



10 "MUST" LO QUE NO TE PUEDES PERDER

BioCultura, la feria de productos ecológicos y consumo responsable, llega a La Farga de l'Hospitalet del 7 al 10 de mayo, con todas las novedades del sector ecológico. En esta 32ª edición, participarán 200 expositores. Hay programadas más de 250 actividades relacionadas con el sector ecológico: alimentación, cosmética, moda sostenible, salud natural, bioconstrucción, y todo aquello que tiene que ver con un eco-estilo de vida sostenible. Muestras, talleres, cocina en directo, jornadas profesionales y actividades para los más pequeños... son algunas de las propuestas que hacen de BioCultura un evento lúdico, consciente e informativo sobre el consumo ecológico y respetuoso con el medio ambiente. Para que no te pierdas entre toda la oferta de la feria, te dejamos una lista de los 10 “must” de esta edición.

1.- La feria: Tu consumo puede cambiar el mundo. Sí, como consumidores tenemos la llave para cambiar lo que no nos gusta y vivir en el mundo que queremos: más sano, más ecológico y más bello. Visita las más de 200 empresas expositoras de la feria y conoce de primera mano el esfuerzo y amor que hay detrás de cada uno de los productos que consumes. Prepara tu visita.

2.- Showcooking EcoGastronómico. Durante los cuatro días de feria podrás recibir consejos y seguir las recetas paso a paso de los gurús de la cocina ecológica y la nutrición más saludable. Los eco-chefs pondrán a disposición sus conocimientos durante los showcookings participativos: postres saludables, fermentados, dieta antiinflamatoria, intolerancias, germinados, cafés, etc.

3.- Cosmética EcoNatural. En los talleres del espacio EcoEstética podrás conocer trucos para el mantenimiento básico de tu piel, automasaje, cuidado del cabello... Y si eres profesional, podrás participar en las Jornadas “La cosmética Econatural hacia el éxito” y en las Jornadas formativas “De la planta a la belleza consciente”. Además habrá consultorías exprés y sorteos de productos.

4.- Jornada Alimentación y Salud. Varios pesos pesados del mundo de la salud van a participar en esta jornada. Estarán, entre otros, Nicolás Olea, Lucía Redondo, Felipe Hernández, José Sánchez, Olga Cuevas... Los temas que se abordarán nos interesan a todas las personas: ¿Es mejor lo ecológico? Claves para entender la diferencia, intolerancias y cómo abordarlas, dietoterapia y micronutrición en enfermedades autoinmunes, setas medicinales, equilibrio entre agua y sal para la salud, suplementación... Toma nota.

5.- Realización en vivo de varios podcast de mucho renombre con asistencia de público. Se grabarán podcasts con participación del público de influencers como “Antifragil”, “La Hoguera”, con temas controvertidos, pero de necesario abordamiento desde el punto de vista científico y también desde el sentido común.

6.- El festival Kuestiona. Adelanta en BioCultura algunos de sus principales ponentes. Estarán Borja Vilaseca. Escritor, conferenciante, emprendedor social y educador, especializado en el desarrollo personal, autoconocimiento y educación emocional. Es reconocido como agitador de conciencias y fundador de proyectos como Kuestiona, La Akademia. También estarán Lucas Casanova, Vera Willenberg y Diego Arnold.

7.- Jornada de Agroecología escolar. Si eres docente, esta jornada es para ti, con talleres de dinamización de recursos educativos interactivos, intercambio de experiencias, y presentación de la nueva edición del Premi “Escola, Agricultura i Alimentació Ecològica”.

8.- Para los más pequeños/as. Podrán disfrutar del Festival MamaTerra. Desde talleres de cocina creativos y divertidos, hasta cómo hacer nuestro propio pan y galletas “bio”, o cómo pintarse una divertida cara con maquillaje ecológico. Actuación de Ecopagès, espectáculo de humor y circo. También talleres de reciclaje, de semillas, juegos y música.

9.- Eco-Foodtrucks. Si se te abre el apetito después de dar unas vueltas entre expositores, descansa en la zona donde se sitúan los stands de comidas y las eco-foodtrucks: se sirven deliciosos platillos del mundo ecológico. Podrás dar un bocado a una veggy pita, hamburguesas veganas super-creativas, quinoa de los Andes, pizzas, hamburguesas de carne, con buen vino y buena cerveza local y ecológica.

10.- Y si aún no estás convencido. Visita la guía de actividades al completo y no dudes en agendarte este evento tan esperado que no te dejará indiferente. Un momento clave del año para compartir experiencias, aprender y disfrutar.

<https://www.biocultura.org/barcelona/programacion-actividades>

Compra tu entrada online aquí:

<https://www.biocultura.org/entradas-anticipadas>