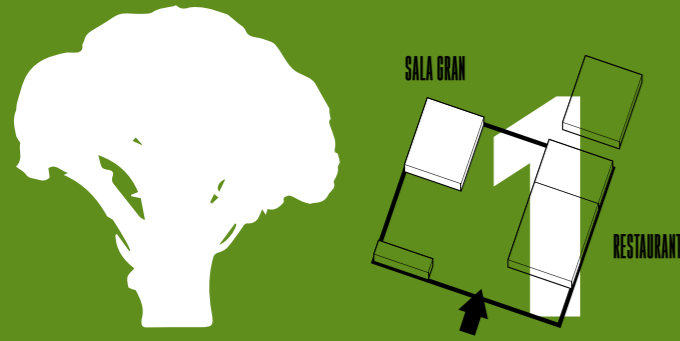


12a Fira d'alimentació i salut



conferències

dissabte 26

- 10:00 **Inauguració**
- 10:45 **"Mindful eating". Alimentació conscient.**
Lucía Rodríguez. Psicòloga. Instructora en meditació i "mindfulness".
- 12:15 **L'òrgan intersticial i fàscies: nova consciència de la salut**
Adonay Torras i Eva García. Investigadors independents i divulgadors.
- 16:00 **Aprèn a escoltar el teu cos.**
Quim Vicent. Osteòpata i psico-immunòleg.
- 17:30 **Els tres pilars que et permetran viure en un cos lleuger i saludable, tot i que no tinguis força de voluntat.**
Miquel Gironès. Graduat en nutrició humana i dietètica.
- 19:00 **La llavor, l'heretat dels nostres avantpassats**
Javier Medvedovsky. Cuiner i escriptor.

diumenge 27

- 10:00 **Agricultura biodinàmica, l'agricultura del demà.**
Dra. Marisol Garrido. Doctora i enginyera agrònoma. Especialista en sòls.
- 11:30 **Alimentació rebel: com alimentar-se aplicant criteris de salut i transformació social.**
Gabor Smit. Dietista, re-educador alimentari.
- 13:00 **Desintoxicar i regenerar l'organisme amb dietes depuratives, semi-dejunis i dejunis.**
Dra. Almudena Moreno. Metgessa, experta en higiene vital i nutrició.
- 16:30 **Tècniques de rejuveniment científicament provades.**
Dra. Montserrat Palacín. Metgessa. Màster en nutrició. Diplomada en R.P.G.
- 18:00 **Un any de resistència a la corrupció políticofarmacèutica.**
Dolça Revolució.

26 i 27 d'octubre Pavelló Inpacsa · Balaguer



conferències

dissabte 26

- 10:30 **La ciència ha parlat: la medicina natural derrota la medicina farmacèutica.**
Roberto Navarro Pérez. Graduat en nutrició humana i dietètica. Màster en nutrició i metabolisme.
- 12:00 **Carn de canó: la carn que ens fa emmalaltir i que contamina el planeta.**
Javier Guzmán. Llicenciat en ciències polítiques. Especialista en polítiques agroalimentàries.
- 16:00 **Nens, "cuidado" amb la injecció!**
Dra. Lua Català. Metgessa, pediatra i música.
- 17:30 **Herbes silvestres al s.XXI. Bogeria o revolució?**
Evarist March Sarlat. Biòleg i botànic.
- 19:00 **Agricultura regenerativa: terra, ànima, salut i societat.**
Ana Digón. Llicenciada en ciències polítiques i comunicadora.

diumenge 27

- 10:00 **Els tres paradigmes en la medicina actual i el seu paper en l'avenç de la consciència.**
Maria Dolors Obiols. Dra. en filosofia.
- 11:30 **Nens sans, adults conscients.**
Dra. Gemma Baulies. Metgessa, pediatra i homeòpata.
- 13:00 **Eix intestí-fetge-cervell. La seva relació amb l'alimentació.**
Alonso Miras. Psicòleg. Terapeuta holístic. Màster en medicina naturista.
- 16:30 **Com l'alimentació condiona la nostra salut.**
Dra. Pilar Muñoz. Metgessa i experta en medicina ambiental.
- 18:00 **La ciència de la salut: Medicina vs. Ciència.**
Dr. Patrick Quanten. Ex-metge belga i investigador de la salut.

