LILT

LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI

prevenire è vivere

Lega Italiana per la Lotta contro i Tumori

Sezione Provinciale di LECCE

in collaborazione con

Confederazione Italiana Agricoltori - Lecce

Domenica 25 marzo 2012
nelle piazze del Salento

Alimentazione sicura per sconfiggere il cancro

Il 30 % di tutti i tumori dipende da quello che mangiamo.

Un cibo non contaminato da cancerogeni dipende da un ambiente pulito (aria, acqua e terreno).

Un'alimentazione corretta e sicura fa bene a noi, ai nostri figli e all'ambiente.

Cosa possiamo fare

- **No allo spreco di acqua, energia e cibo.**
- **Consumare poche proteine, molta verdura e frutta, pochi grassi animali.**
- **Acquistare verdure coltivate all'aperto, cresciute con l'energia del sole, lontano da fonti di inquinamento.**
- **Scegliere prodotti locali e stagionali.**
- **Preferire i prodotti biologici, coltivati nel rispetto dei cicli naturali e senza far uso di concimi chimici o pesticidi.**
- **Attenzione ai cibi transgenici, per difendere la biodiversità.**

SETTIMANA NAZIONALE PER LA PREVENZIONE ONCOLOGICA
(17 - 25 MARZO 2012)