

pour la couverture en HD
cliquez sur l'image



plus d'infos sur l'auteur
cliquez sur l'image



pour lire un extrait du livre
cliquez sur l'image



pour visualiser
la 4e de couverture
cliquez sur l'image

Confortablement ignorant

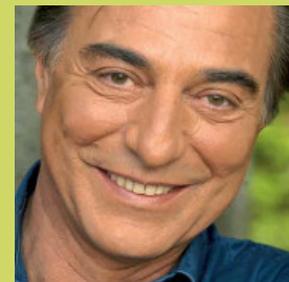
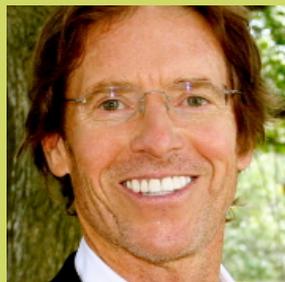
Changeons nos habitudes alimentaires
pour protéger le climat et notre santé

L'auteur

Le préfacier

Richard A. Oppenlander

Allain Bougrain-Dubourg



Avec le soutien de
Frédéric Lenoir et **Matthieu Ricard**

Dans un communiqué de presse en date du 26 octobre dernier, l'OMS annonçait qu'elle classait la consommation de viande rouge (bœuf, veau, porc, agneau, mouton, cheval et chèvre) comme « probablement cancérogène pour l'homme ». Dans cet ouvrage court et accessible, Richard A. Oppenlander, scientifique américain connu et reconnu pour ses positions non conformistes, explique, sans langue de bois, pourquoi notre alimentation contemporaine à base de viande est dangereuse non seulement pour notre santé, mais aussi pour notre planète. Un livre qui démontre, preuves à l'appui, que l'élevage est la pire des catastrophes écologiques qui soit. À lire d'urgence pour mieux comprendre les vrais enjeux de la COP21 !

« Avec ce livre, commencez à changer le monde. »

(Jane Goodall - messenger de la paix des Nations unies)

« Un moyen simple pour arriver pleinement conscient à la COP21. »

(Allain Bougrain-Dubourg - extrait de la préface)

Un livre qui donne envie d'agir

Lorsque nous mangeons de la viande, du poisson ou que nous buvons du lait, faisons-nous le lien avec la destruction de la forêt amazonienne et des espèces animales, le développement dramatique des maladies chroniques (cardiovasculaires, cancers, etc.) ou avec le réchauffement climatique ? Non, bien sûr. Pourtant, nous sommes tous plus ou moins conscients que nos choix alimentaires ont une influence directe sur notre santé et sur notre environnement. Pourquoi alors nous est-il si difficile de modifier nos habitudes, quand bien même nous comprenons que nous devrions le faire ?

S'appuyant sur de nombreuses études récentes, ce livre nous donne les clés pour comprendre comment la production alimentaire industrielle fondée sur les protéines animales est en train de détruire à petit feu notre avenir et celui de notre planète.

N'attendons pas qu'il soit trop tard. Nous pouvons tous agir concrètement, dans notre vie quotidienne et à notre échelle. Ce livre nous en donne l'envie et les moyens.



pour visionner la vidéo
cliquez sur l'image



pour télécharger les *goodies*
cliquez sur les images

Le sommaire

- Préface d'Allain Bougrain-Dubourg
- Introduction
- Chapitre 1 : Et c'est ainsi que vont les choses
- Chapitre 2 : Pour ceux qui l'ignorent encore
- Chapitre 3 : C'est dans l'air
- Chapitre 4 : Les forêts vierges
- Chapitre 5 : Mais à qui appartient ces terres ?
- Chapitre 6 : L'eau et les océans
- Chapitre 7 : Pollution
- Chapitre 8 : Pourquoi faisons-nous tout cela ? Pour nous *alimenter* ?
- Chapitre 9 : Surtout, ne pas faire de vagues
- Chapitre 10 : Comment nous en sommes arrivés là et comment nous en sortir
- Chapitre 11 : Le chapitre à ne pas lire
- Postface à l'édition française

L'auteur

Médecin, père de trois enfants et végétarien, **Richard A. Oppenlander** est un conférencier passionné et infatigable. Il parcourt les États-Unis depuis 40 ans pour alerter ses concitoyens sur l'urgence d'une prise de conscience écologique. Lauréat 2014 du prestigieux International Book Award pour son ouvrage *Food Choice and Sustainability*, il est réputé pour ses engagements en faveur de la biodiversité et du bien-être animal.

Ouvrage traduit de l'américain par **Julie Duran**.

Informations pratiques

Titre : Confortablement ignorant
Sous-titre : Changons nos habitudes alimentaires pour protéger le climat et notre santé
Collection : Hors collection
Éditeur : Le muscadier
Nombre de pages : 200
Prix TTC : 13 euros
Date de parution : 26 novembre 2015
ISBN : 979-10-90685-60-4

Contact presse

Bruno Courtet
06 09 34 74 88
info@muscadier.fr
www.muscadier.fr