

# 2025 APRILE

contempla la bellezza della  
terra, troverai forza  
R. Carson



LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
31	1	2	3	4	5	6 <i>(vegan) carbohara day</i>
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20 <i>pasqua</i>
21 <i>pasquetta</i>	22 <i>earth day</i>	23 <i>world book day</i>	24	25 <i>festa della liberazione</i>	26	27
28	29	30	1	2	3	4

luna nuova luna piena

## PENSIERI E NOTE

## obiettivi di aprile

### ortaggi

asparagi, bietole da costa, broccoli, carciofi, carote, cavolfiori, cipolle, lattuga, patate, radicchio, sedano, spinaci

### frutta

fragole, kiwi, limoni, nespole, pompelmi