

# Curso- taller: Alimentación basada en plantas

Con participación de: Red Internacional Transdisciplinaria para la Educación e Investigación en Soberanía Alimentaria. Diálogos para la Cooperación entre Universidad y Comunidad (RITEISA); el Programa de Estudio, Promoción y Divulgación de la No-violencia; la Asociación de Discapacitados Visuales del Estado de México A. C. (ADVEM) y la sociedad civil a través del Grupo colibríes.



**Propósito:** Fomentar la cultura del consumo ético y responsable, desde la filosofía de la No-violencia, biocentrismo, antiespecismo y veganismo, mediante la armónica preparación y degustación de alimentos frescos, nutritivos, limpios, sabrosos y sencillos de cocinar, elaborados con insumos agroecológicos de productoras(es) locales.

**Prácticas:** Preparación y degustación de platillos: entrada, ensalada, plato fuerte y postre.

**Fecha, viernes: Taller 1:** 24 de febrero; **Taller 2:** 31 de marzo; y **Taller 3:** 28 de abril, 2023.

**Cooperación simbólica por taller:** \$100 (incluye los ingredientes necesarios para la preparación de los platillos).

En cada taller se preparan recetas diferentes.

**Materiales a traer:** Delantal y mantel individual, un trapito secador y otro húmedo, tabla de picar, cuchillo, plato, taza y cubiertos personales. Agua, té o café para consumo personal. Un recipiente mediano para elaborar las preparaciones.

**Lugar:** Asociación de Discapacitados Visuales del Estado de México A. C., Andador de San Luis Obispo #107, Col. Unión, 50040, Toluca de Lerdo, Méx.

**Horario:** 10:00 a 13:00 h

Cupo limitado, informes y registro:  
Gabriel Garduño 729 560 0333

\*Adicionalmente se pueden llevar las verduras o frutas frescas y limpias que se deseen.