

Slow Food aderisce all'evento Yoga Arte Insieme ad

Domenica 25 giugno si svolgerà la terza edizione dell'importante evento YOGA ARTE DI VIVERE ad Albano laziale a Villa Doria, dalle ore 10 fino al tramonto con un programma ricco ed entusiasmante dedicato a tutti coloro che amano lo yoga, a chi lo pratica, a chi lo insegna, a chi vuole conoscerlo.

Lo Yoga, un'antica disciplina capace di essere al passo con i tempi, da sperimentare e diffondere. Ospiti speciali, musica e concerti, bio & vegan food, libri e video, meditazione, le associazioni dei Castelli Romani, Yoga per bambini, Yoga della risata.

Special guest il maestro Mario Verri che terrà una lezione alle ore 11, Concerto Bansuri e tabla con Alessio Artoni e Mauro Colavecchi, Tra terra e cielo concerto di musica indiana, Oscar Bonelli in concerto alle ore 19.

Tra le tante associazioni del territorio anche "Slow Food Albano e Ariccia": la responsabile Eva Castrucci dichiara "Saremo presenti in questa importante manifestazione del benessere per raccontare cos'è il cibo buono, pulito e giusto e perché associarsi a Slow Food!

La consapevolezza del cibo è il primo gradino verso l'armonia, tutto ciò che mangi ha una conseguenza e scegliere ciò che mangiamo con consapevolezza è un atto rivoluzionario che può cambiare il mondo. Per questo motivo continuiamo a sostenere la filosofia della rivoluzione del cibo fatta con amore diffondendo i libri e i film di Thomas Torelli Pachamama, Un altro mondo e Food Revolution a disposizione presso lo stand.



La consapevolezza alimentare non è una "frase" con cui riempirsi la bocca, ma il primo e più importante passo pratico verso il tentativo di invertire la rotta rispetto alla distruzione del nostro unico pianeta e per tornare a porsi nella natura e non al di sopra di essa. Il primo e più importante passo per la costruzione di un mondo migliore inizia dai gesti quotidiani del fare la spesa in maniera consapevole, del sapere cosa si compra e cosa si mangia. Solo così riusciremo a "non farci mangiare" e a non farmangiare i nostri diritti dalle multinazionali dell'agroindustria. Perché il cibo, il buon cibo, non è una merce, ma un diritto. Che dobbiamo difendere con i denti. I film di Thomas Torelli vogliono essere uno strumento stimolante di comprensione e d'informazione che ci ricorda che abbiamo il potere di cambiare le cose se vogliamo davvero, a cominciare da noi stessi. Essere consapevoli di questo, ci aiuta a capire l'importanza delle nostre scelte quotidiane. A spronarci a compiere azioni basate sulla coerenza, la consapevolezza e l'amore che nasce dal rispetto per la Vita. Il cambiamento che stavamo aspettando inizia con noi stessi. La scelta è la nostra arma più potente, impariamo ad usarla. Solo allora potremo dare un contributo a cambiare il mondo. Non bisogna affidarsi solo ai dogmi alimentari imposti dalla società ma conoscere ciò che si mangia, l'unico modo per dare inizio alla rivoluzione. Fatta con amore".

[Read More](#)