

# Il Potere Della Forchetta una delle armi più potenti del mondo

**16 COMUNI DELLE TERRE DI EXPO UNITI PER UNA GIORNATA DELL'ALIMENTAZIONE CONSAPEVOLE  
19 LUGLIO A VANZAGO ALL'INTERNO DEL PROGETTO EXPO FOR PEACE**



funny  
**VEGAN**



**RADIO  
POPOLARE**

Milano 01/07/2015. Nell'ambito degli eventi collaterali di EXPO2015, il 19 luglio si terrà la "Giornata dedicata all'Alimentazione Consapevole" presso il Comune di Vanzago.

Il programma prevede **INCONTRI – CONFERENZE – COOKING SHOW – SPAZI ESPOSITIVI – AREE FOOD**, organizzati con il supporto di FunnyVegan e tutti dedicati al sostegno di valori che ruotano intorno al concetto di PACE. Un altro mondo è possibile se si prende consapevolezza degli effetti che producono le nostre abitudini alimentari. Modificare anche in parte le modalità di consumo significa garantire maggiori risorse al pianeta e limitare gli sprechi e l'inquinamento. L'impegno per una più equa distribuzione e per lo sviluppo sostenibile deve andare di pari passo con la riduzione delle risorse economiche spese per la produzione di armi e, soprattutto, con la messa al bando delle armi nucleari.

Con il claim "Il Potere della Forchetta" si vuole far nascere in ognuno la consapevolezza di quanto possono essere importanti e fondamentali le nostre scelte quotidiane in ambito di alimentazione. Scelte di consumo più consapevoli, infatti, non solo possono migliorare la nostra qualità della vita come singoli individui, ma possono contribuire in modo significativo a una crescita più sostenibile per tutti, determinando le decisioni delle varie realtà al potere (aziende alimentari, società distributive, governi, ...).

"... diciamo piuttosto che non riformeremo forse il mondo, ma almeno noi stessi che, dopo tutto, siamo una piccola parte del mondo; e che ciascuno di noi ha sul mondo più potere di quanto non immagini..." (Marguerite Yourcenar)  
L'evento - che rientra nel più vasto progetto **EXPO FOR PEACE**, è patrocinato da 16 comuni del Patto del Nord-Ovest Milano che appartengono a TERRE DI EXPO (comuni vicino a RHO) e gemellato con "**Voci per la Libertà – Una canzone per Amnesty**", manifestazione promossa dalla Sezione Italiana di Amnesty International e dall'Associazione Culturale Voci per la Libertà - si svolgerà presso l'Area delle Feste di Via del Lazzaretto, adiacente a Palazzo Calderara, sede del Comune di Vanzago. Maggiori informazioni su: [www.funnyvegan.com/giornata-dell'alimentazione-consapevole](http://www.funnyvegan.com/giornata-dell'alimentazione-consapevole) e [www.comune.vanzago.mi.it](http://www.comune.vanzago.mi.it)



## PROGRAMMA

Ore 10.00 **INGRESSO LIBERO** (distribuzione di 200 FunnyVegan Bag con prodotti in omaggio ai primi arrivati)

Ore 10.00 Lezione gratuita di Matwork pilates con Alessia Garbujo, insegnante di fitness, personal trainer ed educatrice alimentare

Ore 11.30 Conferenza sul tema «alimentazione libera da glutine» a cura di FunnyVegan + intervento di una biologa nutrizionista

Ore 12.15 Cooking show ARTE E CUCINA a cura di Laura Leall con preparazione cibi gluten free

Ore 15.30 Conferenza su «Rapporto animale e uomo: siamo sulla strada giusta?» della Dott.ssa Annamaria Manzoni, Psicologa e psicoterapeuta

Ore 16.30 Conferenza su «alimentazione e cibo sostenibile: i miti da sfatare» cura di Sonia Giuliadori direttore editoriale

*di FunnyVegan e Carmen Nicchi Somaschi, Presidente di Associazione Vegetariani Italiani*

*Ore 16.30/17.30 Spettacolo per bambini «la veg valigia» di Federico Pastore*

*Ore 17.30/18.30 Cooking show «cucina sana per tutti» a cura di Giulia Giunta dimostrazione ricette e con assaggi*

*Ore 18.30 Aperiveg + degustazione vini bio/vegan*

*Ore 21.30 Cinema all'aperto (costo del biglietto 4 euro).*

**Per contatti con l'organizzazione:**

redazione@funnyvegan.com

tel. 02 36566994