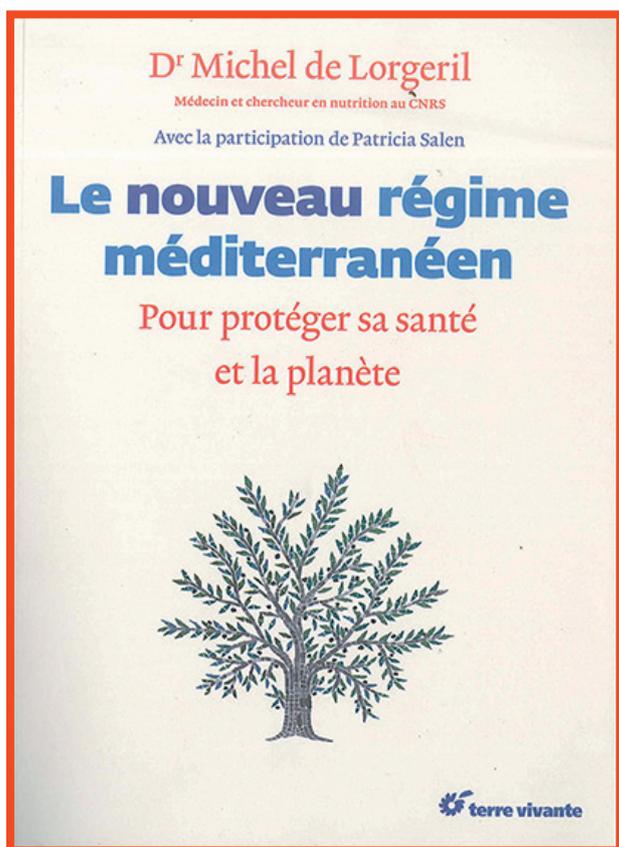


VENDREDI 27 NOVEMBRE 2015
20H30 - ST JEAN DU GARD
Salle Stevenson - entrée libre

CONFÉRENCE du Dr Michel de Lorgeril
Dr en médecin et chercheur en nutrition au CNRS
qui présentera son dernier livre



« Comment se nourrir pour protéger sa santé, à un coût acceptable pour tout budget, sans participer à la dégradation accélérée de l'environnement (changement climatique compris) qui caractérise l'époque ?

Est-ce un défi fou ?

« Être nourri, ce n'est pas seulement ne plus avoir faim »

Que de paramètres à intégrer dans l'équation ! Comment hiérarchiser les choix à faire ?

Le but de ce livre est « d'essayer d'aider les lecteurs à faire des choix judicieux en fonction de ces trois critères : santé, environnement, budget. Manger, boire, se nourrir ! Mais manger et boire, n'est-ce pas se nourrir ? Pas sûr ! On peut avoir mangé et bu, être rassasié, mais ne pas « être nourri » ! »

Pour en savoir plus : www.michel.delorgeril.info

Dédicace le samedi 28 novembre matin

Dans le cadre des 29^e Journées de l'Arbre, de la Plante et du Fruit
1^{er} étage de l'Espace Paulhan - Stand Fruits Oubliés



Infos : 04 66 85 32 18 - www.dimanchesverts.org

