devastadas para darem lugar a pastos? E que a emissão de gás metano, expelido pelo gado bovino, é uma das principais causas de poluição do ar e da destruição da camada de ozônio? Pense nisso!

Faça isso pelos animais!

A indústria da carne distorce os fatos e faz propagandas bonitinhas, mas a verdade é uma só: todos os anos, bilhões de

seres inocentes e sensíveis são submetidos a maus tratos, confinamento, manejo brutal e morte cruel, com a única finalidade de satisfazer à gula de uns e ao apetite financeiro de outros. Porcos, vacas, galinhas, perus, peixes, coelhos, cabritos... Talvez você nunca tenha pensado nisso, mas eles sentem dor, medo e angústia.

Abra o seu coração!

Entre na onda de amor e harmonia que hoje une os ambientalistas, militantes da proteção animal e outros ativistas do mundo todo. Esta é uma luta pela construção de um futuro livre de violência, devastação, dor e crueldade. Participe!

Em vez de comer carnes, enriqueça suas refeições com frutas, verduras, grãos e legumes.

Texto: MeatOut

Tradução: Sílvia Lakatos
Veganas

Arte: DU/BR Design

Ilustrações: Rita Taraborelli

apoiadores

**E ATENÇÃO: NO DIA 20 DE MARÇO DE 2005,
A PARTIR DAS 11 HORAS, VAMOS NOS
ENCONTRAR NA ESQUINA DA AV. PAULISTA
COM A AL. MINISTRO ROCHA AZEVEDO, ONDE
FAREMOS A DISTRIBUIÇÃO DE 500 SABOROSAS
REFEIÇÕES TOTALMENTE VEGETARIANAS.
CONTAMOS COM VOCÊ!!!**

SVB
Sociedade
Vegetariana
Brasileira

nutriVeg
Nutrição Vegetariana
nutriveg.com.br

VEGETHUS



Restaurante Vegetariano
Rua Padre Machado, 51
(11) 5539-3635

CPNA
Comitê de Planejamento da Nutrição Animal



DU/BR
DESIGN

RESTAURANTE
Creatyvo
(11) 5505-9400

SCARLO BENEDITO



Artigos
de lona
e couro
vegetal

(11) 4605-4282

**INSTITUTO
NINA ROSA**
projeto por amor à vida