

REDUCIR EL CONSUMO DE CARNE Y PESCADO. Los/as dietistas alertan de los problemas de salud que supone la dieta actual con tanta proteína animal. Además, consumirla en exceso supone un derroche energético sin sentido: producir la carne que alimenta a una persona consume piensos y alimentos vegetales que podrían alimentar a entre 6 y 10 personas.

RECURSOS DE SITIOS DONDE COMPRAR COMIDA AGROECOLÓGICA

Dependiendo de la zona donde vivas y del tiempo y esfuerzo que quieras dedicar a mejorar tu alimentación, te recomendamos algunos recursos, aunque existen bastantes más, donde encontrar lo que mejor se ajuste a tus necesidades.

GUÍA DE CONSUMO RESPONSABLE: Aquí encontrarás un mapa muy interesante con iniciativas variadas sobre agricultura y alimentación. consumaresponsabilidad.org

MERCADO SOCIAL: Red que apuesta por una economía centrada en las personas. mercadosocial.konsumoresponsable.coop/entidades/territorio/madrid

HUERTOS URBANOS: Red que promueve la participación vecinal en las ciudades en torno a la soberanía alimentaria. redhuertosurbanosmadrid.wordpress.com

MERCADOS ECOLÓGICOS:

MERCADILLO AGRARIO DE LA CASA DE CAMPO:

Tiene lugar el primer sábado de mes en el Paseo Puerta del Ángel.

MERCADILLO ECOLÓGICO DE RIVAS-VACIAMADRID:

Tiene lugar el último domingo de mes de 09:00 a 14:00 en el recinto ubicado en la C/ Fundición del municipio Rivas-Vaciamadrid.

MERCADO DE MALASAÑA:

Se organiza en un solar en la C/ Antonio Grillo todos los sábados.

MERCADO LA BUENA VIDA:

Tiene lugar el primer fin de semana de cada mes en la C/ Gobernador, 26, de 10 a 21 h.



FUHEM: Alimentando otros modelos

