***Список литературы по прототеме***

*(предварительная тема: «Вегетарианство – личный выбор или влияние общества»)*

1. **Медкова, И. Л. Все о вегетарианстве/И. Л. Медкова, Т. Н. Павлова, Б. В. Брамбург, Москва, из-во «Экономика», книга 1992 г.**

Медкова Ирина Львовна - Руководитель Научно-практического медицинского межрегионального Вегетарианского общества с 1993 г.; окончила 1-й Московский медицинский институт, доктор медицинских наук, академик РАЕН.

Павлова Татьяна Николаевна — известный советский и российский общественный деятель. Основоположник российского вегетарианского движения и борец за права животных. Автор первого учебника по биоэтике для российских школ и вузов.

*Аннотация:*

Если вы хотите стать мудрым и нравственно совершенным, продлить свою жизнь и даже в старости оставаться активным и бодрым, снизить вес и достигнуть прекрасной спортивной формы, советуем вам прочитать эту книгу, авторы которой в доверительной и образной форме рассказывают о премудростях правильного питания, указывают конкретный путь перехода на молочно-растительную пищу, предлагают многочисленные рецепты блюд для вегетарианцев, причем не только русской, но и иностранной кухни.

*Какое отношение имеет книга к прототеме?*

В данной книге раскрываются такие вопросы как – откуда произошло вегетарианство и почему люди принимают этот образ жизни, чем он полезен для человека, а также как будущее нашей планеты зависит от вегетарианства.

1. **Красильников, С. Вегетарианство. Религии, наука и бизнес, Москва, книга 2018 г.**

*Аннотация:*

Исследование вопроса вегетарианства с точки зрения мировых религий, эзотерических школ и учений. В книге рассматривается вопрос приемлемости вегетарианского образа жизни для человека, который продвигается в духовной практике. Эта информация еще больше поможет в развитии осмысленного образа жизни. Также вегетарианство рассматривается с точки зрения науки и бизнеса, что позволяет увидеть индустрию животноводства и других направлений предпринимательства под другим углом.

*Какое отношение имеет книга к прототеме?*

В этой книге вегетарианство рассматривается с разных сторон, в том числе и со стороны бизнеса. Автор отвечает на такие вопросы как: почему некоторые виды индустрии выступают против вегетарианства и каким сферам промышленности выгодно животноводство и почему.

1. **Геллатли Джульет. Как стать, быть и оставаться вегетарианцем, из-во** **Livewire Books, The Women's Press Ltd, 1996**

Геллатли Джульет - Британская писательница и активистка движения за права животных. Основатель и директор организации Viva!, The Vegetarian and Vegan Foundation и бывший сотрудник Vegetarian Society.

*Аннотация:*

Джульет Геллатли стала вегетарианкой в 15 лет и всю свою жизнь посвятила защите животных. После того, как она получила ученую степень, она стала первым служащим по делам молодежи Вегетарианского Общества и в последствии стала его директором. За это время она организовала первую молодежную кампанию против промышленного животноводства, добилась увеличения количества школ, предлагающих ученикам вегетарианскую пищу от 13% до 65% и создала единственный, выпускаемый только в Великобритании журнал для вегетарианской молодежи Greenscene. В октябре 1994 года она создала, новую восхитительную вегетарианскую и веганскую благотворительную организацию для взрослых и молодежи

*Какое отношение имеет книга к прототеме?*

Данная книга рассказывает о вегетарианстве не только как о способе питания, но и как об образе жизни. А также рассказывает, как люди спасают животных, переходя на вегетарианство.

1. **Титов Михаил Михайлович**

Титов М.М. является Заслуженным врачом РСФСР с 1986 г., отличником здравоохранения.

 **«Подумай дважды, прежде чем стать вегетарианцем», книга**

*Аннотация:*

Многие люди считают, что вегетарианская или веганская диета — это судьбоносное решение, которое будет полезно для здоровья в целом. Для некоторых это может быть правдой. Но для других такая диета может быть смертельной. В 2007 году, прочитав книгу «Стройность для жизни», я решил попробовать преимущества вегетарианского питания. Каково было моё удивление, когда через несколько недель на диете я осознал, что такой режим питания мог навсегда разрушить моё здоровье.

 **Титов Михаил Михайлович «Мифы о вегетарианстве», книга**

*Аннотация:*

Из этой книги Вы узнаете, что многие из вегетарианских утверждений не могут быть обоснованы, а некоторые из них являются не просто ложными, но и опасными. Есть положительные стороны вегетарианской диеты для определённых состояний здоровья, и некоторые люди чувствуют себя лучше при употреблении малого количества жира и белка, но я как практикующий врач, который имел дело с несколькими бывшими веганами, знаю достаточно хорошо, какие опасные последствия скрывает вегетарианская диета.

*Какое отношение имеют книги к прототеме?*

В данных книгах автор рассказывает о том, кому из людей может не подойти вегетарианский образ жизни, а также приводит факты, которые опровергают полезность вегетарианства.

1. **Ник Куни. Веганомика, книга 2014**

*Аннотация:*

Книга Куни полна серьезных научных данных и захватывающей аналитики, и подавляющая часть этого материала закладывает твердый фундамент, с которого вегетарианское движение может начать строить свою крепость.

*Какое отношение имеет книга к прототеме?*

Автор этой книги рассказывает почему люди переходят на вегетарианство, что мотивирует их на этот поступок и какие последствия несет за собой вегетарианство.