3ª Mostra d'alimentació per a la salut

El nostre agraïment a tots els que faran possible la 3ª Mostra d'Alimentació per a la Salut.

Avís: En cas de mal temps, les activitats es realitzaran en un altre lloc habilitat per a l'ocasió.

*Venda de tiquets pel dinar a 8 € als dos forns fins al dia 15 d'octubre

Per a més informació: www.balenya.cat

Telèfon de contacte: 649247490 (organització)

Organitza:

fundació fent vida

Bonpreu

AJUNTAMENT DE BALENYÀ

Els Hostalets de Balenyà
16 d'octubre de 2016
Plaça Josep Espona i Arquimbau

Us convidem a la 3a Mostra d'alimentació per a la Salut

Els objectius d'aquesta trobada són bàsicament:

- Reflexionar sobre la necessitat d'alimentar-se adequadament per a gaudir d'una bona salut.

- Crear un espai de diàleg on es debatin temes poc coneguts o ignorats del sector agroalimentari i el seus efectes sobre la Salut de les persones i el medi ambient.

- Donar a conèixer sabers i pràctiques relacionats amb el món de l'alimentació que millorin la nostra qualitat de vida i facilitin entorns aptes per a la vida.

El tema central d'aquest any seran els tòxics en els aliments

Som o no conscients de l'augment alarmant de compostos químics indesitjables que es detecten en el nostre cos? Són els additius alimentaris útils al nostre cos? Quins efectes té això per a la nostra Salut i la nostra vida diària? Existeix alguna manera d'evitar, millorar o tractar aquesta intoxicació diària?

TECASANA pretén ser una mostra participativa on usuaris i professionals de la Sanitat, consumidors i demés actors dels sector agroalimentari es trobin per a expressar els seus dubtes, opinions i explicar les seves experiències en pro del nostre benestar.

Junts dedicarem aquest diumenge a passar un bon dia amb les activitats que tenim preparades.

Us hi apunteu? Salut i bons aliments!

Programa

A 2/4 de 10: Inauguració de la Mostra a càrrec de la Sra. **Anna Magem**, alcaldessa de Balenyà. Esmorzar saludable per als assistents.

De 3/4de 10 a 12h: Visita a l'horta de Mas Jalech. Xerrada: La presència dels agrotòxics en la producció i distribució de fruites i hortalisses, a càrrec de **Sebastià Martí Gasch**, infermer per a la Salut i agricultor ecològic.

A 2/4 de 12: Teatre Infantil amb El llepafils de **Teatre al detall.**

A 2/4 d'1: Xerrada: *Detecció dels additius alimentaris tòxics més comuns i com evitar o reduir-ne el seu consum en la nostra dieta de cada dia*, a càrrec de **Queralt Aguilà i Fontanillas**, dietista del CAP dels Hostalets de Balenyà.

A 2/4 de 2: Taller-Vermut: Tapes crudiveganes, a càrrec de **Marta Iraizoz Irurita**, antropòloga i infermera per a la Salut.

A les 2: Dinar*: amanida, paella d'arròs, paella de quinoa i postres. ***Tiquets a 8€**

De 4 a 8: Observació de l'univers, a la terrassa de la plaça Josep Espona.

A les 4: Xerrada: *La contaminació humana per compostos tòxics en els aliments i els seus efectes en la salut*, a càrrec dels Dr. **Miquel Porta i Serra**, investigador de l'IMIM a l'Hospital del Mar i Catedràtic de Salut Pública a l'UAB.

A 2/4 de 6: Taller-berenar: Tast de liquats i batuts, a càrrec de **Marta Iraizoz Irurita**, antròpologa i infermera per a la Salut.

A les 6: Xerrada: *Tòxics i senssibilització central*, a càrrec del Dr. **Pablo Arnold Llamosas**, especialista en Medicina Interna i Immunologia.

A les 8: Cloenda de la Mostra.