

PERSONALIDADES QUE LLEVAN UNA ALIMENTACIÓN VEGANA – Steph Davis

STEPH DAVIS

Alpinista, escaladora, saltadora de base y voladora en traje aéreo.

(Alimentación vegana)

Una de las mujeres líderes en la escalada mundial.

Ha completado las rutas más difíciles del mundo:

La primera mujer en alcanzar la cima del Fitzroy Range en la Patagonia.

La segunda en escalada libre de El Capitán (Parque Nacional de Yosemite) en un solo día.

La primera mujer en escalar libre del The Diamond en Long Peak Colorado.

La primera mujer en llegar a la cima del Torre Eger en el hielo patagónico América del Sur.

“Comencé la alimentación vegana porque noté que me sentía mejor y rendía mejor.

Un par de años después me hice consciente de la industria alimenticia y lo que sucede con los animales cada día en nuestra sociedad para obtener un ahorro en la producción de carne, huevo y lácteos.

Productos que incluso no benefician a la í que continuaré comiendo de esta forma para mantener mi dinero fuera del sistema que perpetúa el abuso y la crueldad.” -Steph Davis.

“He sido vegana desde hace 10 años, y no hay nada en mi vida que no haya mejorado como resultado, desde la escalada, hasta el tener una mejor mentalidad y un mejor ser espiritual.

Nadie dice que debes convertirte en un vegano “perfecto” de la noche a la mañana, pero por qué no comenzar haciendo pequeños

cambios en a alimentación. Estamos aquí por un corto periodo de tiempo, y al final, vivir una vida bien intencionada y compasiva parece ser lo que verdaderamente importa, el único objetivo real al que yo aspiro.”

-Steph Davis.

fuentes

Steph Davis FACEBOOK

Steph Davis TWITTER

Steph Davis PINTEREST

Steph Davis VIMEO