



SINOPSIS

Este libro va dirigido a todas aquellas personas con hijos adolescentes que han decidido hacerse veganos. Una guía práctica para ayudar a madres y padres a entender esta importante decisión y conocer realmente qué es el veganismo. Encontrarás información contrastada que destierra falsos mitos nutricionales, así como la orientación necesaria para organizar las comidas familiares. Te ayudará a acompañar de forma positiva y empática a tus hijos en la transición a este estilo de vida. Con esta guía descubrirás que es más fácil de lo que imaginas. Una decisión que incluso puede beneficiar a toda la familia al adquirir nuevos y saludables hábitos alimentarios.

Logopeda, lingüista y profesora, ESTELA BAYARRI decidió un día cambiar su estilo de vida y combinar su profesión en el mundo de las letras y la comunicación con el de su pasión y responsabilidad ética con los animales. Es madre de un niño de 5 años, ella, su pareja y el pequeño son veganos y en este libro nos transmite su propio conocimiento y experiencia. Se reafirma en que lo importante es llevar una dieta variada y bien planificada. Conocer los alimentos, su naturaleza y saber utilizarlos.

TÍTULO

Mi hijo se ha hecho vegano

SUBTÍTULO

Lo que necesitas saber para entender a tus hijos en su decisión

AUTOR/A

Estela Bayarri

ISBN

978-84-7091-449-2

EAN



PVP SIN IVA / PVP

21,95 euros

COLECCIÓN

(sin colección)

IBIC / MATERIA

WJ / Guías de estilos personales y estilos de vida

ENCUADERNACIÓN

Cartoné / Íntegra

MEDIDAS

19 x 26 cm

PÁGINAS

144

LENGUA

Español / Castellano

AÑO DE PUBLICACIÓN

2019

EDICIÓN

Primera edición