PRODUKTU EKOLOGIKOEN,
BIZIMODU OSASUNTSUAREN
ETA KONTSUMO
ARDURATSUAREN

# 11. AZOKA

BIO araba 2026

# HITZALDIAK / TAILERRAK

## AZAROAREN 6A, OSTIRALA

**16:00** **Loaren indar leheneratzailea. Atsedena, oreka eta ongizatea ikuspegi integral batetik.**
Angel Pahino, Dormia Natura.

**17:00** **Kutxara: hobeto bizitzeko material naturalak.** Irati Golvano Escobal, Kutxara.

**18:00** **Kutsadura elektromagnetikoa: zer den, nola eragiten digun eta higiene elektromagnetikorako neurriak. Basotik eraikinetara.** Fabián Barbery Berro (Cleanrad) eta Oskar Azkarate (Baskegur).

**19:00** **Immunitate-sistema eta elikadura: jaten dugunak nola eragiten duen gure defentsetan.**
Mónica De la Parte, dietista-nutrizionista.

## AZAROAREN 7A, LARUNBATA

**11:00** **Hartu arnasa, atseden hartu eta indarberritu.** Joly Jarrin, Biow.

**12:00** **Menopausia: paradigma-aldaketa bat.** Mónica De la Parte, dietista-nutrizionista.

**13:00** **Eraikuntza, birgaitze eta eraberritze ekologikoak; bioeraikuntza; biobizigarritasuna eta instalazio tekniko eta biobateragarriak.**
Iván Paíno eta Jon Pérez, Brizna Bioconstrucción.

**16:00** **Mahastitik kopara: zerk bereizten du ardo ekologikoa?**
Vinos Ecológicos Berarte.

**17:00** **Eguzkia eta azal sentikorra: azala babesteko eta eguzkiaz gozatzen jarraitzeko gakoak.**
Maite García de Cortázar, Lamia Biocosmética.

**18:00** **Shungita: zientziak orain baieztatzen duen antzinako sekretua.** Patricia Juárez, Shungit Original lanaren egilea.

**19:00** **BiziWaste: ekonomia zirkularra eta mahastizaintzako eta ardogintzako hondakinen potentziala.**
Morgana Vía Díez eta Aimar Fernández de Retana, Mondragón Team Academy eta Eskola Politeknikoa.

**20:00** **Gure zelulen indarra: glutationa, antioxidatzaileak eta ongizatea.** Esther Ortigosa, Inmunotec.

## AZAROAREN 8A, IGANDEA

**11:00** **Hiru belaunaldirentzako bioeraikuntza, energia-mendekotasunik gabe.**
Jose Veiga, Ecopaja Bioconstrucción.

**12:00** **Tailerra: Natura tanta batean: ezagutu olio esentzialak.**
Ricardo, Arboleda Cosmética.

**13:00** **Olibaditik zentzumenetara: Jaéngo Picual barietateko oliba-olio birjina estra ekologikoaren dastaketa.**
Ángeles Gámez, Sail Teknikoa, AOVE Ciudad de Jaén.

**16:00** **Landare basatien propietate sendagarriak.**
La Yesca Silvestre.

**17:00** **Haurrentzako gozogintza eta sukaldaritza osasungarriko tailerra.**
Miriam, Chef Integrativa.

**18:00** **Zapore ekologiko eta bidezkoarekin sukaldatzen.**
Marta Francisco, Zentzuz Comercio Justo.

**19:00** **Zergatik eta nola jan landare basatiak?**
La Yesca Silvestre.

ANTOLATZAILEA
ORGANIZA

BABESLEAK
PATROCINAN

LAGUNTZAILEAK
COLABORAN