

Notre santé et notre planète sont liées !



Votre priorité est sans doute de préserver votre santé, il est donc logique que vous souhaitiez vous nourrir sainement. Il ne s'agit pas de convaincre... car vous croiriez que nous vous forçons la main ! C'est cela qui nous rend moins attentifs et donc vulnérables. A chacun de nous de comprendre pour agir. A chacun, de nous **intéresser à l'essence même de notre vie**, ce qui fait ou ne fait pas notre corps, ce qui assure ou non son fonctionnement, ce qui fait ou ne fait pas sa force, renforce sa capacité à se défendre (immunité), sa vivacité.

S'alimenter est fondamental !

Ces pages sont consacrées à ce que nous estimons être fondamental : s'alimenter. Et puisque le sujet est loin d'être étroit, nous avons pris le soin de présenter le sujet sous différents angles pour vous permettre de prendre connaissance de ce qui à vraiment de l'importance et auxquels vous devez vous intéresser. L'objectif est pouvoir répondre à ces questions :

- De quoi suis-je composé ?
- Comment mon corps se crée, se meut, évolue ?
- Pourquoi devons-nous nous nourrir ?
- Le corps a-t-il le moyen de refuser la nourriture que nous lui donnons, de refuser de consommer une substance ?
- Comment se manifeste un désaccord du corps lorsqu'il reçoit des substances nocives ?
- Pouvons-nous manger n'importe quel aliment ?

- Comment le corps réagit-il lorsqu'il est soumis à un insecticide, un fongicide, un herbicide, et autres pesticides créés pour tuer ?

De notre comportement dépend la vie de milliards d'êtres vivants !

De notre comportement dépend la vie de millions, de milliards d'êtres vivants, dont la nôtre. En effet, acheter des produits sains n'est pas seulement pour préserver sa santé mais aussi tout autant pour préserver la santé de celles et ceux qui produisent cette nourriture par l'élevage, la culture et le façonnage. Nous ne pouvons accepter ou encourager des pratiques malsaines qui nous empoisonnent et que les plus faibles d'entre nous subissent de plein fouet. Ainsi puisqu'il est possible de se nourrir sans créer des dommages aux autres, tout en protégeant sa santé, nous encourageons vivement à agir dans ce sens.

Primum non nocere



Note : Un livre pour comprendre : Manger bio ce n'est pas du luxe. Auteur : Dr Lylian le Goff.
Editeur : Terre Vivante.