

Vidste du...

...at frugt og grønt er den primære kilde til en lang række livsvigtige næringsstoffer, vitaminer og mineraler?



...at hvis du nedsætter dit kødindtag, nedsætter du væsentligt risikoen for hjerte-kar-sygdomme og nogle typer af kræft?

...at planter ikke indeholder kolesterol?

...at det er international vegetardag d. 1. oktober?

Derfor...

Spis vegetarisk 1. oktober!

...og læs mere om vegetarisme på www.vegetarforening.dk

Dansk Vegetarforening (DVF)
Tlf. 70 22 40 01 – kontakt@vegetarforening.dk