

Ventajas e inconvenientes de ser vegano o vegetariano

Actividad introductoria:

Averigua: ¿Qué significa ser vegano y comer comida vegetariana? ¿Cuáles son las diferencias?

Actividad 1:

¿Cuáles son las razones del veganismo? Habla sobre tus hábitos alimenticios: ¿Puedes imaginarte una vida vegana o vegetariana?

Actividad 2:

Debatid sobre las ventajas y desventajas de un estilo de vida vegano. Cada uno de vosotros tiene que defender una posición - ventajas o desventajas. Antes de comenzar, encuentra información al respecto en Internet.

Actividad complementaria:

Habla y analiza las similitudes y diferencias entre vuestras familias y países: Personalmente, ¿qué consideras como una dieta saludable? ¿Qué factores tienes en cuenta en tu dieta? ¿Alguna vez has pensado en cambiar tus hábitos alimenticios?