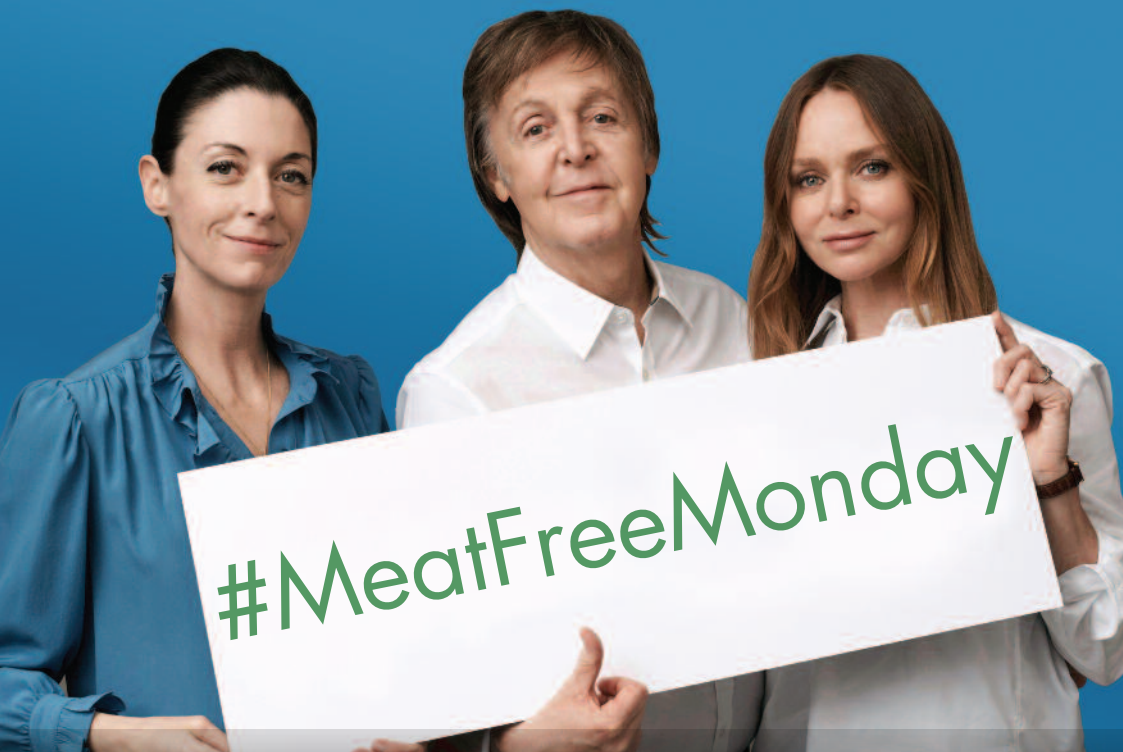


MEAT
Monday
FREE

Un día a la
semana puede
marcar una
gran diferencia



"Meat Free Monday tiene como objetivo crear conciencia sobre el impacto ambiental perjudicial de la industria agropecuaria y la pesca industrial, y alentar a las personas a ayudar a frenar el cambio climático, conservar los recursos naturales y mejorar su salud, al tener al menos un día basado en plantas cada semana. Es fácil ... ¡Únete a nosotros!"

Paul, Mary y Stella McCartney

Para involucrarte, visita meatfreemondays.com

Reducir la cantidad de carne que comemos es una forma sencilla y eficaz de ayudar a proteger el planeta y nuestro futuro

- Según la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación, el sector ganadero es “uno de los dos o tres contribuyentes más importantes a los problemas ambientales más graves, en todas las escalas, desde lo local hasta lo mundial”.
- El 33% de la cosecha mundial de cereales, el 97% de la harina de soja del mundo y el 30% de toda la tierra del Planeta se utiliza para la producción de ganado y piensos.
- La cantidad de agua utilizada para producir una hamburguesa de ternera podría utilizarse para producir 15 hamburguesas veganas.
- Cada hora se tala un área de la selva amazónica del tamaño de un centenar de campos de fútbol para crear espacio para el pastoreo del ganado.

¡Saltarse la carne un día a la semana puede reducir la huella de carbono anual de un individuo tanto como no conducir su automóvil durante todo un mes! Tener un lunes sin carne * es una forma sencilla de marcar la diferencia.

¡Es saludable, sabroso y fácil!

Consumir una dieta poderosa basada en plantas es una manera fácil para que las personas reduzcan la ingesta de grasas saturadas y mejoren su salud.

Ya sea que lo hagas por tu cuenta, con tu familia, en el trabajo o en el colegio, estamos aquí para ayudarte.

Ayúdanos a correr la voz

Ve y comparte el cortometraje documental “Un día a la semana” de Meat Free Monday, producido en colaboración con Hope Production del director de cine francés Yann Arthus-Bertrand ...

Con Paul, Mary y Stella McCartney, Woody Harrelson y Emma Stone, la película describe cómo la belleza del planeta solo existe a través de un delicado equilibrio de condiciones

climáticas: un equilibrio que estamos perturbando peligrosamente a través de nuestro insaciable deseo de carne.

“Existe una manera simple pero significativa de ayudar a proteger el planeta y todos sus habitantes”, como dice Paul a la cámara.

“Y comienza con solo un día a la semana. Un día sin comer productos animales puede tener un gran impacto para ayudar a mantener ese delicado equilibrio que nos sostiene a todos”.



Síguenos en

- Facebook: supportmfm
- Instagram: @meatfreemondays
- Twitter: @meatfreemondays
- YouTube: SupportMFM

Para recetas, consejos y actualizaciones, y ver “Un día a la semana”, visita meatfreemondays.com

* Ni siquiera es necesario que sea un lunes, ¡solo come a base de plantas al menos un día a la semana!