

{rsg2\_display: 229,false,original}

Oto jedna z najważniejszych dyskusji, jaka miała miejsca na przestrzeni 25 lat na temat żywienia. John Robbins – założyciel ruchu na rzecz zdrowej żywności – przeprowadza rozmowy z 21 niezależnymi, bezstronnymi światowej sławy ekspertami od odżywiania i diety, jak specjalista od chorób przewlekłych Dean Ornish, producent słynnego filmu *Super Size Me*, Morgan Spurlock, czy autor bestsellerowej książki *Nowoczesne zasady odżywiania*, Colin Campbell.

Robbins zadaje im trudne pytania – czasami intrygujące, często szokujące, ale zawsze dotyczące tego, co naprawdę ważne. Słuchaj uważnie, ponieważ mówią oni o tym, jak wielkie znaczenie dla zdrowia naszego i całej planety ma to, co znajduje się na naszych talerzach.

Dzięki tej książce ujętej w przystępnej formie wywiadu, dowiesz się, w jaki sposób twoje wybory żywnościowe mogą pomóc zapobiec dalszym zmianom klimatycznym, wyeliminować globalny głód, pozostać w zgodzie z twoimi najgłębszymi wartościami, zapobiegać chorobom, a nawet je cofać, czy też po prostu pomóc ci czuć się zdrowo i być pełnym energii, a także wpłynąć na los zwierząt hodowlanych. Odnajdziesz tu dosłownie kopalnię informacji i praktycznych wskazówek, *dlaczego* i *jak* dokonywać świadomych, pozytywnych wyborów żywnościowych. Otrzymasz w pigułce dane o najważniejszych kwestiach dotyczących odżywiania, jak jakość przetworzonej żywności, wegetarianizm, GMO, nowe modele produkcji żywności czy Sprawiedliwy Handel.

Zastanawiasz się, czy twój głos w tej sprawie będzie się liczył? Oczywiście, że tak! Małe działania pomnożone przez miliony ludzi są w stanie zmienić świat! Dlatego już dziś przyłącz się do rewolucji, poznaj strategię obiadową – politykę żywienia zdrowych ludzi, i ustawiaj na swoim talerzu tylko zdrowe i naturalne produkty.

Planeta jest pod stałym naciskiem i nasze wybory, których dokonujemy każdego dnia, jeszcze nigdy nie były dla niej tak ważne. „Głosy rewolucji żywnościowej” to informacyjne i inspirujące narzędzie, które wyznacza nowy kierunek naszej planety. Paul McCartney