12a Fira d'alimentació i salut



tastos i tallers

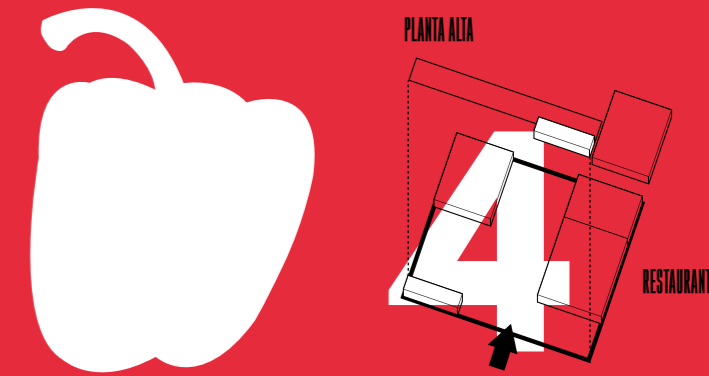
dissabte 26

- 12:00 **Boles energètiques amb el premsat en fred.**
Dàlit Natura
- 13:00 **Lideratge emocional. Dinàmica amb valors.**
Joan Josep Vergés Oms. Entrenador emocional.
- 17:00 **Les plantes en la cosmètica i en la salut.**
Abilia Martín
- 18:00 **Com reforçar el sistema immune i combatre el fred amb la macrobiòtica.**
Maria Miguel Ponte. Terapeuta holística, experta en alimentació natural i oriental
- 19:30 **Cata de vi del Priorat.**
Solà Clàssic

diumenge 27

- 11:00 **Com fer torró cremat.**
Quim Vilanó. Pastisser
- 12:00 **Dolços sans i deliciosos. Sense sucres ni farines.**
Cristina Manyer. Coach nutricional i xef de cuina saludable
- 13:30 **L'hora del vermut. Maridatge de cerveses artesanes amb altres productes de la fira.**
Cerveses La Vella Caravana
- 17:00 **PAS, Persona Altament Sensible, i l'alimentació dels sentits.**
Dàlit Natura
- 18:00 **El pastisser "raw".**
Javier Medvedovsky. Cuiner i escriptor

26 i 27 d'octubre Pavelló Inpacsa · Balaguer



espai kids

dissabte 26

- 11:00 **Taller de boles d'argila amb llavors**
Júlia de Mandràgora
- 12:00 **Núvols de gerdos amb xocolata**
Montse de Fructumcat
- 13:00 **Dibuixa amb pasta de raïm**
Teresa i Toni de Solà Clàssic
- 17:00 **Com fer sabó corporal**
Josep de l'Escola la Noguera
- 18:00 **Troba el teu umami amb formatges i mermelades**
Montse de Cal Senzill
- 19:00 **Biodansa amb petits i grans**
Anna Bertran. Musicoterapeuta.

diumenge 27

- 11:00 **Saps com fer sabó líquid fàcilment?**
Josep de l'Escola la Noguera
- 12:00 **Storytime. L'hora del conte, teatre en anglès**
Kids&Us Balaguer
- 13:00 **Gustos i textures en el procés del formatge**
Montse i Nicanor de Torrrec
- 17:00 **Els petits i petites també fem pomades**
Marta de Nur Gaia
- 18:00 **Berenar del bo. Piruletes de xocolata amb llavors**
Diana de Xocobonar
- 19:00 **El joc de pintar i l'educació creadora**
Pampallugues, espai d'educació viva

alimentaioisalut.com

Organitza:



Col·labora:

