

MUNDO BIO **BioCultura** info

Feria de productos ecológicos y consumo responsable

Edita: Asociación Vida Sana (Declarada de Utilidad Pública) - OCTUBRE - NOVIEMBRE - DICIEMBRE 2016

BIOCULTURA MADRID

Nos vemos en IFEMA del 10 al 13 de noviembre

Vuelve BioCultura a Madrid, a IFEMA, del 10 al 13 de noviembre, con energías renovadas y un buen número de propuestas innovadoras. Toni Cuesta habló con Ángeles Parra, directora de la feria, para saber algo de esas nuevas tendencias.

BioCultura no es una feria estática ni mucho menos. No deja de expandirse y de generar nuevas tendencias dentro de sí misma. Ángeles Parra señala que “llegamos de nuevo a Madrid con muchos y nuevos bríos y más ilusión y esperanza que nunca. Por un lado, comentemos que la feria no deja de crecer. Dos meses antes de la feria, todo el espacio expositivo ya ha sido asignado. O casi. Digamos también que, en este sentido, crece el número de expositores de subsectores (sectores diferentes dentro del mundo “bio”) emergentes, como el de la cosmética ecocertificada y/o el del textil orgánico/sostenible”. En ese sentido, añade Parra, “hemos organizado una serie de actividades paralelas que dan soporte a estos dos subsectores que están al alza tanto dentro de la feria como en la sociedad. La Plataforma Ecoestética y Planeta Moda van a ser las encargadas de aglutinar las actividades que giren en torno a los dos subsectores citados”.

COMUNIDADES AUTÓNOMAS

Por otro lado, como señala Ángeles, “también notamos este año más presencia de las diferentes comunidades autónomas del estado español dentro de BioCultura Madrid. Los comités de certificación aglutinan a diferentes empresas que se presentan bajo un paraguas común. También notamos cómo crece la oferta de empresas dedicadas al mundo vegano en la feria. De hecho, como ya hicimos en Barcelona, también en Madrid vamos a ofrecer a los asistentes a la feria el Festival EcoVegano, que es una programación muy amplia que tiene que ver con todo lo relacionado con el consumo de productos que no incluyen la explotación de



Mucha actividad en BioCultura Madrid

animales, tanto si son alimentarios como si no. Esta programación incluye charlas, talleres, degustaciones, etc. Tanto para iniciados como para profanos”.

MADRID, MADRID, MADRID

Ángeles Parra también señala: “En Madrid, es notorio que ha aumentado considerablemente el consumo de alimentos ecológicos en los últimos años. Hace 31 años que se lleva a cabo BioCultura en la capital de Estado y eso va dejando su poso, sin duda. Ello conlleva que los agricultores de la comunidad tienen menos necesidad de exportar, ya que el consumo local está más generalizado que en otras zonas de España. De hecho en la región se consume un 40% más de productos ecológicos que la media de España, según diversas fuentes”. Aunque, como aclara Parra, “BioCultura Madrid es, en realidad, una feria no sólo para el público madrileño, de la capital y/o de la comunidad autónoma, sino que viene gente, pro-

fesionales y público, procedente de todo el estado español, incluso de aquellas ciudades y comunidades que ya tienen su propia BioCultura”. Porque BioCultura es la gran feria ecológica por excelencia de todo el país. Tras 31 años de referencia inapelable, es, también, el germen a partir del cual, como dice Parra, “han nacido muchos negocios que tienen que ver con lo ecológico. Y no olvidemos que a mucha gente BioCultura le ha cambiado la vida. Y vamos a seguir así durante muchos años”.

Toni Cuesta

TOMA NOTA

Cita en la capital del Estado

Cuándo: del 10 al 13 de noviembre
Dónde: IFEMA
Horarios: de 10 a 20h
www.biocultura.org

La Asociación Vida Sana para el Fomento de la Cultura y el Desarrollo Biológicos es una entidad sin fines lucrativos, inscrita el 22 de septiembre de 1981.

Coordinación: Ángeles Parra. **Redacción:** Joaquín Albaicín, Pablo Bolaño, Sara Buñuel, Pedro Burruezo, Toni Cuesta, Sara B. Peña, Narciso Escuer, Montse Escutia, Tamara Novoa, Begoña Quintanilla, Ingrid Wenzl. **Publicidad:** J.C. Moreno.

TTIP

"Es una amenaza para la democracia"

Blanca Ruibal es Ingeniera Agrónoma y activista por la soberanía alimentaria en Amigos de la Tierra España. Después de trabajar durante varios años con comunidades campesinas en Centroamérica, coordina desde el área de Agricultura y Alimentación de Amigos de la Tierra campañas de denuncia de la agricultura industrial, particularmente contra los cultivos transgénicos, así como de fomento de alternativas agroecológicas en la producción y el consumo. La entrevista aquí Pablo Bolaño a colación del TTIP y las injusticias que traerá si no lo detenemos.

-¿Por qué el TTIP es tan nocivo en lo que respecta a la agroalimentación?

-El TTIP pretende aumentar el comercio de productos agrícolas y alimentos entre Estados Unidos y la Unión Europea. En la agricultura europea existe aún un importante número de explotaciones de pequeña escala que producen alimentos sanos y respetan el entorno. Esta agricultura familiar estaría en riesgo de desaparecer ya que no podrían competir con la agricultura y la ganadería de EE.UU., de mayor dimensión y que produce alimentos a bajo coste. El TTIP conllevaría una intensificación de la agricultura industrial y una mayor concentración en manos de grandes empresas. Por otra parte, la producción de alimentos a ambos lados del Atlántico se produce con estándares muy diferentes de seguridad alimentaria, bienestar animal y protección medioambiental. En general las normas de la UE son más estrictas, por lo que el objetivo de los *lobbies* agroalimentarios de EE.UU. es rebajar o eliminar todas aquellas regulaciones que impiden la entrada de sus productos. La entrada de productos alimentarios de EE.UU. producidos a bajo coste supondría una competencia inasumible para la agricultura europea y una amenaza para nuestra salud.

UNA AMENAZA

-¿Es el último eslabón del neoliberalismo?

-Actualmente el TTIP es la principal amenaza para la democracia, la justicia y los de-

rechos de la ciudadanía. EE.UU. y la UE pretenden con el TTIP crear "el área de libre comercio más grande del planeta". Para ello, además de bajar los aranceles y liberalizar nuevos mercados, se pretende armonizar la legislación entre ambas regiones. El tratado prevé también incluir un mecanismo de protección de las inversiones (ISDS); por todo ello el TTIP es la punta de lanza de la agenda neoliberal para poner el beneficio económico en el centro de las políticas y privilegiar a las empresas por encima de la ciudadanía.

-Ponednos algunos ejemplos de cómo el TTIP pone en peligro la salud de los consumidores...

-El enfoque de la seguridad alimentaria es completamente distinto en EE.UU. y en la UE. Mientras que en la UE se sigue un modelo conocido como "de la finca al plato", en el que se revisan todas las etapas de la producción, en EE.UU. solo se revisa el producto final. Por eso son habituales prácticas higiénicas prohibidas en la UE, como el lavado de pollos con cloro antes de la venta al público. Otras regulaciones que son más laxas en EE.UU. se refieren al nivel de residuos de pesticidas permitido en las frutas y hortalizas o el uso habitual de antibióticos y promotores de crecimiento en el ganado. La resistencia a antibióticos en personas debido a su abuso en la producción de carne es ya un problema grave de salud pública en EE.UU. Otro asunto polémico es el de los cultivos transgénicos;

apenas se cultivan en la UE (a excepción de España) pero están muy extendidos en EE.UU. Resultaría especialmente problemático para la salud la autorización de cultivos transgénicos tolerantes al herbicida glifosato, tal y como pretenden los *lobbies* estadounidenses.

LA INFORMACIÓN ES REBELIÓN

-¿Cómo nos podemos oponer al TTIP?

-Es fundamental en primer lugar que la ciudadanía esté informada de qué es el TTIP y qué pretende. Para quienes quieran hacer más, existen plataformas contra el TTIP en todo el territorio y la campaña estatal #NoalTTIP que agrupa a individuos, campañas territoriales, organizaciones sociales, ecologistas, sindicales y políticas de todo el estado español. En la web #TTIPsecret de Amigos de la Tierra se puede encontrar también información actualizada acerca de los Días de Acción Global, recogidas de firmas y movilizaciones.

-¿El TTIP se propone privatizar la justicia, como dice Susan George?

-El TTIP prevé la inclusión de un mecanismo de arbitraje entre inversores y estados (conocido como ISDS). El ISDS proporciona a las empresas extranjeras una vía para exigir indemnizaciones millonarias a los gobiernos si consideran que una nueva legislación perjudica la rentabilidad de sus inversiones. El mecanismo deja de lado el sistema judicial de cada país para acudir a "árbitros". Regulaciones relacionadas con las condiciones laborales o protección de la salud y el medio ambiente pueden ser cuestionadas por los inversores extranjeros. El mecanismo de arbitraje permitió por ejemplo a la empresa sueca Vattenfal reclamar una compensación de 3.700 millones de euros a Alemania por el cierre de su industria nuclear tras el desastre de Fukushima en Japón.

POLÍTICAS NEOLIBERALES

-¿Por qué nuestros gobiernos europeos están tan volcados con el TTIP y no defienden los intereses de sus ciudadanos?

-El TTIP está en coherencia con las políticas neoliberales de la UE, tanto de la Co-



La ciudadanía europea se opone al TTIP



El TTIP, una nueva forma de colonización

misión Europea como de sus Estados Miembros. El TTIP es un ejemplo más de cómo la Unión Europea fomenta los privilegios de las empresas frente a los derechos de la ciudadanía. Resulta significativo cómo la UE promociona acuerdos como el TTIP mientras boicotea las negociaciones en el marco de Naciones Unidas para desarrollar un tratado vinculante que permitiría a la ciudadanía tener acceso a la justicia en casos de violación de derechos humanos por parte de empresas.

LAS PERSONAS EN EL CENTRO

-¿Vosotros defendéis una agricultura en el que las personas sean el centro? ¿Agricultura ecológica?

-Amigos de la Tierra defiende la soberanía alimentaria, una agricultura en que las personas y el medio ambiente estén en el centro del sistema agroalimentario. Para afrontar el reto de alimentar a la población cuidando el planeta es urgente y necesario un cambio de modelo en el que prevalezca la agricultura con personas, capaz de producir alimentos sanos, respetando el entorno y manteniendo un mundo rural vivo.

-¿Cuáles son vuestras previsiones sobre qué va a pasar con el TTIP?

-Las negociaciones del TTIP están avanzando mucho más despacio de lo que los bloques se propusieron. Sin duda, la enorme oposición ciudadana en la UE ha tenido un papel en esto. La reciente salida del Reino Unido de la UE y el fin del mandato de Obama en EE.UU. el próximo otoño no favorecen el avance de las negociaciones. Probablemente el TTIP esté en "vía muerta" en este momento. Pero debemos ser conscientes de que las instituciones de la UE seguirán atendiendo las demandas de los lobbies de la industria (particularmente la agroalimentaria) con o sin tratado.

Pablo Bolaño

SOBRE AMIGOS DE LA TIERRA

Un cambio social local y global

Amigos de la Tierra es una asociación ecologista con la misión de fomentar un cambio local y global hacia una sociedad respetuosa con el medio ambiente, justa y solidaria. Defienden la justicia social y ambiental y creen firmemente que el centro de las políticas han de ser las personas y la Tierra. En cuanto a la agricultura y la alimentación trabajan por la soberanía alimentaria y defienden una agricultura social y sostenible, que garantice una alimentación segura y sana.



100% cosecha fresca, justo y sostenible



- ✓ **#1 en calidad!** Solo el aceite de coco Dr. Goerg tiene hasta un 59,42% de ácido láurico!
- ✓ **Solo Dr. Goerg garantiza frescura.** Nuestros productos son 100% procedentes de cocos bio recién recolectados – 72 horas desde la cosecha al producto.
- ✓ **No compramos Fair Trade, vivimos Fair Trade!**
- ✓ **Para producir nuestra gama no tálamos ni 1m² de selva tropical!**



Dr. Goerg, #1 en ventas de productos derivados de cocos bio en toda Europa!



Visítanos en [facebook.com/DrGoergEspana/](https://www.facebook.com/DrGoergEspana/)





Foto: EcoArchivo

Juan Cantos, un vitalista pleno

JUAN CANTOS

Un sabio de la salud

Juan Cantos fundó hace unos años en Alicante el Herbolario Ecovital. Desde allí, este entusiasta de la medicina natural y la alimentación ecológica ha propagado en Alicante los estilos de vida sanos que permiten conservar la salud. Ha publicado el libro: "Cuando estás enfermo cúrate con los alimentos crudos y otras prácticas naturistas". Un texto interesante para volver a la armonía con uno mismo y con lo que nos envuelve. Él contesta a las primeras preguntas de esta entrevista. Las últimas las responde su hijo, Juan Andrés, que ha tomado su testigo al frente de Herbolario Ecovital Alicante.

Juan Cantos dice: "He sido profesor (lengua castellana y francés) durante 41 años y desde hace 28 años estoy dentro del amplio campo de la Medicina Natural habiendo entrado en ella tras conocer la enfermedad de lleno, gracias a la cual debo una buenísima recuperación. Obtuve la diplomatura de Naturopatía y realicé muchos cursos que prefiero, en este momento, obviar. Creo haber ayudado sin ánimo lucro alguno a muchas personas que vinieron a mí. Agradecerles a tod@s ell@s porque me enseñaron mucho. Lo importante es que estoy agradecido a la vida y a muchas personas que me ayudaron a evolucionar".

-¿Cómo entraste en el mundo de la ecología profunda?

-El origen fue la enfermedad. El primer paso consistió, tras amplia información y búsqueda, observar que la alimentación, respiración... me eran positivas. Adopté una alimentación vegetariana, ecológica 100% y bien combinada. Los resultados comenzaron a ser positivos.

EL LIBRO

-¿Por qué te decidiste a escribir el libro?

-Lo hice porque sentí la necesidad de contar mi experiencia. Intuí que podría ayudar a otras muchas personas que estaban pasando y viviendo un camino difícil. El mensaje era: "Por muy desesperado que un@ se encuentre, jamás tirar la toalla". Siempre hay luz que nos hará ver claridad allá donde pensamos que todo es oscuridad. Cuando comenzamos a mostrarnos como somos y demandamos ayuda, la Providencia nos tiende una mano de muy distintas maneras: personas que llegan a nosotr@s, hechos y situaciones de la vida para dar el cambio, haciéndonos parar y reflexionar.

-¿Qué has aprendido escribiéndolo?

-Pienso que bastante. Primero a darme cuenta que no soy el ombligo del mundo, que existen tantos valores y tantas personas buenas en la vida; siempre han estado ahí; pero yo no las veía, y que tenía que estar dando millones de gracias por mi proceso. Desde entonces sentí la "obligación" de ayudar de manera desinteresada a tod@s l@s que me demandaban información o ayuda.

-¿En la alimentación, básicamente, está el secreto de la salud y de la longevidad?

-Es esta una pregunta preciosa y muy extensa de responder. Procuraré resumir: El ser humano es una simbiosis de cuerpo físico, emocional, mental (psicológico) y espiritual. La alimentación es, bajo mi modesta opinión, esencialísima en mantener y recuperar salud. El padre de la medicina, Hipócrates, decía dos frases que siempre tengo presentes: "Que tu alimento sea tu medicina y que tu medicina sea tu alimento" y "Se curan todas las enfermedades; pero no todos los enfermos". La primera es archiconocida; pero

no son tant@s l@s que lo llevan a efecto. Respecto a la segunda: "Se curan todas las enfermedades; pero no todos los enfermos". No significaba todos excepto los que tienen o han tenido tales dificultades, sucesos o dolencias. Hacía referencia al esfuerzo personal que hay que llevar a cabo puesto que hay que cambiar la alimentación, las actitudes, algunos hábitos de vida, etc., etc. Hoy sabemos que, cuando las funciones digestivas son retardadas o algunas veces suspendidas por la combinación incorrecta de alimentos, la adecuada conversión de alimentos en nutrientes vitales para el cuerpo (aminoácidos, azúcares, vitaminas y minerales) no tiene lugar. Bajo estas circunstancias, nuestros sistemas son incapaces de absorber y asimilar adecuadamente los alimentos que comemos. Las partículas de los alimentos sin digerir o parcialmente digeridos pueden producir toxinas. Estas toxinas producen un gran esfuerzo en las células y tejidos de nuestros cuerpos y nuestros órganos de eliminación, generando enfermedad. Lo dejamos acá.

-¿Por qué, si mantener la salud es algo tan sencillo, hay tanta gente enferma?

-Considero que una razón, entre otras, es la ocultación de la verdad. El mundo se mueve por valores económicos. Se prima el "tener" y no tanto el "ser". Afortunadamente no tod@s son así; pero hay una prevalencia que no debería existir. Encontrar el "camino" no es sencillo y cuando vives, y te informas desde la equidad, descubres circunstancias que parecerían de ciencia ficción. No es mi



Foto: EcoArchivo

Juan Andrés está tomando el relevo al frente de Ecovital de Alicante



Herbolario Ecovital de Alicante

deseo incomodar a nadie; pero en la salud se cometen verdaderas tropelías. Como afortunadamente hay mucho bien en el mundo pues tengamos presente que el que busca... encuentra.

ECOVITAL

-Háblanos del Herbolario Ecovital de Alicante...

-Ecovital Alicante nace hace 16 años, gracias a la inquietud de mi padre, ya que ataja su proceso personal (microinfartos cerebrales) gracias al mundo de la medicina natural fundamentándolo en la alimentación sana y saludable. Desarrolla todo el proyecto con el fin de poner todos sus conocimientos y experiencia profesional del mundo de la naturopatía y la medicina natural complementaria al servicio de la población para recuperar el estado natural que es vivir en salud. A día de hoy, podemos decir que su proyecto de vida se está logrando ya que miles de personas han logrado recuperar su estado saludable. Ecovital Alicante está compuesto por un equipo humano multidisciplinar, donde contamos con terapeutas de crecimiento personal, profesores de yoga, tai-chi, chi-kung, cursos de diferente índole, nutricionistas, apiterapeutas, naturópatas y médicos. En Ecovital Alicante podrás encontrar nutrición orgánica, complementos alimenticios, cosmética orgánica, librería y un sinfín de artículos relacionados con la salud natural holística. Nuestra razón de ser: nos mueve la pasión por una vida plena y saludable.

-¿Cómo está el sector “bio” en la zona Alicante y, en general, en la Comunitat Valenciana y en el área de Levante?

-A mí, en particular, más que “bio,” me gusta llamarle orgánico, ya que la palabra “bio” alberga un abanico muy amplio de productos; a mi parecer creo que estamos en la era de la revolución orgánica, se están destapando muchas verdades dentro de la industria agroalimentaria y esto está despertando la conciencia en las personas; este mercado está en auge, cada día hay más población con información y esta es la única que nos hace libres. Cuando el fervor es tan grande en el mundo “bio”, aparecen muchos oportunistas, quiero hacer un llamamiento a los consumidores del mundo “bio”; no todo vale, hemos de seguir mirando composiciones de los nutrientes que componen cualquier producto. En la Comunitat Valenciana, como en el resto de comunidades, es evidente y palpable que es un valor en alza, que cada día hay más iniciativas y proyectos alrededor de este mundo “bio” (orgánico) y la respuesta de la población es cada día mayor: recordemos que no todo lo que ingerimos contiene nutrientes; pero sí es comestible.

-¿Qué hace falta para que la población “despierte” y apoye la revolución ecológica?

-A mi parecer hace falta mucha información verídica y que las autoridades competentes exijan un control mucho más riguroso en los etiquetados de los productos. Pienso que la población está

despertando ya que existe una inquietud muy bonita por ganar salud o en el peor de los casos no perderla, los datos demográficos demuestran que cada día la población está siendo más longeva y que la calidad de esta está siendo mejor. El apoyo al mundo “bio” (orgánico) ha de nacer en nuestro ser interior y hacernos conscientes de lo que vamos a consumir en cantidad, calidad y cómo lo vamos a ingerir. En referencia a la cantidad, cuando un alimento está lleno de nutrientes necesitamos menos para saciar nuestras necesidades nutricionales, a mayor calidad de éste mayor beneficio para nuestro organismo a la hora de deglutirlo y nutrirnos; y referente al cómo lo vamos a ingerir: si vivo o inerte. Tomar consciencia de todos los procesos es la mayor ayuda que se le puede dar al mundo orgánico y al resto de mundos que no distan mucho del orgánico. Todos somos uno.

ACTIVIDADES PARALELAS

-¿Qué actividades paralelas lleváis a cabo desde Herbolario Ecovital?

-Al margen de la tienda, desarrollamos actividades siempre vinculadas con la salud natural en todos los planos, físico, mental y espiritual. Entre semana hay clases de yoga, tai-chi, chi-kung, mindfulness, masajes terapéuticos, reflexología podal, reflexología auricular, osteópata, fisioterapia, acupuntura y mucho más. Aquí os dejo la dirección donde podéis recibir información: info@ecovitalactividades.com. Se realizan muchas charlas informativas gratuitas a lo largo del mes. Como novedad hemos empezado una terapia revolucionaria, estamos trabajando con la apitoxina. Terapia con abejas. Estamos llevando a cabo una de las terapias milenarias más potentes que, pienso, existen: la apiterapia en micro dosis. Los resultados están siendo muy positivos. En breve y como primicia quiero destacar que nos estamos embarcando en un proyecto donde trabajaremos el plano físico, mental y emocional. Adelanto algo: dentro de un enclave en un paraje natural y vórtice energético, los clientes podrán optar a los planes de detoxificación que estamos preparando, estos serán de una duración de 10 o 20 días, donde se engloba la alimentación sana y saludable, trabajo de crecimiento personal en conexión con la naturaleza, etc. Estamos realmente muy ilusionados con este proyecto ya que firmemente creemos en el retorno a una vida plena.

-¿Cómo ves el futuro del sector ecológico?

-Lo veo muy positivo; las nuevas generaciones venideras tienen todo bastante más claro de lo que lo teníamos nosotros. Pienso que no existe ese futuro que nos han inculcado, existe un eterno presente y en este presente todo va a estar en orden. Todo va a estar bien, si respetamos a la Madre Tierra; ella nos dará con creces todos sus frutos para nuestro sustento, lo orgánico se acabará imponiendo y llegará el día del eterno presente en el cual no haya diferenciación entre lo “bio” y lo convencional, será todo ÓRGANICO. Por último concluir que la tierra no es una herencia de nuestros padres, es un préstamo de nuestros hijos, lo amarás tanto como lo quieras y lo querrás tanto como lo cuides.

Pablo Bolaño

TOMA NOTA - Más info

Equipo Ecovital Actividades Alicante

C/ San Juan Bosco, 7 bajo - Alicante

Teléfonos: 965925993 o 670 912 927

ecovitalactividades@gmail.com

<https://www.facebook.com/EcovitalActividades>

<https://goo.gl/maps/SsH19>

Para comprar el libro:

www.herbolarioecovital.es - Tels.: 965925993 y 670912927

SLOW FAST FOOD

Alimentar el cuerpo y las emociones

Josefina Llargués es licenciada en Psicopedagogía. Tiene Máster en Salud y Nutrición. Es posgraduada en Psicopatología Clínica. También es naturópata y homeópata, además de diplomada en Alimentación y Nutrición Ayurveda. En su Centro de Terapias Naturales, imparte también talleres de cocina vegetariana. <http://josefina-llargues-terapies-naturals.cat>. "Slow Fast Food. Alimentar el cuerpo y las emociones" (Editorial Comanegra'16) es su último libro, que cuenta con prólogo de Tortell Poltrona. Toni Cuesta charló con ella.

-Explícale tu libro a alguien que no lo haya leído...

-Aunque "Slow Fast-Food. Alimentar el cuerpo y las emociones" pueda englobar un contrasentido aparente, tiene un objetivo sencillo y ambicioso a la vez: "Que la cocina, antaño corazón de la casa, recupere el protagonismo que merece"; apostando por el consumo responsable, la recuperación de la agricultura local y ecológica, el abandono de alimentos procesados y *pseudoalimentos* y el retorno a un estilo de vida saludable y una alimentación *slow* adaptada al ritmo de vida actual.

EL BUEN COMER

-¿Por qué es tan importante para ti una buena alimentación?

-La filosofía de medicinas ancestrales como la Tradicional China o el Ayurveda se han basado durante milenios en los principios de equilibrio y armonía y en el profundo conocimiento de la naturaleza de los alimentos, tanto con fines nutritivos, como para aumentar la energía vital y la longevidad. En este sentido, un proverbio védico que cito en el libro en mi opinión ilustra claramente la importancia de una buena alimentación: "Así como son los alimentos, son los pensamientos; así como son los pensamientos, serán las acciones; así como son las acciones será la conducta; así como es la conducta será la salud".

-¿Qué relación existe entre el estómago y las emociones?



Josefina Llargués, una defensora de la alimentación ecológica, local y artesana

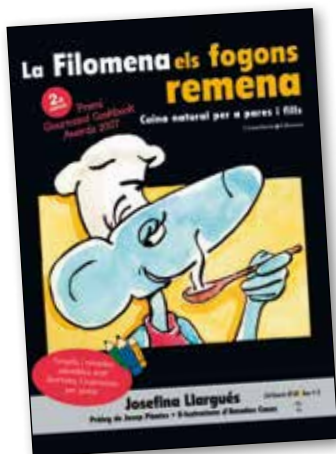
-El sistema digestivo, conectado con el cerebro a través del nervio vago, está tapizado por una red neuronal de tan amplio alcance que muchos científicos lo han denominado "segundo cerebro". Fabrica y almacena aproximadamente el 50% de dopamina y el 90% de serotonina total del organismo. Cuenta, además, con los mismos receptores opiáceos que el cerebro y en él se producen también importantes cantidades de benzodiace-

pinas endógenas, principio activo de los ansiolíticos. La ciencia evidencia que el "segundo cerebro" no sólo participa en la digestión y asimilación de nutrientes, sino que media igualmente en nuestras emociones, pensamientos o conducta y su campo de actuación se expande a todo el organismo. Es fácil concluir, pues, que, si nuestra alimentación no promueve la salud de nuestra flora intestinal, nuestro estado emocional se verá, sin duda, afectado.

ALIMENTOS ECOLÓGICOS

-¿En qué medida es importante para ti que los alimentos sean ecológicos?

-La comida se ha mercantilizado en el mundo occidental. La agricultura, cada vez más industrializada, controlada por multinacionales y gobernada por injustas reglas de comercio que benefician especialmente a las grandes empresas del sector, tiene como principal objetivo obtener rendimiento económico de las cosechas, sin tener en cuenta a las personas ni a la tierra. Es una inversión de futuro para nuestra salud y la del planeta recuperar una agricultura ecológica, local y campesina, libre de pesticidas y transgénicos, que permita reconquistar nuestra soberanía alimentaria y la capacidad de los agricultores de decidir lo que quieren cultivar, por encima del poder de las grandes multinacionales de semillas. Y, a nosotros, los consumidores, el derecho a conocer la procedencia de lo que comemos y la potestad de elegir libremente los



Diferentes portadas con los últimos trabajos publicados de la autora

alimentos con los que deseamos llenar la cesta de la compra y nuestro estómago.

-¿En qué medida optas por una alimentación vegetariana o vegana?

-Sin lugar a dudas, nuestra dieta debería ser cada vez más verde. En pleno siglo XXI, ser vegetariano o vegano, o seguir una dieta equilibrada, en la que predomine el consumo de alimentos del reino vegetal, por encima de los del reino animal, no es una moda pasajera o una excentricidad, sino una necesidad para garantizar la seguridad alimentaria, preservar nuestra salud, el bienestar animal y disminuir el calentamiento global.

EL FUTURO

-¿Cómo ves el futuro de la Humanidad de aquí a 30 años?

-El patrón alimentario de los países ricos, con predominio de carne y productos lácteos, es insostenible. De acuerdo con un informe elaborado por United Nations Environment Programme (UNEP), en 2050 seremos muchos más, se habrá dado un crecimiento demográfico del 50%, que comportará un aumento del 60-70% de la producción mundial de alimentos. De ahí la necesidad de un giro global por parte de las sociedades más industrializadas hacia una dieta que incluya menos proteína animal y más alimentos del reino vegetal, como estrategia para prevenir, a medio y largo plazo, la pobreza energética, los efectos del cambio climático y el empobrecimiento de las poblaciones más desfavorecidas.

-¿Cómo ves el sector “eco” en España?

-Durante los últimos años el sector “eco” en España ha experimentado un gran crecimiento y el mercado de productos eco-

lógicos español se ha consolidado como el principal productor europeo. Sin embargo, sigue siendo para mí incomprensible que la fruta y vegetales cultivados en nuestros huertos sean considerablemente más baratos en Alemania que en España.

“MAQUINANDO”

-¿Qué estás “maquinando” para un futuro libro...?

-Pronto saldrá publicado mi nuevo libro “Aceite de coco: Salud, cosmética y nutrición” (Ediciones Obelisco), prologado por el Dr. Santos Martín. Estoy trabajando, además, en otros dos nuevos proyectos que, si todo va según lo previsto, verán la luz entre finales de 2016 y principios de 2017.

Toni Cuesta

LIBROS PUBLICADOS

Una autora prolífica

La Filomena els fogons remena (Cossetània Edicions)

2a. Edición 15. Prólogo SW Josep Pàmies (Premio Gourmand 07)

La Filomena Llamenera (Cossetània Edicions 12)

Prólogo de Quico Pi de la Serra (Premio Gourmand 12)

A través de un simpático personaje que los niños y niñas pueden colorear, “Las Filomenas” tienen como principal objetivo fomentar unos hábitos saludables a nivel familiar y que los pequeños de la casa participen, siempre que sea posible, del acto de cocinar, como una herramienta esencial para educarles en la salud.

Hongos Medicinales. Shiitake, Maitake y Reishi: Prevención y apoyo al tratamiento del cáncer. (Ediciones Obelisco 14) Prólogo de la Dra. Isabel Giral (Premio Gourmand 14).

Es cada vez más relevante el papel quimioprotector de determinados principios activos contenidos en numerosos alimentos por sus propiedades antitumorales e inmunomoduladoras, como es el caso de los betaglucanos del shiitake, maitake y reishi. Utilizados desde hace milenios por las antiguas tradiciones orientales como eficaces remedios, aunque ignorados hasta hace muy poco por la actual medicina alopática, los hongos medicinales gozan cada vez de mayor reconocimiento por su importancia en el tratamiento del cáncer.

<http://josefina-llargues-terapies-naturals.cat>

<https://www.facebook.com/josefinallargues>

<https://www.facebook.com/pages/La-Filomena/103687386384808>

<http://www.youtube.com/user/josefinallargues>



LA ECO-RESERVA
Alimentos ecológicos

Una web de:

coato
LIDERES EUROPEOS
EN AGRICULTURA ECOLOGICA

<http://www.facebook.com/laecoreserva>

www.laecoreserva.com

En www.laecoreserva.com, encontraras un gran surtido de alimentos provenientes de agricultura ecológica. Llévatelos a casa de forma cómoda, fácil y sencilla, o si lo prefieres, realiza tu pedido e indícanos donde tenemos que enviarlo... sorprenderás de forma original, con un delicioso regalo. VISITA NUESTRA WEB :-)

ESCLEROSIS MÚLTIPLE

La historia del actor Jose Segurado

Cuando buscas "esclerosis múltiple" por Internet encuentras palabras como "degenerativa, auto-inmune, crónica, silla de ruedas, deterioro, muerte"... No se sabe su causa ni su evolución exacta en cada persona, en principio es una "lotería". Hay medicamentos que, a pesar de no curar, pueden ampliar el tiempo entre brote y brote. También hay mucho escrito, no tanto en la medicina convencional, sobre la importancia de la dieta y el estilo de vida. Esta es la historia de Jose Segurado... un actor muy vinculado a esa enfermedad. Por suerte, ese "papel" ya quedó olvidado. Contará su historia en BioCultura Bilbao y BioCultura Madrid. Las fotos son de Inma Quesada.

Foto: Inma Quesada



Jose Segurado es actor y muchas cosas más...

Jose dice: "Empecé a trabajar con 18 años encadenando empleos 'serios' como agente de ventas, coordinador de equipos, responsable de calidad y responsable de servicio. A continuación salté al mundo de la banca donde permanecí durante ocho años. Durante todo ese tiempo compaginé mis empleos 'oficiales' con mi formación y pequeños trabajos como actor y cantante. Después del diagnóstico decidí lanzarme y dedicarme a tiempo completo a mis pasiones, a las que ahora se ha sumado el difundir estas ideas que tanto me ayudaron a superar la patología".

-¿Cómo empezó tu enfermedad?

-Me gustaría no usar la palabra "enfermedad". Después de años de mucho estrés constante y rabia acumulada, empecé a notar síntomas extraños: no me podía concentrar, se me dormía una pierna y partes de cuerpo, tenía los brazos entumecidos, no podía tener relaciones sexuales plenas... Después de meses de pruebas médicas

me dieron este diagnóstico (esclerosis múltiple) al encontrar más de 40 lesiones en mi cerebro y más de 40 en mi médula espinal. Se me dijo que empezaría a evolucionar a peor en breve y que era muy probable que en un año no pudiese caminar.

UN CAMBIO TOTAL

-¿Por qué decidiste cambiar de hábitos? ¿Hacia qué tipo de vida cambiaste?

-A pesar del pronóstico, mi intuición me decía que había algo más. Empecé a encontrar decenas de historias de recuperación por Internet, y todas se parecían demasiado... entre sí y a mi caso. Primero cambié la dieta radicalmente, luego empecé a meditar, dejé la rabia y el estrés, huí de adicciones negativas que sabía que me estaban afectando y, finalmente, decidí comenzar a dedicarme a lo que me hacía feliz. Parece fácil decirlo, pero es más difícil hacerlo. Aunque aseguro que no es imposible.

-¿Qué pasó luego?

-A las pocas semanas o meses de aplicar cada cambio, los síntomas fueron remitiendo. No como por arte de magia, sino más bien de una manera sutil hasta que en mi caso desaparecieron completamente. Empecé a tener una sensación muy buena de estar en sintonía conmigo mismo, a dejar de estar enfadado y rabioso y a notar que, de alguna manera, el cómo estemos físicamente y emocionalmente depende en gran medida de lo que hacemos, pensemos y sintamos.

-¿Tienes necesidad de explicar tu historia a la gente?

-Desde el primer día sabía que uno mismo podía hacer mucho para recuperarse. Pero también sabía que no tenía garantías y que hacer cambios profundos en mi estilo de vida no era fácil. Pero quería hacerlo y contarlo a la gente. Que la gente supiese que hay mucho que hacer. No tengo todas las respuestas, pero tengo mis respuestas, lo que me funcionó a mí. Y sé que podrá ayudar a muchos. Supongo que el hecho de que por los canales oficiales no se le dé mucha importancia a estas ideas me ha hecho coger fuerzas para explicarlas por otras vías.

BIOCULTURA

-¿Qué acción vas a llevar a cabo en BioCultura Bilbao y BioCultura Madrid?

-Quiero realizar unas charlas explicando mi historia y exponer claramente y paso a paso todo lo que puse en práctica y me funcionó. También me gustaría que los participantes me planteen preguntas y responderlas, siempre desde mi punto de vista, lo que he investigado y mi experiencia, para que cada cual llegue a sus propias conclusiones y, ojalá, se animen a emprender acciones que intuyan que les van a ayudar. Voy a contar aspectos de mi vida privada que considero que tienen relación directa con cómo me encontraba y con lo que la gente se puede sentir muy identificada.

-¿Qué dice la medicina oficial de todo esto?

-Cada vez que acudo a los médicos a realizar alguna revisión les explico mi historia. Lo único que obtengo es un “una dieta saludable y una vida sin estrés y con propósito es buena para cualquier persona” y un papel para volver a vernos en siete meses. Pero no consigo que entiendan o que investiguen cómo en mi caso no fue simplemente “bueno”, sino que fue determinante para que me recuperase. Lo he vivido, lo he sentido. Yo no necesito nada más, pero me gustaría que la visión oficial profundizase en esto.

UNA HISTORIA MUY “GRÁFICA”

-¿Qué te dice la gente?

-La mayoría de mis amigos y conocidos son muy receptivos ante estas ideas. Han vivido mi historia conmigo paso a paso. No estoy descubriendo nada nuevo. De todo esto ya se hablado y escrito en infinidad de ocasiones, pero de alguna manera mi historia es muy “gráfica”. Sin embargo, me sorprende que también haya mucha gente que, directamente, diga que todo esto son tonterías. Me parece una pena que, como mínimo, no se pongan algunas de estas ideas en práctica. Todo esto es inocuo y gratuito, aunque cueste hacerlo.

-¿Qué has aprendido tú de toda esta historia?

-He aprendido que hay que seguir el instinto y la intuición de uno. Creo que no se equivoca. Que hay que perseguir los sueños aunque los frutos aparezcan poco a poco. También que el cuerpo te va dando pequeñas señales de que las cosas no van bien cuando tu vida no va de la mano de tu esencia. Y que cuando te alejas demasiado te puede dar una buena hostia. Creo que el cuerpo es sabio, muy sabio. Auto-inmune significa que el cuerpo se ataca a sí mismo y creo que tenemos que detectar qué estamos haciendo para que nos queramos atacar a nosotros mismos... y ponerle remedio.

P. Bolaño

Foto: Inma Quesada



Segurado participará en BioCultura Bilbao y Madrid dando a conocer su experiencia

**EL FUTURO
Con ganas y pasión**

-¿Cómo ves ahora tu futuro?

-Mi presente y mi futuro los veo con muchas ganas y pasión. Me dedico día a día a lo que me gusta, actuar y cantar, y a dar a conocer estas ideas, que creo que son de vital importancia para todo el mundo, hayan tenido alguna vez un diagnóstico o no. Desde hace mucho tiempo abrazo el presente y me lanzo a mis proyectos. Antes pensaba siempre que “ya lo haré” pero la vida me dijo que lo hiciese ya. He dejado de hacer listas de planes y he pasado a ponerme manos a la obra.

Más info

www.joseseurado.com
josep_r_segurado@hotmail.com

Allure
Kristalpad

**Elimina el vello
Rápido y Sin Dolor**

Suave 

Sencillo 

Indoloro 

www.kristalpad.es
Kristalpad esta hecho de micro cristales de Amatista

De venta en FARMACIAS
Parafarmacias y Herboristerías

No contiene químicos / No testado en animales

Desarrollado en Suiza

EC  **ticias.com**

3.500.000 visitas/año

MEDIO OFICIAL
BioCultura
Feria de las alternativas y el consumo responsable 

EL CASO DE EYSMA MEDIO AMBIENTE

Dos luchadoras en Dénia

La empresa Eysma Medio Ambiente, dirigida por las ambientólogas, emprendedoras y ecoactivistas Mónica Pastor y Lara Galbis, es una empresa que funciona desde Dénia (Alacant). A petición del consistorio municipal, la empresa organizó el 5 de junio, en el castillo de la localidad, una actividad dedicada a la ecología profunda para celebrar el Día Internacional del Medio Ambiente. Allí asistimos y tuvimos la oportunidad de conocerlas. Pablo Bolaño charlo con ellas, que responden al alimón. En la foto, Mónica y Lara, en una actividad encaminada a dar a conocer la educación ambiental.

-¿Cómo y por qué creasteis EYSMA?

-En mi caso (Lara) durante la carrera y luego el máster siempre he trabajado de camarera. Al acabar el máster, tras un duro verano de trabajo, supe que había llegado la hora de dedicarme a mi carrera si no quería perder mis títulos universitarios. Es curioso que ya durante la carrera tuvimos la idea de crear nuestro propio trabajo, inicialmente era un laboratorio de análisis químico, un proyecto que finalmente quedó en el papel. Después de mucho tiempo buscando trabajo en las empresas más afines de la zona sin ningún resultado, incluso solicitándoles trabajo sin cobrar para ganar experiencia, nos dimos cuenta de que nosotras mismas podríamos generárnoslo ya que no íbamos a renunciar a nuestra verdadera vocación, después de tantos años de estudios, esfuerzo y dinero. En tiempos de crisis, cuando todas las puertas se te van cerrando, lo mejor que puedes hacer es reinventarte. El cómo... fue más bien ir adaptándonos a las circunstancias: autónomas o empresa, inversión necesaria... Son cosas que cada vez iban estando más claras; si eres hijo de empresarios es muy fácil empezar, lo que no es tan sencillo es empezar a los 30 sin nada que invertir más que tus ideas y tus ganas de trabajar. Nos costó lo suyo, pero valió la pena.

EL BALANCE

-¿Cuál es el balance de este año de trabajo?

-Sinceramente, lento pero seguro. Este año ha sido una puesta en marcha. Ahora, tras haber superado algunos retos importantes, trabajando para colegios, guarderías, ayuntamientos y una fundación, hemos medido nuestro potencial y sabemos de lo que somos

capaces, por este motivo continuamos adelante, somos positivas y estamos contentas con la evolución.

-¿Es más difícil o más fácil tirar hacia adelante una empresa como la vuestra en una población como Dénia?

-Resulta un poco difícil que la población entienda lo que es la educación ambiental; una empresa como la nuestra es difícil llevarla adelante sea donde sea. Generalmente quienes se encargan de la educación ambiental son funcionarios que cuentan con todas las instalaciones necesarias; nosotras hemos tenido que buscarlas, ser aceptadas y trabajarlas para poder disponer de ellas, aunque estén en otro término municipal. El problema de dedicarte al medio ambiente es que la gente tiende a verte como algo innecesario o como alguien sabiendo que va a venir a explicarle lo que lleva viendo toda su vida. Aún nos encontramos muchas preguntas como: "¿Eso qué es?". O: "¿Eso para qué sirve?".

LOS BACHES

-¿Cuáles son los baches más comunes en vuestro caso y en empresas afines?

-De nuevo, que la gente lo entienda, que entienda nuestro trabajo, el sentido de nuestra profesión, es lo más difícil, pero, bueno, existen otros igual de importantes: en primer lugar el bache más común es nuestra generación perdida, son muchos los profesionales exiliados, pero somos muchos más aquellos que permanecemos en España, además nadie contempla el problema del emprendedor de 31 años. Si añadimos a esto a una empresa relacionada con el medio ambiente y la educación no es de extrañar que haya-

Foto: EcoArchivo



Nuestras protagonistas...



Una de las actividades organizadas por Eysma Medio Ambiente

mos escuchado tantas veces: “Sois unas valientes”. Por otro lado, otro bache es que hoy en día, con la excusa de la crisis, se espera que se trabaje por menos dinero, “porque por lo menos es algo”. En EYSMA Medio Ambiente tenemos una filosofía muy clara... Siempre que hemos de tomar una decisión, generalmente económica, nos preguntamos cuál es la razón que nos lleva a aceptar un precio más bajo de lo que sería admisible y justo, y en la mayoría de los casos nos hemos dado cuenta de que las razones suelen ser fruto del miedo, por lo que potenciamos aquellas decisiones que dignifican nuestro trabajo y a nosotras como profesionales, aunque ello conlleve no ser aceptadas en algunos casos.

-¿Cuáles son las actividades que más estáis llevando a cabo?

-En los colegios es donde más actividades y programas educativos hemos desarrollado; estos muchas veces buscan a profesionales como nosotras para ofrecer aulas interactivas, talleres o excursiones o incluso semanas temáticas. Nuestra corta experiencia a lo largo de este año nos ha demostrado que funciona muy bien, ya que en algunos casos cambiamos el aula de la escuela por la naturaleza, y los libros por divertidos cuadernos de campo que disfrutan rellenando. Finalmente esto se traduce en motivación y cuando terminamos los alumnos se van con la lección bien aprendida. Además, también ofrecemos una línea de asesoría que nos lleva a trabajar con las instituciones públicas en proyectos de restauración de zonas degradadas y otros temas ambientales, y una línea de creatividad en la que desarrollamos talleres muy divertidos y amenos, que nos ayudan a conectar con nuestro niño interior para ver el mundo desde otros puntos de vista.

DÉNIA

-¿Cuáles son las actividades en las que va despuntando Dénia en lo ecológico? ¿La producción ecológica de alimentos?

-Bueno, Dénia hace años que viene dedicándose al turismo y se dedica al medio ambiente dado que tiene un parque natural y una reserva marina con praderas de posidonia. Su principal problema es compatibilizar los usos del turismo con la conservación. Se están realizando grandes esfuerzos pero esto no es algo que se consiga de hoy para mañana. Además varía en función del gobierno que esté al mando. En Dénia, respecto al tema del sector ecológico en general, es cierto que se nota que está creciendo, ya existen algunos pequeños establecimientos y puntos de producción de alimentos ecológicos (particulares). Sin embargo, la oferta se limita considerablemente cuando eres vegetariano o vegano y quieres salir a comer fuera.

RELACIONES INSTITUCIONALES

Algunos sí están por la labor

-¿Cuál es vuestra relación con el consistorio municipal y con la administración autonómica?

-Ahora mismo es uno de nuestros pilares. Es muy importante que también desde arriba se fomente la educación ambiental. Aunque no siempre es fácil, algunas administraciones sí que están por la labor de darle forma. En estos momentos el ayuntamiento de Dénia está moviéndose mucho en lo que a medio ambiente se refiere. Ha celebrado el Día mundial del Medio Ambiente y de los Océanos (5 y 8 de junio 2016) y está programando más cosas que de seguro terminarán calando en la sociedad como cualquier otra oferta cultural. Esto es bueno desde el punto de vista de la educación ambiental. Sin embargo con la administración autonómica no hay relación. Hace unos meses tuvimos que solicitar la inscripción de nuestra empresa como empresa turística para poder anunciarnos en las oficinas de turismo y nuestra sorpresa fue que somos pioneras y no había ningún epígrafe que se adaptase a nuestra actividad. Una de las respuestas fue: “Bueno, pero para llevar a un colegio al monte y enseñarle alguna planta no entiendo qué necesidad tenéis de ser empresa turística”. Así es como está contemplada la educación ambiental en nuestra comunidad autónoma y es una verdadera lástima.

-¿Por dónde creéis que va a ir el futuro de vuestra empresa?

-Esta siempre es una pregunta difícil de responder, es algo complicado hacer predicciones en un momento límite para el medio ambiente y de tantos cambios. Sin embargo, sabemos que la educación ambiental va a ir cada vez a más, es imprescindible puesto que no puede existir un cambio social, en relación al medio ambiente, si no se enseña a la población que esta forma parte de él. La educación ambiental mediante programas específicos adaptados a cada colectivo en función de sus necesidades e inquietudes es lo que más futuro tiene.

LA ADMINISTRACIÓN

-¿En qué medida tiene la Administración que apoyar la educación ambiental en nuestro país?

-Lo más importante que la Administración debe saber es que un individuo formado e informado será capaz de tomar las mejores decisiones. La información es una herramienta muy poderosa, una vez se produce el entendimiento es muy difícil ignorar los problemas cuando los hay, puesto que en el preciso instante en que algo es comprendido pasa a formar parte del individuo y éste ya no puede mirar hacia otro lado. Consideramos tan importante la educación ambiental para mantener la Naturaleza en un estado de conservación óptimo, que si no está siendo ahora mismo apoyada de una forma más seria... creemos que es simplemente porque no interesa. Evidentemente sin la colaboración de la Administración en este ámbito, cualquier intento de trabajo para acortar distancias entre población, turismo y medio ambiente ha sido y será frustrado, al menos a corto plazo.

Pablo Bolaño

TOMA NOTA

Más info

EYSMA Medio Ambiente

C/ Diana 10, 2º pta 3 - Dénia 03700 (Alicante)

670 446 688 / 646 613 077 - www.eysma.com

ALEMANIA

El gran potencial desaprovechado

Alemania es el mercado más grande de alimentos ecológicos en Europa. Pero entre su propia producción y la demanda aún queda una brecha. Es un mercado de oportunidades para exportadores como España. Por Ingrid Wenzl, desde la propia Alemania.

2015 fue un año bueno para el sector biológico en Alemania. Su volumen de ventas subió con un 11 por ciento por dos cifras a unos 8,62 mil millones de euros. Según la Sociedad de Información del Mercado Agrario (AMI en siglas alemanas), eso se debe principalmente a la iniciativa del comercio detallista: “Sobre todo las tiendas-discount, como Aldi Nord, Lidl o Penny, que están ampliando su surtido ecológico considerablemente”, explica la analista de mercado para la agricultura ecológica Diana Schaack. Les siguieron los proveedores de gama completa y las grandes superficies ofreciendo aún más productos ecológicos para destacarse de su competencia más barata. “Como todos participaron en este proceso eso provocó un salto importante en el volumen de ventas de los productos orgánicos”, afirma Schaack. Sin embargo, muchos de ellos proceden todavía del extranjero. La diferencia entre oferta y demanda en Alemania aún persiste.

EL CAMBIO AGRO FRENADO

En 2001, después del escándalo de las vacas locas, la ministra federal de Agricultura de entonces, Renate Künast (Los Verdes), anunció un cambio rotundo en la política agraria. Prometió subir la parte de las superficies agrícolas ecológicas hasta el 2010 a un 20 por ciento. 15 años más tarde los gobernantes siguen repitiendo esta meta –pero ya sin fecha límite–. Con un 6,5 por ciento, las superficies agrícolas ecológicas en Alemania se encuentran por encima del promedio europeo pero aún muy por debajo de las propias ambiciones. “Si seguimos a esta velocidad llegaremos al 20 por ciento en el 2070”, ironiza la portavoz de la Alianza por la

Agricultura Ecológica (BÖLW en siglas alemanas), Joyce Möwius. El Ministerio de Agricultura Federal reconoce –al menos teóricamente– el gran potencial del sector ecológico para su país: “Usar este potencial está en primer lugar en manos de la economía y necesita el compromiso de sus actores. Con la Estrategia de Futuro de la Agricultura Ecológica el ministro federal (Christian) Schmidt quiere acompañar este proceso”, comunica. Sin embargo, ésta, más de un año después de que anunció su elaboración, todavía no ha sido presentada.

SRU

Por su parte, el consejo de expertos para cuestiones medioambientales (SRU en siglas alemanas) critica a Alemania que haya debilitado los esfuerzos de la Comisión Europea de llevar a cabo una transformación ecológica del sector agrícola y de haber desaprovechado los márgenes nacionales para posibilitar un cambio más rápido a la agricultura ecológica. Así la Unión Europea permite a sus miembros desplazar un 15 por ciento de sus subvenciones agrarias a actividades agrícolas concretas a favor del medio ambiente. En Alemania se convierte sólo un 4,5 por ciento. “Falta un consenso amplio para una agricultura acorde con el medio ambiente y preparada para el futuro”, señalan los expertos. Al presidente de la BOELW, Felix Prinz zu Löwenstein, no le sorprende este juicio duro: “A pesar de que algunas personas creen que sólo se trata de marketing para productos ecológicos o de un pasatiempo de activistas ecologistas, la contaminación y la destrucción de recursos de primera necesidad, como el agua o

Foto: IVFZ Kringell



Vacas ecológicas pastando en una granja orgánica alemana

la biodiversidad, son problemas centrales de nuestro tiempo. Se pueden resolver pero sólo cuando el gobierno federal deje de frenar la reforma ecológica”, dice.

CRECIMIENTO MODERADO

Que a pesar de la política tibia del gobierno federal cada vez más agricultores alemanes reorganizan sus empresas –en el 2015 el número de granjas ecológicas creció un 4 por ciento, en la última década un 30 por ciento–, la BOELW lo explica con más seguridad y condiciones favorables en algunos laender y por una fuerte demanda de productos orgánicos regionales que genera precios estables.

Entre los laender ejemplares destaca Bavaria con su plan integral BioRegio Bayern 2020 que pretende duplicar la producción agrícola ecológica en la región en el margen del tiempo del 2012 hasta el 2020 (ver despiece) En Baja Sajonia, un land marcado por sus meggranjas de cerdos y aves de corral, cambió por fin el rumbo del viento. El nuevo gobierno premia entre otras medidas a agricultores que protegen el bienestar de los animales beneficiando así sobre todo a las granjas ecológicas. En otros laender, en cambio, la inestabilidad de los subsidios dificulta la reorganización de las granjas hacia el universo orgánico.

PRECIOS ESTABLES

A diferencia de la agricultura convencional, en el sector ecológico los precios resultan bastante estables. Claras ventajas frente a sus colegas convencionales tienen en Alemania los productores de leche orgánica. Con el fin de la cuota de leche y la saturación de los mercados, el precio de la leche convencional está tocando fondo. En junio de 2016 el litro costaba sólo 21 céntimos –menos que la mitad de la leche ecológica en el mismo tiempo–. El precio de la leche ecológica estable se debe a la gran demanda de productos lácteos ecológicos en Alemania, que aún supera a la oferta. No obstante, su producción crece en el país, especialmente en el sur, donde las vacas pastan en los prados de los Prealpes porque el paso a la ganadería ecológica resulta fácil y las recompensas son muy tentadoras.

También entre los precios de carne de cerdo convencional y de ganadería ecológica se abre una brecha. La gran demanda, por un lado, y la pequeña oferta, por el otro, han disparado el precio de la carne de cerdo orgánico. A finales de 2015 alcanzó el triple del de procedencia convencional que, por su parte, se encontraba en su punto más bajo.

MÁS INVESTIGACIÓN

Para aprovechar bien el gran potencial económico y ecológico del sector ecológico hace falta un cambio más integral, sobre todo más incentivos e investigación. “En este momento ni se puede hablar en la práctica ni en la teoría de una promoción relevante de una ampliación más allá de las palabras vacías de los políticos”, critica Holger Mittelstraß, coordinador de la carrera de Agricultura Ecológica en la Universidad de Kassel-Witzenhausen. Sólo unos 30 millones de euros se dirigen al Programa Federal de Agricultura Ecológica. El interés por su carrera, no obstante, está creciendo. Actualmente ya cuenta con 1.150 alumnos. “Son un 30 por ciento más que hace cinco años”, constata Mittelstraß. También la participación multitudinaria en la manifestación de Berlín bajo el lema *Wir haben es satt* (Ya estamos hartos) que se celebra cada año simultáneamente con la feria agraria *Grüne Woche* y el número elevado de visitantes de la ecoferia *Biofach* en febrero demuestran el gran interés de la población más allá de su comportamiento de compra. El sector biológico ha llegado al tútano de la sociedad alemana. Ahora le toca a los políticos tomar las medidas para darle el lugar que le corresponda.

Ingrid Wenzl



Una mujer toma alimentos ecológicos en unos grandes almacenes alemanes



Sello “bio” regional de Bavaria que emite el ministerio de Alimentación, Agricultura y Política Forestal

BAVARIA El caballo de tiro

Con su programa BioRegio Bayern 2020, Bavaria es el *land* alemán que empuja con más énfasis en el progreso de la agricultura ecológica. Para duplicar la producción de los alimentos ecológicos del 2012 al 2020, este *land* rural no sólo aprovecha subsidios europeos y federales para fomentar a agricultores que reorganicen sus granjas según pautas ecológicas sino que persigue un planteamiento más integral: la agricultura ecológica ya forma parte obligatoria de la formación de los agricultores. En ese sentido, añadamos que se han abierto dos escuelas especializadas en el cultivo ecológico y se ofrecen cursos adicionales para agricultores convencionales. Para aliviarles el cambio a la producción ecológica se formó una red de 90 fincas ecológicas que ofrecen asesoramiento y visitas guiadas.

La agricultura ecológica también encuentra su camino en esta región para obtener más recursos de cara a la investigación: así se investiga cómo los sectores menos representados en la agricultura ecológica bávara –la cría de cerdos y el cultivo de verduras– pueden ganar terreno. Un sello regional ecológico creado por el Ministerio de Agricultura propulsa la comercialización de los alimentos ecológicos bávaros con el consiguiente valor añadido de lo local. No sólo goza de gran popularidad en la población sino que también es utilizado por dos cadenas de tiendas de descuento así como por tres empresas líderes en el mercado.

OPINIÓN/TEXTIL

Tradicición, ser, vestir

Joaquín Albaicín vuelve a la trinchera con este texto demoledor. Políticamente incorrecto como pocos, Albaicín no será nunca invitado a ciertos programas de televisión (tampoco creemos que quisiera asistir), pero en algunos asuntos... vale la pena escuchar de vez en cuando alguna opinión que sea realmente personal en un mundo, el de los medios de información, cada vez más idiotizado y mediocre.

Sólo en un estado cultural de post-civilización como el propio del Occidente contemporáneo y sus ramificaciones coloniales -es decir, sólo en el mundo globalizado- podría suscitar más que lástima un gesto como el de Lady Gaga de presentarse a recoger un galardón luciendo un "vestido" confeccionado a base de chuletas y filetes de ternera crudos más o menos engarzados entre sí y adosados a sus flancos. En el marco de una sociedad normal, y no de una anomalía histórica como la encarnada por la post-civilización progresista, vestirse de modo ridículo y absurdo con el fin de "provocar" o llamar la atención sólo puede ser entendido como una muestra de que el individuo no alberga la seguridad de poder llamarla por sí mismo o por su arte, o bien como un problema a tratar por un exorcista. Nada más en un mundo donde se ha perdido de vista el sentido de los objetos y las conductas puede considerarse "interesante" o cuestión de estudio el empleo del tenedor como calzado o de la sombrilla de playa como cámara fotográfica.

EL PORQUÉ DE LA ROPA

En los albores de la humanidad, el recurso al vestido obedece a dos necesidades básicas. Una, proveerse de protección contra el frío y otras inclemencias o agresiones de la naturaleza. En segundo lugar, en las sociedades tradicionales, ajenas por completo en sus principios y proceder al delirio progresista, la ropa y los abalorios u otros complementos servían y sirven para afirmar y transmitir a los demás quiénes somos: en qué situación familiar, económica o anímica nos encontramos, cuál es nuestra ocupación en la vida... La ropa posee, en ese sentido, un valor simbólico que abarca y nos revela más aspectos y detalles de quien la luce

de lo que hoy, por ejemplo, lo hace un uniforme. Contamos en la mitología judeocristiana con un relato de lo más elocuente al respecto en el pasaje del "Génesis" en que Adán y Eva, al constatar que están desnudos, se cubren con pieles de animales u hojas de parra. ¿Por pudor? Diríase más bien que por conciencia de haber perdido el sentido de eternidad y de ya no ser los que eran. De ahí que el hombre caído modifique su aspecto, de modo que su colapso resulte patente a la vista.

En los pueblos que no han olvidado -al menos, no demasiado- su tradición, incluso los tatuajes, elaborados ritualmente, que "visten" la piel y sólo son "adornos" a ojos del individuo completamente ayuno de raigambre cultural, responden desde la más remota antigüedad a la antedicha función de identificación: la de informar del rango, el grupo étnico o el "animal", espíritu o divinidad protectora del individuo o el pueblo que los lucen. Sucede lo mismo con los "adornos" con que son engalanadas las armas -no son iguales las flechas de los comanches que las de los kiowas- o con las viviendas, que se construyen o alzan con determinada orientación ritual y son, en cierto sentido, el "vestido" que cubre y protege a la familia.

BAILE DE DISFRACES

Si en los mundos tradicionales la vestidura y sus complementos reflejan lo que por nacimiento o consagración se es, en las sociedades profanas los uniformes y demás símbolos profesionales no informan al interlocutor más que de la permanencia puntual de sus usuarios en un estado interino, que se supone mutable por otro en cualquier momento en virtud de la "conveniencia" perso-



Foto: EcoArchivo

Mujeres africanas con su vestimenta tradicional, más cómoda, barata y bonita que la occidental



Una instantánea de la película "Abab Azis, el sabio sufi"...

nal. Ello es válido incluso para el sacerdocio -lo más usual hoy es que el sacerdote prescindiera en la calle de las vestiduras que le son propias, es decir, que "sea" sacerdote sólo en determinados momentos del día, de igual modo en que cada vez más leyes reguladoras de la vestimenta compelen a no "ser" cristiano, musulmán o hindú más que fuera del horario de trabajo- o para el matrimonio, estado que cada día obliga a menos a los cónyuges, y, en el punto de inmersión del Kali Yuga en que nos encontramos, hasta para la identidad sexual: se es hombre o mujer, escuchamos, dependiendo de si uno "siente" -o deja de "sentir"- serlo. Ello es patente en los escaparates, donde, deliberadamente, las siluetas y poses de los maniqués que exhiben atuendos para hombres son cada vez menos masculinas, y desde donde incluso parece pretenderse convencerme de que compre y utilice los mismos pantalones que mi mujer.

SIGNIFICADOS

Bajo el paraguas de los valores tradicionales, la indumentaria no es sino el significante que posibilita a un significado cobrar cuerpo. Frithjof Schuon recuerda en "Comprender el Islam", por ejemplo, referencias de Muhammad al turbante tales como: "El turbante es la frontera entre la fe y la incredulidad". O: "Mi comunidad no decaerá mientras lleve turbante". Y expresa el valor simbólico de esta prenda en el sentido de que "se opone como un peso celestial a todo lo que es profano y vano" por, en cierto modo, envolver "al pensamiento, siempre dispuesto a la disipación, el olvido y la infidelidad". Comenta acto seguido, entre las múltiples razones para el uso del velo por las mujeres, el hecho de que "el hogar -como la mujer que lo encarna- tiene un carácter inviolable"... En cuanto a la fémina hindú, según el tipo de "bindi" que luzca en la frente se identifica como casada, soltera o viuda. Nada de ello tiene sentido en las sociedades modernas, donde las leyes ni siquiera desaconsejan el adulterio, la familia vive completamente ignorada desde el punto de vista legal, el estado civil de la mujer no juega ningún papel a la hora de tratar de mantener una relación sexual con ella y donde los anillos de casados o los colores del luto no son ya símbolos especialmente reconocibles por el común de la población, en particular por los más jóvenes. Ha de precisarse que la incomprensión del valor simbólico del vestido y de las cosas y fenómenos en general es uno de los factores que más excitan la irritación del Occidente globalizado hacia las costumbres y tradiciones ajenas, pero también que el sentido de las mismas también es asimismo percibido de modo más borroso cada día entre sus practicantes, siendo el fundamentalismo -hijo del literalismo- una de las consecuencias de esa pérdida del sentido de los símbolos.

SER O NO SER

Con el tiempo, se ha pasado a tratar de expresar por medio de la ropa y los complementos no tanto lo que se es como lo que -por un rato- se quisiera ser. Tenía razón Coco Chanel al decir que:

"No es la apariencia, es la esencia. No es el dinero, es la educación. No es la ropa, es la clase". Pero su afirmación sólo posee sentido dirigida a un reducido número de individuos, pues, como en otra ocasión recalcará: "La moda no existe sólo en los vestidos. La moda está en el cielo, en la calle, la moda tiene que ver con las ideas, la forma en que vivimos, lo que está sucediendo"... Y la forma de vivir y las ideas en boga han mutado de modo ostensible. Si nos detenemos en otra apreciación famosa, esta de Balzac ("El bruto se cubre, el rico se adorna, el fatuo se disfraza, el elegante se viste"), diríamos que el hombre medio hoy predominante en -y potenciado por- la civilización occidental globalizada es el tercero: el fatuo, la mona vestida de seda.

Y, si la moda "tiene que ver con las ideas" y, en concreto, con las corrientes de opinión puestas en circulación por los "mass media" (Hermes, que enseñó a los hombres el vestido, simboliza la palabra que "fija" el pensamiento), costará poco apreciar en qué alta medida sirve al fin de extender y tornar aceptables mensajes ideológicos que no persiguen reforzar la solidez de lo que se es, sino contribuir en lo posible a la inestabilidad y solubilidad de todo valor de referencia que no sea el consumismo. Un buen ejemplo es la llamada ideología de género, fundada en sus orígenes sobre comunicaciones espiritistas y cuyo lema es aquel lamentable rebuzno de que no se nace mujer, sino que la hacen a una, y que ha logrado de modo inaudito impregnar las legislaciones con sus pseudo dogmas y consignas. En un mundo donde se considera marcadores de tendencias, referencias éticas y estéticas e incluso filósofos a sadomasoquistas y demás personajes traumatizados por una infancia o una vida sexual terroríficas, cobran pleno sentido las apreciaciones de Martin Lings a propósito de cómo, "para tener una visión objetiva de la naturaleza antiespiritual de la moda moderna, basta recordar que en el arte sagrado de muchas civilizaciones los Espíritus bienaventurados del paraíso se representan, sin la menor incongruencia, con ropas como las que llevaban el artista y sus contemporáneos. Imaginémoslo semejante cuadro realizado por un artista moderno y con las figuras vestidas en consecuencia". No menos atinado es su comentario acerca de cómo las tendencias en avance buscan la pulverización de la psique del tal modo que, "por lo que respecta a la salud psíquica, el mundo moderno se está convirtiendo cada vez más en un gran hospital en el que los males corren el serio riesgo de recibir exactamente lo opuesto al tratamiento que necesitan, como un hospital en el que se tuviera a los diabéticos en régimen de azúcar".

Esto es bien patente, como comentábamos, en los escaparates. En el fondo, los maniqués están invitándonos a los hombres a hacernos "mujeres" -liberadas, por supuesto- por una temporada. A mí, la verdad, cada día se me presenta como más difícil reto, eso de renovar el ropero...

Joaquín Albaicín

MÁSCARAS Usos rituales

El uso ritual de máscaras respondía a una verdad de fondo: el participante en el ritual, al ponerse la máscara del animal totémico de su clan o de su espíritu guía, estaba identificándose con él y, por tanto, patentizando ante todos su filiación espiritual. Hoy, a modo de puro divertimento intrascendente, el baile de disfraces al que la sociedad globalizada sirve de pasarela ha reemplazado a la danza chamánica, así como la ropa de calle responde a formatos y comunica mensajes de usar y tirar en un mundo de identidades sexuales, familiares, étnicas, nacionales o profesionales inconsistentes, evanescentes y pasajeras.

J. A.

AMRITA ORGANICS

La cosmética "bio" que cuida el alma

Amrita Organics es la marca bajo la cual la Fundación M.A. Center Spain vende productos de higiene, salud y cosmética de certificación ecológica, cuyos beneficios van a parar a la ingente labor social que realiza Amma en todo el planeta. Pedro Burruezo charló con Patricio Hernández, secretario de la fundación. La entidad estuvo en BioCultura Barcelona donde sus productos tuvieron una gran aceptación.

Patricio nos cuenta que Amrita Organics es una empresa creada desde la asociación benéfica de Amma en Alemania, donde tiene la sede más potente en Europa. Es un centro espiritual, un ashram, pero también una hípica abierta al público cuidada por los propios voluntarios de la fundación. Esta entidad solo trabaja con voluntarios.

-¿Por qué Amrita Organics?

-Para que los beneficios de esta actividad ayuden a las diversas actividades humanitarias que realiza Amma en todo el globo. La actividad solidaria de Amma en todo el planeta está formada por una red de entidades y cada país funciona según una idiosincrasia propia. En España, funcionamos como fundación. Por el momento, hemos elegido este modelo para amparar la, por ahora, limitada actividad económica de Amrita Organics. En el futuro, quizás una fórmula empresarial más convencional pueda servir a los intereses de este tipo de actividades que tienen siempre como único fin la solidaridad. No solo generamos beneficios que van a parar a las instituciones de Amma, sino que también colaboramos con comedores sociales locales (en nuestro país) con la distribución de comida.

-La cosmética de Amrita Organics sólo podía ser ecológica...

-Es un producto 100% ecológico certificado debidamente por BDHI. Estos productos se elaboran en Alemania. Se crean en el centro de Amma pero con el nombre comercial de Amrita Organics. Como somos una fundación, estamos limitados comercialmente por la Ley española de fundaciones.

AMMA. ECOLOGÍA ESPIRITUAL

-En la vida y el pensamiento de Amma, no se entiende la espiritualidad sin la ecología profunda y la ecología no se vive al margen de la espiritualidad....

-Así es. Un producto surgido de Amma no podía ser otra cosa que no fuera y que no reflejara las ideas de la propia Amma. De hecho, Amma siempre muestra una gran preocupación por la salud de la Naturaleza. Una de sus acciones benéficas



Una foto de Patricio despachando

ha sido la creación de estudios universitarios y clínicas ayurvédicas que fomentan un tipo de vida natural y sana.

-Háblanos más de ese tipo de actos que lleva a cabo Amma...

-Ella dice que, si no protegemos a la Naturaleza, ella dejará de protegernos a nosotros. Amma promueve la sección Green Friends, que son agrupaciones de voluntarios que se dedican a restaurar zonas naturales dañadas, se plantan árboles de especies autóctonas, en bosques, riberas de río o zonas urbanas. Aquí lo hacemos en colaboración con los ayuntamientos y otras entidades públicas. Ya se ha hecho en Alicante, Madrid, Segovia, Álava, Navarra, etc. Dado que se trata de un servicio altruista a la Naturaleza, nuestros voluntarios aportan siempre su tiempo, su trabajo y su dinero.

HUERTOS ECOLÓGICOS

-A Amma también le interesa mucho la agricultura ecológica...

-Efectivamente. Ella promueve que la gente tenga sus propios huertos ecológicos y que cultive sus propios alimentos sin pesticidas. Aunque sea una maceta en un balcón. Lo importante es el corazón, la intención que pones en ello. Ella dice que hay que contactar con la Tierra, amarla, quererla... La conciencia de lo ecológico siempre está presente en los voluntarios de Amma. Hay que salir de la trampa del ego y colaborar con la sociedad, ser ge-

nerosos, ser abiertos, desprendidos... Y eso también significa que hay que cuidar nuestro planeta, cueste lo que cueste.

-En las diferentes tradiciones religiosas, la alimentación tiene que cumplir ciertos preceptos...

-Algunas personas del mundo religioso le dan mucha importancia al mundo del espíritu y muy poca a lo físico. Para Amma todo está conectado. Hay que buscar el equilibrio. Por ejemplo, en sus centros de India se trabaja con ayurveda lo físico en el terreno de la salud y se le da mucha importancia al hecho de que la comida sea sana, sin tóxicos, lo más pura posible. Claro, tiene que ser ecológica, siempre que se pueda, obviamente. Aunque ella, para sí misma, no da importancia a su cuerpo. Come lo mínimo de lo mínimo. Como otros/as maestros/as espirituales. Algo de agua de coco, jengibre, un poco de arroz de vez en cuando, media manzana... También duerme muy poco. La energía suprema le da fuerza a ella y a sus voluntarios.

-Aunque Amma es hindú, sus enseñanzas están abiertas para todo el mundo...

-Así es. Entre sus devotos hay gentes de todas las tradiciones. Y vienen a recibir su abrazo personas de toda condición. Ella no hace distinciones. Dice a menudo que en Occidente tenemos muy desarrollado el plano material y poco el espiritual, y



Foto: EcoArchivo
Una foto del stand de la entidad en la última edición de BioCultura BCN

que hay que equilibrarlos, que también debemos tener un alma rica.

-¿Cómo fue el proceso de Amma hasta esta, ¡cómo llamarlo!, ¡santidad!, en la que se encuentra?

-Nació en un pueblo pequeño, de pescadores, en Kerala. Actualmente se llama Amritapuri. Tenía gran devoción de pequeña y recitaba mantras constantemente. A menudo llegaba a estados de éxtasis, y en un determinado momento “despertó” del sueño irreal en el que nos encontramos. Y allí permanece, en la consciencia absoluta. Al principio, su propia familia la expulsó por el contacto físico que representaban los abrazos, ya que está muy mal visto. Luego, un *sanyasin* o sabio, al estudiarla, llegó a la conclusión de que Amma tenía santidad y lo fue difundiendo por todas partes hasta que su familia volvió a aceptarla. Ella, de todas formas,

es muy humilde. Nunca proclama respecto a sí misma que sea un ser especial, un alma grande o “mahatma”.

“FENÓMENO AMMA”

-Como ocurre con el “fenómeno Amma”, he visto que algunos devotos pueden caer en el error de la idolatría, es decir, de confundir al santo con la Divinidad...

-Desde Occidente, a veces vemos a los devotos como algo idólatras. Y realmente a veces es así. Pero en Oriente no se ve de la misma manera. Hay que buscar el equilibrio y tener cuidado de que no se vaya la devoción hacia donde no toca. En ocasiones, hay demasiado apego al maestro y esto puede ser no demasiado positivo si no somos capaces de trascenderlo. Amma recomienda la prudencia en todo, siempre el camino de en medio, el sentido común. Tampoco nos dice que tengamos

que ser como ella. Siempre nos habla del equilibrio de comer bien, dormir lo suficiente... Mentes equilibradas y mentes sanas para poder entregarse con pasión a la solidaridad y al desapego. Ella hace hincapié en que lo importante es llegar a la Divinidad, llamémosla Energía suprema, Conciencia de Sí o Autorealización espiritual. Ella surge en la tradición espiritual del hinduismo y, por tanto, cualquier creyente de cualquier tradición es bienvenido, incluso gente que puede no tener creencias. En cualquier caso, Amma no es una gurú de la “new age” ni nada parecido. Sigue y actualiza enseñanzas védicas muy antiguas del Sanatana Dharma y lo hace de forma rigurosa. Su capacidad de apertura viene, precisamente, de que son enseñanzas verdaderas y esenciales. La auténtica tradición es así.

-¿Qué opina Amma de la occidentalización de India?

-Para Amma, algunas cosas de Occidente son buenas... Y hay que aprovecharlas. Pero si todo ello va en detrimento de la Naturaleza, de la espiritualidad... no sirve para nada. Para Amma, hay que vivir con una espiritualidad profunda que nos conecte con el cosmos y al mismo tiempo con nosotros mismos. Sin estar conectados con la Divinidad, estamos desconectados de todo, de la Tierra, de nuestro espíritu, de nuestras familias, de nuestras sociedades... Hay que volver a reconectar empezando con esa energía suprema de la que hablaba...

Pedro Burruezo

AMRITA ORGANICS **Cosmética ecológica**

Higiene y cuidado personal: jabones naturales, gel, champú y pasta de dientes ayurvédicas, protector de labios y lápiz de ojos, aceites esenciales y aceites corporales. **Cosmética natural certificada:** crema de manos, cremas corporales de rosa o vainilla, cremas intensivas para el rostro de rosa, de aloe vera o sándalo. Así como bálsamos relajantes o calmantes de contusiones. **Para la salud y el bienestar físico:** infusiones orgánicas de distintas clases. Tienen mucha aceptación las infusiones de tulasi y jengibre, y el té chai con su toque original hindú.

Más información en:

Página española de Amma: www.amma-spain.org

Página internacional sobre la obra humanitaria de Amma: www.embracingtheworld.org

Productos Amrita Organics de higiene, salud y cosmética natural: www.amritaorganics.com

www.cultivabio.org

PLATAFORMA DE FORMACIÓN ONLINE
DE LA ASOCIACIÓN VIDA SANA
especializada en agricultura ecológica

Ya sea como profesional o como aficionado seguro que encuentras tu curso: **huerto urbano, huerto escolar, compostaje, ganadería ecológica, venta de alimentos ecológicos, crear una empresa de artesanía alimentaria, cocina...** todo para formarte en el campo de la producción y la alimentación ecológica.



Mejora tu autoestima y tu felicidad aprendiendo algo nuevo cada día!

TERAPIA MENTAL SOBRE RUEDAS

Mens sana...

Desde estas páginas hemos escrito sobre enfermedad mental... desde fuera. Este es un testimonio desde dentro, de un hombre valiente, que la padece y habla de ella con lucidez y franqueza, no exenta de dolor. Se llama Juan, conocido como el Cicli, y sufre trastorno bipolar. Para él, el ciclismo es su terapia particular.

La suya es también una historia sobre la intolerancia de la sociedad con lo distinto, él mismo lo expresa así: "...Algunos nos que-man vivos, pero no soy raro, sólo diferente, veo cosas que otros no ven...", y así lo verá todo el que se acerque a él/ellos con empatía. "Los estigmas sobre el trastorno bipolar se pueden romper a través de la divulgación científica, la información y la educación, hablando abiertamente de ello y afrontando la enfermedad con naturalidad... fomentando su integración social". (1)

RESURGIR DE LAS CENIZAS... UNA Y OTRA VEZ

Su personalidad se ha forjado a base de dolor, incomprensión, rechazo... incluso ha sido detenido, pero ha desarrollado una enorme capacidad de fortalecer su resiliencia. Y es que se ha venido abajo muchas veces pero, como el Ave Fénix, se ha levantado otras tantas, a veces de puntillas. En vez de arrodillarse se ha puesto "la bici por montera". Con ella ha rodado ya por 18 países, en tres continentes. Han sido muchas etapas, vitales y ciclistas, algunas inacabadas por las crisis: Estambul-Nepal, La Patagonia, Mahón-Marrakech, Menorca-Suecia... Es una forma de afrontar la cru-deza de su enfermedad, pero no sólo...

-¿Qué persigues con estos largos y durísimos viajes?

-No son sólo viajes, son parte de una terapia; la idea es que, para poder hacerlos, tengo que generar unos recursos mínimos de salud. El viaje es un medio, no un fin, con el que ganar en salud y control de mi enfermedad. Además, quiero abrir puertas para mí, pero también dejarlas abiertas para los demás. Mi proyecto "Mi vuelta al mundo en bici, a la salud de los pedales"... preten-

de ser social y divulgativo, mientras solo sea mío será mi fracaso. También escribo sobre todo ello como terapia y tengo un blog.

-Ser bipolar supone pasar del éxtasis al pozo más oscuro, ¿cómo afecta esto a tu día a día y a tus viajes?

-Lo peor es la falta de concentración, me cuesta mucho levantar un campamento, recogerlo todo, plegarlo para que ocupe el mínimo espacio en la bici, y me agota psicológicamente. Otro inconveniente es el descontrol emocional; pequeños obstáculos para cualquiera, que para nosotros pueden llegar a ser enormes, y superarlos consume mucha energía que luego no se tiene para hacer lo que toca. Es un lastre constante que no se ve.

-A pesar de los problemas y las crisis, siempre has conseguido renacer después de un periodo de recuperación... Ahora te encuentras en uno de esos momentos... ¿Cuál será tu próximo proyecto?

-Mi plan inmediato es continuar con un viejo proyecto de correr un "Ironman" en cada década, pero para el de los 40 solo me quedan 10 meses... y está muy complicado, me lesiono corriendo con extrema facilidad. Así que no lo sé, ahora mismo no puedo planear, estoy muy cansado y me estoy recuperando psicoló-gicamente, tengo profundos daños en el alma de mi último viaje.

-“Si lo puedes imaginar, lo puedes hacer” (Goethe)

LA VIDA PEDALADA A PEDALADA

Sus problemas vienen de antiguo. Sufrió los primeros síntomas a los 13 años, pero el trastorno era más o menos llevadero, con





En Bolivia

Foto: Juan

alguna que otra crisis. Hacía deporte y tenía futuro como atleta, fue el primer “ironman” de Avilés. Entre los 22 y los 26 llegó su época negra y todo se torció; sin embargo decidió que su salud no iba a condicionar su vida.

-¿Cuándo y cómo te diste cuenta de la importancia del deporte para tu enfermedad?

-No lo sé, siempre he hecho deporte, desde los 10 años. Con las desestabilizaciones bipolares muy fuertes, en las que engordaba 20 o 25 kilos, adelgazaba entrenando con el objetivo de volver a competir en triatlón y eso me animaba a seguir.

-¿Y cómo concretamente te ayuda?

-Pregunta muy corta para muy larga respuesta... Intentaré resumir. Las endorfinas post ejercicio me dan un plus de bienestar. Los retos deportivos me ayudan a mantener una disciplina diaria, me motivan. Si no hay un reto es más fácil abandonarse. Entrenar en serio me obliga a prestar mucha atención, lo que me ayuda a concentrarme, a escucharme a mí mismo, es como una meditación dinámica.

-¿Y qué es lo que más te ha gustado de todo lo que has emprendido?

-A bote pronto te diría que nada, cuanto más vivo y conozco de la vida, menos me gusta. Sufro una profunda crisis de pertenencia al género humano, desde un punto de vista ético somos lo peor que hay en la naturaleza, porque todos los seres vivos hacen lo que tienen que hacer, menos el hombre.

EL CONTACTO CON OTRAS PERSONAS: UN PROYECTO SOCIAL

Ahora descansa, a caballo entre Asturias y Menorca, en cuyo aeropuerto trabaja. Pero aunque se baje de la bicicleta, Juan no para, hace todo lo que puede por la divulgación de su proyecto... Ha organizado una exposición con las magníficas fotografías de sus viajes en bicicleta, algunas incluidas en esta entrevista; da charlas que impresionan por su franqueza y crudeza; ha colaborado con Primabici Avilés para promocionar el uso de la bicicleta... Va encontrando personas con las que compartir sus experiencias y crear

sinergias, y cuando empezó a recibir llamadas de otros enfermos se dio cuenta de que su proyecto empezaba a dar sus frutos.

-Una mujer venezolana se ha puesto en contacto contigo al saber de tu experiencia. ¿Esto te ayudó o la ayudó a ella?

-Bueno, dice que conocer el proyecto le ha cambiado la vida. Ahora está ella, lo que me ayuda, me siento menos raro. También hay varios grupos de apoyo (2). Tienen muchos “me gusta”, aunque eso no me dice mucho, con un click no se cambia nada. Las redes sociales son solo una herramienta y no se arregla una avería sólo con la herramienta. La avería de la sociedad no se arregla sólo por aumentar la capacidad de comunicación, aunque comunicarse es vital.

-Para la financiación de tus viajes no has recibido apoyo de nadie, te arreglas con tus propios y exiguos medios...

-Sí, así es, lo financio con mi trabajo, que no es mucho pues sólo trabajo 6 meses al año, de los cuales la mitad o menos no son a jornada completa, así que llevo una vida “de bajo coste”. En los viajes en bicicleta vivo al raso y duermo en una tienda de campaña.

-Creo que ha habido algunas experiencias muy positivas, ¿?

-Sí, la experiencia sueca fue muy especial, vi claro que el proyecto tiene sentido, que no es una chifladura mía, de hecho pienso irme a vivir allí. Aunque tal vez lo que me ha dado más satisfacción ha sido traerme a “Sarnosa” de Argentina, fue toda una odisea. A raíz de ello estoy escribiendo un libro, un retrato social desde la perspectiva del trato a los animales domésticos. Su último reto era rodar 20.000 kilómetros entre Chile y Alaska y, aunque inconcluso, Juan ha triunfado: superando muchos problemas y trabas, ha logrado controlar su enfermedad y volver a casa, que no es poco; pero además se ha traído a Sarnosa, una perra abandonada y enferma. El enorme esfuerzo le ha dejado exhausto, pero se recuperará y, desde estas páginas, le animamos a que, de una u otra forma, vuelva a rodar por la belleza de la vida.

“I look crazy but I'm not. And the funny thing is that other people don't look crazy but they are” (3)

Begoña Quintanilla

TOMA NOTA Para más info

<http://cicli2.blogspot.com.es/>
cicliironman@yahoo.es - 645142486

1. “Trastorno bipolar, entrevista con el Dr. Eduard Vieta, Jefe del Servicio de Psiquiatría del Hospital Clínic de Barcelona”.

2. <https://www.facebook.com/Manifiesto-de-Apoyo-Enfermedades-Invisibles-162864880415308/?fref=ts>
<https://www.facebook.com/Standardization-project-for-invisible-diseases-mental-illnesses-312696785425179/info/>
https://www.facebook.com/Projektet-%C3%A4r-%C3%B6r-att-normalisera-de-osynliga-sjukdomarna-207107745981844/info/?tab=page_info

3. “Parece que estoy loco, pero no lo estoy; y lo gracioso es que otros que no lo parecen sí que lo están”. (Eden Ahbez)

NATURA SIBÉRICA

Nueva tienda en BCN

Natura Sibérica es una marca de cosmética basada en las propiedades de las plantas que crecen silvestres en Siberia. Acaba de abrir tienda en BCN, en Santa Anna, 27. Montse Escutia entrevista a sus responsables. Cosmética ecológica procedente de tierras casi vírgenes.

-¿Cuándo nació la empresa y por qué?

-La marca de Natura Siberica se creó en 2007. No solamente se trata de productos naturales hechos a base de hierbas sino que se trata de los primeros cosméticos siberianos y orgánicos hechos con hierbas silvestres y plantas de Siberia.

-¿Por qué plantas de Siberia?

-Porque Siberia es la única región donde la vida silvestre ha permanecido intacta durante siglos. Para sobrevivir en tales condiciones climáticas adversas, las hierbas y plantas siberianas sintetizan sustancias activas protectoras y poseen fuertes propiedades antioxidantes. En la actualidad la compañía Natura Sibérica utiliza las propiedades beneficiosas de estas hierbas y plantas siberianas para ayudar a conservar la juventud y la belleza de la piel y del cabello. Todas las plantas que se utilizan para la producción de nuestros cosméticos se recolectan a mano. Estudiamos sus valiosas propiedades en el laboratorio con el fin de conseguir un efecto máximo. Además, los creadores de los cosméticos Natura Sibérica realizan expediciones de investigación en busca de los mejores ingredientes para el cuidado de la piel.

USO TRADICIONAL

-¿Las plantas que encontramos en la cosmética las utiliza la población de manera tradicional? ¿Cuáles son las más conocidas? ¿Qué propiedades tienen?

-Las hierbas que empleamos han sido utilizadas por los habitantes de Siberia desde tiempos inmemoriales para preparar elixires de salud y belleza para la familia real rusa. Su historia moderna empezó en los años 40 del siglo pasado, cuando los botánicos rusos Lázarev y Brekhman estudiaron más de 4.000 especies de plantas y hierbas y finalmente identificaron doce de ellas como adaptógenas. Estas plantas únicas sobrevivieron a la Era Glacial adaptándose a uno de los entornos más hostiles del planeta: Siberia. Es por ello que poseen unas cualidades singulares que ayudan a mejorar nuestro bienestar y son eficaces para ralentizar el proceso de envejecimiento de la piel al usarse de forma terapéutica. La recolección manual es un proceso largo y laborioso, pero únicamente de esta forma podemos seleccionar las plantas con mayor cantidad de vitaminas, nutrientes, extractos y aceites que utilizamos para fabricar nuestros productos. Las plantas silvestres recolectadas en Jakasia recibieron el certificado ICEA que confirma su origen ecológico. En los productos de Natura Sibérica utilizamos las plantas recogidas en las condiciones naturales de su crecimiento. Este método de recolección de hierbas se llama *Wild Harvesting*. Hacemos la misma recolección de hierbas, raíces y frutos que nuestros antepasados han estado haciendo durante

años. La naturaleza única de las hierbas que han crecido sin cultivar - en condiciones naturales de su crecimiento, sin estimulación externa, por lo que no contienen sustancias nocivas en la fórmula - hace que estas plantas son objeto de una selección natural -sólo las plantas más fuertes y resistentes, ricas en nutrientes y componentes activos... sobreviven-.

RECOLECCIÓN SILVESTRE

-Hablarnos de la recolección silvestre...

El Wild Harvesting o Recolección Silvestre cumple diferentes requisitos: el momento de la recolección tiene que estar alineado con el momento de máxima acumulación de las valiosas sustancias nutritivas y biológicamente activas en la planta. Si se recolectan antes de tiempo, estos frutos no se puede utilizar con fines terapéuticos ni cosméticos. Desde la antigüedad, los curanderos y herbolarios, que han estado curando a la población durante milenios, han estado trabajando en el calendario de recolección de hierbas medicinales. Se conoce bien. Además, se recomienda no recoger hojas más de una vez al año en el mismo lugar, y en el caso de las raíces lo hacemos cada 2 o 3 años con el fin de dar la posibilidad a la naturaleza para compensar las reservas usadas. Los productos de la marca también incluyen extractos de plantas-adaptógenos. Los adaptógenos son plantas que ayudan al cuerpo a adaptarse a diferentes factores ambientales negativos (frío,

calor, falta de oxígeno, etc.). También aumentan la capacidad de trabajo y sin efecto negativo en el cuerpo. La palabra "adaptógeno" proviene de la palabra "adaptación". En el sentido amplio, los adaptógenos son tratamientos que mejoran las habilidades adaptógenas en las personas. Después de haber sobrevivido a la Edad de Hielo y habiéndose adaptado a las duras condiciones climáticas de Siberia, nuestras plantas-adaptógenas han desarrollado propiedades muy raras, que son capaces de revitalizar y, usadas terapéuticamente, retrasar el envejecimiento cutáneo. Hay alrededor de 12 tipos de adaptógenos en el mundo. En Siberia fueron halladas 4 de esas plantas, que durante siglos han sido utilizadas por la gente del lugar con el fin de tratar todas las enfermedades posibles y preservar la belleza de la piel y la apariencia juvenil.

-Actualmente es una marca que se encuentra en muchos lugares del mundo. ¿Dónde se fabrica? ¿En qué países es más conocida? ¿Por qué deciden abrir una tienda en Barcelona?

-Estamos especialmente orgullosos de nuestra producción propia de extractos acuosos y oleosos de plantas silvestres de Siberia y del Lejano Oriente. Natura Sibérica se convirtió en la primera compañía que utiliza extractos de plantas silvestres de Siberia en



La tienda de Barcelona de Natura Siberica

Foto: EcoArchivo



Imágenes del interior de la tienda de Barcelona

su producción y derivados del aceite de cedro (Aceite de pino y Betaína de pino) como base de todos sus productos. La recolección de las hierbas y bayas para la producción de nuestros extractos la lleva a cabo nuestra empresa filial "Siberia Organic" situada en la República de Jakasia, un paraje natural al sur de Siberia. Es ahí donde la población indígena recoge las plantas silvestres para Natura Sibérica. La popularidad y el éxito de los productos Natura Sibérica no sólo se explican por el hecho de que los cosméticos naturales cada vez tienen más seguidores, sino también por las tecnologías modernas de procesamiento y producción, el estricto control de calidad en la empresa y por las plantas únicas que seleccionamos cuidadosamente para la elaboración de nuestros cosméticos. Los principales componentes activos -extractos de hierbas silvestres y orgánicos- que recolectamos son entregados desde Siberia a nuestras instalaciones en la Unión Europea. Por lo tanto, sólo se producen en Europa, Tallin (Estonia), pero la idea principal, así como los ingredientes provienen de Siberia, por eso estamos orgullosos de decir que nuestros productos han nacido en Siberia y están hechos en Europa.

-¿Qué líneas de cosmética ofrecen? ¿A qué tipo de público se dirigen principalmente?

-En Natura Sibérica, a parte de las líneas clásicas, estamos creando e innovando constantemente para ofrecer productos para cada necesidad, por eso ya tenemos líneas como: Siberie Blanche: aúna la pureza de lo escandinavo y la naturaleza de Siberia. Se encuentra en exclusiva en la tienda de Barcelona. Oblepikha Professional: nuestra icónica línea que está formulada con Oblepikha de Altái, bayas de espino cerval del mar de Altái. Fresh Spa: una línea para recrear la experiencia de un spa en casa. Royal Caviar: cuatro exclusivos productos con los beneficios del caviar siberiano. Sauna & Spa: productos con texturas inspiradas en los spas. For Men Only: cosmética masculina. Little Sibérica: línea para el cuidado de los más pequeños de la casa Y algunas otras que puede encontrar en nuestra tienda oficial en la calle Santa Anna, 27.

LAS CERTIFICACIONES

-¿Qué certificaciones avalan la calidad de la cosmética?

-Natura Sibérica es la primera compañía orgánica certificada, basada en la recolección de plantas salvajes e ingredientes naturales exclusivos, obtenido de la virgen y poderosa naturaleza siberiana. En 2014 Natura Sibérica adquirió 33 hectáreas en las orillas del río Yeniséi, en la República de Jakasia. Esta tierra ha sido certificada por ICEA (Istituto Certificazione Etica e Ambientale, Istituto para la Certificación Ética y Ambiental) y aquí es donde cultivamos nuestras propias plantas. Nuestras granjas alojan las plantas siberianas más excepcionales. Además, una nueva granja en Kamchatka está en camino. Nuestras fórmulas han sido desarrolladas artesanalmente por nuestro equipo de científicos; tenemos una instalación de producción en Estonia la cual hace uso de



Recolección "silvestre" y cuidadosa

POR TODO EL MUNDO

En 15 países

-Además de la tienda en Barcelona, ¿dónde más puede dirigirse el consumidor interesado en comprarla?

-Desde enero de 2016, junto a la calle Portal de l'Àngel, la calle más comercial de Barcelona, en la calle Santa Anna número 27 inauguramos nuestra primera tienda insignia en España. Natura Sibérica cuenta con tiendas en 15 países. Los países donde los productos de la compañía de cosméticos gozan de mayor popularidad son Reino Unido, Alemania, Francia y China. En los últimos años la compañía ha crecido considerablemente y recientemente Natura Sibérica ha estrenado tiendas en Copenhague, Tokio y Hong Kong. Ahora le ha llegado el turno a Barcelona.

la última tecnología y cumple con los estándares europeos ISO 9001 y GMP 22716. La gama de cosméticos de Natura Sibérica saca provecho de las más estrictas certificaciones europeas y múltiples premios internacionales. Todos nuestros productos son eco-friendly, formulados sin parabenes, SLS, GMO ni derivados del petróleo. La composición de cada producto está hecha con las plantas únicas recolectadas manualmente en Siberia, Kamchatka y otros lugares remotos. Y todos nuestros extractos son orgánicos y están certificados, por eso nos sentimos orgullosos de contar con las certificaciones BDIH (BDIH es una de las certificaciones ecológicas más antiguas y estrictas de Europa que fue creada en Alemania), COSMOS (UE, estándar para cosméticos ecológicos, es un estándar privado de escala europea), ECOCERT (Francia, Ecocert fue el primer organismo de certificación que desarrolló las normas para la "cosmética natural y ecológica") e ICEA (Instituto para la Certificación Ética y Ambiental, Italia).

Montse Escutia

Ingeniera agrónomo. Asoc. Vida Sana

BERLIN EXPORT
ABONOS Y PIENSOS NATURALES
Los Angeles, Cal. USA
E-mail: bioaga@bioaga.com

Desde
1922

Tudela (Navarra)
Tel. 948 41 38 17
Fax. 948 82 84 37
www.berlinex.com

BERLIN EXPORT a la cabeza de la alta tecnología con sus abonos EKOCÉN, conocidos internacionalmente por sus excelentes resultados y calidad.

FERTILIZANTE NATURAL EKOCÉN SIN HUELLA DE CO₂

RÉCORDS CON OMEGA 3 Y FIBRA DIETÉTICA:

10.500 Kg. de TRIGO con Vit. A, C y B12, con Omega 3
14.500 Kg de ARROZ por Ha. con Vitamina A, con Omega 3
215.000 Kg. de TOMATES por Ha. 8'9% Brix Vit A, C, con Omega 3
415 Kg. de ACEITUNAS por árbol, 37% Rto. Con Omega 3
14.000 Kg. de UVA por Ha. 14°, 17'5 Resveratrol, con Omega 3
88.000 Kg. de PATATAS por Ha. con Vit. A, con Omega 3
22.000 Kg. de MAÍZ por Ha. con Triptófano y Vit. E, + Omega 3

AMANDÍN

La mejor horchata, pero no sólo eso

En Amandín tienen el placer de compartir con todos sus consumidores dos novedades: una bebida y una crema. Ellos dicen: "Hemos decidido combinar el irresistible y exótico fruto del cocotero con la excelente textura y sabor de las bebidas de avena, obteniendo una maravillosa Bebida de Avena con Coco, nueva incorporación a la gama de Bebidas de Avena de Amandín (con frutos rojos o cacao). La Crema de Nueces con Cañamo tiene alto contenido en grasas insaturadas y también en ácidos grasos omega 3, una crema sin gluten, sin lactosa ni proteínas lácteas, sin azúcar de caña y sin grasas vegetales". Hablamos con Elisabeth Martín Domingo, una de las cabezas visibles de la empresa, muy conocida por su excelente horchata de chufa orgánica.

Elisabeth dice: "Soy la persona responsable del departamento comercial de Costa Concentrados Levantinos, la empresa que está detrás de la marca Amandín. Formo parte de este apasionante proyecto desde el año 2003. Durante este tiempo he tenido el placer de trabajar en distintos departamentos de la misma empresa como aprovisionamiento, logística y compras, lo que me ha permitido tener una visión global de esta firma, una ventaja muy buena para mi labor actual en Costa.

-¿Cómo surgió Amandín?

-Cuando surge Amandín con otra empresa del grupo ya llevábamos cerca de 25 años haciendo productos dietéticos, en concreto cremas de almendras y avellanas bajo una marca que hoy en día muchas tiendas veteranas y consumidores siguen recordando, Moresco. Pero el gran interés y proyecto siempre fue el de fabricar bebidas y productos orgánicos; así, en el año 2000 surge la oportunidad y con ello en el 2004 sale al mercado Amandín, con una primera gama de bebidas funcionales dietéticas de soja, avena, arroz y chufa. Seguidamente se lanzó al mercado el que hoy sigue siendo nuestro producto insignia: la horchata ecológica, la primera en el mercado. Teníamos un afán por transmitir en forma de producto al consumidor nuestro concepto, productos innovadores, diferentes, productos saludables pero sin renunciar al sabor, a la textura... Productos que llegan a todo tipo de personas sin "encerrarse" en un único tipo de consumidor; eso sí, teniendo presente siempre, también, colectivos con hábitos o necesidades de alimentación especiales. Actualmente disponemos de una gama formada por bebidas, caldos, cremas de frutos secos y salsas para cocinar, todos ellos ecológicos.

EL BALANCE

-¿Cuál es el balance de todos estos años?

-El balance ha sido, es y sigue siendo muy positivo. Desde nuestro nacimiento no

Foto: EcoArchivo



Elisabeth Martín, una de las cabezas visibles de Amandín

hemos parado de estudiar, analizar y ver las necesidades del consumidor y del mercado. Hemos innovado y lanzado productos diversos de cada una de las líneas que componen nuestra gama de productos. Hemos conseguido nuestro objetivo, que era llegar al consumidor y que este conociera y valorara nuestro producto, fruto del esfuerzo de un equipo que hoy forma Costa Concentrados Levantinos. El gran trabajo realizado y la aceptación del consumidor nos ha permitido abrir horizontes y hoy estamos presentes tanto a nivel nacional como en varios países: Japón, Canadá, Chile, Brasil, República Dominicana, Lituania, Eslovenia, Polonia, Rumanía, Reino Unido, Emiratos... En la actualidad, estamos a dos meses de entrar en un mercado para nosotros impensable hace 5 años, como es el mercado americano.

-¿Por qué os metisteis en el sector "bio"?

-Como he comentado antes, siempre fue el objetivo de la empresa, el de llegar a formar parte del sector ecológico con una gama de productos saludables, innovadores, equilibrados y poder llegar al mayor número de consumidores posibles. Somos una empresa consciente tanto con

el producto como con el planeta al que pertenecemos, y queríamos que nuestros productos fueran el reflejo de ello. Productos saludables, sin pesticidas, sin aditivos, de alta calidad, respetuosos con la naturaleza y sostenibles con el medio ambiente.

EL CONSUMIDOR

-¿Quién compra los productos Amandín?

-Nuestros productos los compra gran variedad de consumidores, porque como te he comentado queremos llegar y hacer accesibles nuestros productos al mayor número de consumidores posibles, no centrarnos en un solo colectivo, a pesar de que por supuesto que a estos los tenemos presentes. Así que creo que el consumidor de Amandín es un consumidor conocedor, con conciencia, dinámico, que en muchas ocasiones le gusta probar cosas y gustos diferentes y que busca salud y sabor (un dúo en ocasiones complicado, pero del que creo que salimos victoriosos..jejeje).

-¿Cómo veis el sector español?

-El sector español ecológico lo vemos en alza, está cogiendo volumen y ello hace que sea un mercado atractivo también para marcas y fabricantes de otros países. La competencia es dura, pero también es bueno para todos y para que el sector ecológico español vaya a más. Aquí tenemos muy buenos fabricantes y marcas, y creo que ello, fuera, se valora cada vez más.

LA DISTRIBUCIÓN

-¿Dónde se distribuyen los productos de Amandín y cuáles son los más demandados?

-Los productos Amandín se distribuyen a tiendas orgánicas, tiendas de dietéticas y centros especializados. Como he comentado actualmente se pueden encontrar en muchos otros países. A nivel nacional nuestro producto estrella sigue siendo la horchata ecológica, producto que ha tenido una gran aceptación desde el prin-

cipio y con el que el cliente siempre nos ha identificado. También gustan mucho las bebidas como arroz plátano fresa eco, bebida de arroz eco, avena con cacao eco, y otros productos de nuestras otras líneas como caldo de miso eco, salsa vegetal a base de arroz para cocinar eco o nuestras cremas de frutos secos sin grasa de palma, materia prima que, por filosofía de empresa, no utilizamos en ninguno de nuestros productos.

-¿Qué nos decís de vuestro paso asiduo por BioCultura?

-Para nosotros BioCultura ha sido y es fundamental. Nos permite un contacto directo con el consumidor final y la presentación de nuestras novedades en cuanto a producto. Este contacto es básico, dado que el consumidor final puede probar nuestras bebidas, caldos, cremas... (siempre hacemos degustación de los productos) ver y conocer para después de una forma más segura y conociendo el producto... ir a la tienda a adquirirlo. También para nosotros es una fuente de información muy valiosa, dado que recibes sugerencias, apreciaciones y comentarios muy útiles para mejorar, innovar e incluso aprender en determinadas ocasiones. A parte, ver la cara de la gente cuando prueba el producto y le gusta... ¡¡¡no tiene precio!!!

LECHES VEGETALES

-¿Cómo está el subsector de las leches vegetales ecológicas en España?

-El sector de las bebidas vegetales está mejor que nunca, pero también más complicado que nunca. Hay un "boom" de las bebidas vegetales, desde ya hace un par de años, y cada vez más son los fabricantes que se inician en ello así como cada vez llegan también más marcas a conquistar el mercado. El mercado español ecológico está en alza, y esto ya no para, por ello es un mercado muy atractivo para marcas que hasta hoy no estaban posicionadas

y también para el gran consumo / gran distribución al que ya da cabida, cada vez más, en sus lineales a todo tipo de bebidas vegetales y muchas de ellas orgánicas. Las bebidas vegetales ecológicas, junto con otros productos como cereales, pan, pasta... son productos imprescindibles para la alimentación dado que son productos de consumo diario, ello hace que cuando el mercado ecológico está en alza... estos productos sean los de principal crecimiento.

Toni Cuesta

TOMA NOTA Amandín

-¿Por qué es tan sabrosa vuestra horchata de chufa, ja ja ja?

- Buena pregunta. A nuestra horchata de chufa... ¡¡¡la mimamos mucho!!! (jajajaja). Es un producto que nos identifica, el que nos dio a conocer y por todo ello para nosotros siempre es muy, muy especial. Está fabricada con esmero, de forma tradicional, con un proceso muy elaborado de principio a fin y con la mejor materia prima. Así, el resultado... es un producto ¡¡¡excepcional!!! No tiene igual; la primera que se lanzó al mercado y con el paso de los años, a día de hoy, sigue siendo un producto referente.

www.amandin.com - www.recetas.amandin.com

Facebook: Amandín España <https://www.facebook.com/AmandinAlimentacionSaludable/>

Twitter: @AmandinEsp - <https://twitter.com/amandinesp>

Instagram: @amandinproducts - <https://www.instagram.com/amandinproducts/>



mi herbolario

Revista especializada para profesionales de la salud

PUBLICACIÓN
INDEPENDIENTE
CON ARTÍCULOS
DE CALIDAD



Diffusión a través de redes sociales

mi herbolario, con más de 12 años en el sector, es el medio ideal para comunicar y difundir imagen de empresa, productos...

mi herbolario cuenta con lectores fieles, profesionales de la salud con decisión de compra

La salud sigue siendo un sector en alza, ¡súbete al carro y déjate ver!

GEOPATÍAS

Electrosensibilidad a las radiaciones de origen natural

Mucho se habla, afortunadamente, sobre la contaminación por radiaciones electro-magnéticas de origen artificial. Parece que, finalmente, nuestra sociedad ha despertado y exige respuestas. En redes sociales, blogs y medios de comunicación se habla de ello sin tapujos. Se publican estudios, se entrevista a científicos, se ofrecen consejos para un uso saludable de estas tecnologías y se dan a conocer sistemas efectivos de protección. Narciso Escuer habló con Raimon Espon, especialista en geopatías.

La información fluye entre los expertos y la sociedad. Ello ha permitido a la ciudadanía iniciar tanto acciones de presión a nivel colectivo como tomar medidas a nivel particular, que le permitan vivir en casas, estudiar en escuelas, trabajar en oficinas y, en definitiva, disfrutar de ciudades más saludables, sin peligros.

Pero no hay salud geoambiental completa sin considerar también los efectos causados por las radiaciones de origen natural, y, sobre este tema, queda todavía mucho por difundir y principalmente por aclarar, y así, ofrecer una auténtica praxis sobre cómo lograr espacios sanos para vivir.

De cuáles son, cómo se comportan y cómo inciden en nuestra salud, qué síntomas pueden alertarnos y cómo podemos actuar para evitar sus efectos nocivos, son algunos temas que nos aclara Raimon Espon, geobiólogo especialista en este tipo de radiaciones.

-¿Ante todo, qué síntomas pueden darme la señal de alarma e indicarme que estoy sufriendo los efectos de una geopatía?

-Los más frecuentes son despertarse cansado a pesar de haber dormido. También levantarse por la mañana con contracturas, sensación de hormigueo, o dolores musculares que desaparecen en el transcurso del día. Padecer dolores de cabeza, vértigos o mareos de manera frecuente, o sufrir infecciones persistentes... Vivir sin energía... Son claros indicadores de que estás durmiendo en el sitio equivocado, y, sin saberlo, estás sometiendo a tu organismo a un fuerte estrés geopático.

-¿Estas patologías los causa una radiación natural?

-Sí, en este caso "natural" no significa "inofensivo". Con el tiempo, una radiación natural puede desestructurar tu organismo hasta enfermarte, y las patologías irán mucho más allá de la calidad en tu descanso. Solo un dato: el 80% de los enfermos de cáncer que han solicitado un estudio geobiológico de su vivienda dormían sobre una geopatía importante.

LAS RADIACIONES

-¿De qué radiaciones hablamos?

-Los focos de radiación natural potencialmente peligrosos para nuestra salud son las redes telúricas y muy principalmente las radiaciones causadas por las corrientes de aguas subterráneas. Estas, por su agresividad, merecen una especial atención.

¿Pero cómo puede una corriente de agua subterránea afectarme de tal manera?

-Principalmente por un fenómeno físico. Cuando frotas energéticamente un plástico sobre lana, creas cargas eléctricas. De la misma forma, la fricción constante del agua con arcillas y minerales genera una enorme cantidad de electro-estática y magneto-estática que se desplaza en sentido vertical hacia la superficie. Puedes imaginar una pared de energía que se eleva desde su fuente hasta llegar a la superficie terrestre, y sigue sin variación alcanzando todos los niveles de un edificio.



Las geopatías pueden provocar desequilibrios en nuestra salud

RODEADOS DE ELLAS

-¿Y es esta carga lo que afectará a mi salud?

-Nuestro organismo, como toda forma de vida existente en el planeta Tierra, ha evolucionado en convivencia con las radiaciones naturales. En realidad estamos constantemente rodeados de ellas, la luz solar o el campo magnético terrestre son sólo algunos ejemplos. Sin embargo, con relación a la luz del sol, a nadie se le escapa que, siendo absolutamente necesaria para la vida, un exceso de ella te causará, como mínimo, una insolación, y si la exposición se prolonga en el tiempo... esta acumulación puede que sea el origen de un melanoma. Del mismo modo, si tu cuerpo está sometido de manera prolongada en el tiempo a un fuerte estrés geopático, el exceso y la acumulación de radiación acabará degenerando tu salud.

-¿Cómo puede afectarnos la exposición prolongada a una radiación por geopatía?

-De varias maneras. Sabemos que interfiere de forma alarmante la natural segregación de melatonina, que es la hormona responsable de iniciar los principales procesos de regeneración celular de nuestro organismo. Bloquea, también, el sistema parasimpático, impidiendo sus funciones de descanso y recuperación. Es como mantener el cuerpo en función "on", incluso en las horas de descanso. Debilita y permite una mayor permeabilidad de la barrera hematoencefálica, membrana que recubre el cerebro actuando como filtro evitando la posible entrada de agentes tóxicos en nuestro cerebro. Considera que una geopatía afecta a los principales procesos de absorción de nutrientes a la par que dificulta la eliminación de toxinas... En definitiva, se alteran el sistema hormonal, nervioso, inmune y endocrino, llevando a nuestro organismo al estrés y a la enfermedad.

REDES TELÚRICAS

-Comentas la existencia de redes telúricas... ¿Puedes contar-nos que son?

Cosmética Econatural

Operadores certificados según la Norma

-El campo magnético terrestre interactuando con la radiación solar se ordena de una forma determinada por toda la superficie del planeta, formado dos redes entrelazadas. La primera, postulada por el Dr. Hartmann, forma unas franjas de radiación en sentido noroeste-sudeste y noroeste-sudeste de aproximadamente unos 60 cm de ancho, separadas entre sí por una distancia que varía de los 4 a los 8 metros. La segunda, enunciada por el Dr. Curry, se extiende en sentido norte-sur y este-oeste en franjas de 20 cm de grosor, dispuestas cada 2 metros. Son los puntos de intersección los que generan una fuerte radiación, por tanto los puntos a evitar.

-¿La clave está en evitar una exposición prolongada?

-Efectivamente, por ello es recomendable asegurarnos de que, en los lugares donde permanecemos más tiempo, como el lugar de estudio o trabajo y principalmente las zonas de descanso, estén limpias de cualquier alteración geofísica.

-Elegir el lugar adecuado para la cama, es una precaución que puede salvarnos la vida...

-Dormimos un tercio de nuestra vida: en 75 años, 25 los pasaremos durmiendo y, posiblemente, por nuestra condición de sedentarios, la mayoría en el mismo lugar. Si este tiene altos niveles de radiación natural, con los años te enfermará.

-Los límites entre zona afectada y una neutra parece que son muy claros...

-Lo son. En nuestra praxis diaria, no es nada raro encontrar que en una cama de matrimonio uno de los dos duerme sobre corriente y sufre las consecuencias, mientras que su pareja, al estar fuera de la zona de peligro, goza de una excelente salud. Esto nos invita a reflexionar sobre dónde duermen nuestros hijos. Tal vez nosotros estemos fuera de peligro, pero ellos no. Recomiendo estar alerta: con niños o bebés, la alarma debe activarse si al acostarle en la cama llora frecuentemente, o si se mueve en exceso. Atención también a las infecciones persistentes, y, en general, si sientes que tu hijo vive sin energía. En algunos casos, puede que él mismo sea capaz de manifestarte de manera reiterada: "Estoy cansado...". No lo ignores, te está pidiendo ayuda.

LOS PISOS

-¿Su influencia es la misma tanto si vivimos en un primer piso como en un ático?

-Esta radiación presenta lo que técnicamente llamamos transferencia lineal de energía (LET, del inglés, Lineal Energy Transfer) muy bajo. Significa que la energía se transfiere en dosis bajas sobre los materiales por los que atraviesa, pero que es capaz de penetrar materiales muy densos y de espesores considerables. Este fenómeno explica, primero, por qué no notamos de forma evidente la descarga energética en nuestro cuerpo, aunque sí sus consecuencias; y la segunda, responde a tu pregunta: el flujo de radiación hacia la vertical no varía ni disminuye su intensidad. De ahí que en un bloque de viviendas afectado por una corriente, sea habitual que varios vecinos de distintos niveles presenten enfermedades, y todos duerman sobre la misma vertical.

SEGUIR EN CASA

-¿Puedo seguir en mi casa si está afectada por corrientes?

-Naturalmente, yo mismo, en mi propia casa, convivo con dos de ellas. Sólo hay que asegurar que ni se trabajan largas horas, ni se duerme sobre ellas. Simplemente evitar la acumulación. Las zonas de alta permanencia deben estar situadas en lugares inocuos, y naturalmente la cama, insisto, es el principal elemento a considerar. Una corriente en una zona de paso no es factor de riesgo alguno.

Narciso Escuer

BioVidaSana



ÁBIDA

www.abida.es

AMAPOLA BIOCOSMETICS

www.amapolabio.com

ARTICA

www.articabio.es

CARABACOL

www.carabacol.net

CAROLA SOAPS

<http://carolasoaps.com>

EL FRUTO DEL BAOBAB

www.elfrutodelbaobab.com

EQUIMERCADO

www.equimercado.org

ESENCIAS DE LUNA

www.esenciasdeluna.com

FLEUR ALOE

www.fleuraloe.com

FRESHLY COSMETICS

www.freshlycosmetics.com

FORTE SANTA

www.fontesanta.com

HERBARIUM SCALA DEI

www.herbarium-scaladei.com

KEFI

<http://kefinaturalcosmetics.com>

LA ALBUFERA

<http://albuferacosmetica.com>

LA CASA DE LA LUNA MEDIA

www.casadelalunamedia.ecsocial.com

LA ESPIRAL VERDE

www.laespiralverde.com

LANDALORE

www.landalore.com

LUNA Y LÍO

<http://lunaylio.es/>

MARIA DAVIK COSMÉTICA

www.mariadavik.com

NATURAL SOLTER

www.naturalcosmetics.com

NATURAUMA

<http://naturauma.com>

NATURAL CAROL

www.naturalcarol.com

NATURA VIA, cosmética ecológica certificada

www.naturaviacosmetica.com

NATURNUA

www.naturnua.com

OLIVAOLIVAE BIO

www.olivaolivae.com

POSIDONIA COSMETICS

<http://posidoniacosmetics.es>

SAPER, cosmética ecológica

www.saper.es

TALLER MADRESELVA

www.tallermadreselva.com

TAÜLL ORGÀNICS

www.taulloganics.com

YEIDRA

<http://yeidracosmetica.com>

Proveedores materia prima para elaborar cosmética certificada según norma basic standard de bio.inspecta

Bidah & Chaumel
www.bidah-chaumel.com

Terpenic Labs
www.terpenic.com

Veracetics
www.veracetics.es



www.vidasana.org



ENTREVISTA A JESÚS ESTEBAN

Ajo negro: bienestar y salud

Mouse Hill nace para democratizar el uso del ajo negro, un ajo que tiene todas las propiedades de la planta convencional multiplicadas por diez sin dar olor y en un formato mucho más agradable al paladar. Se trataba, sin embargo, de un alimento relegado a uso gourmet del que muy pocos se podían beneficiar. Jesús Esteban Iniesta y Luis José García han puesto en común sus conocimientos, en medicina el primero y en agricultura el segundo, y han creado Mouse Hill para comercializar el ajo negro en diferentes formatos como cerveza, miel o chocolate.

Foto: EcoArchivo



Jesús Esteban Iniesta y Luis José García, los dos precursores de Mouse Hill

El ajo negro Mouse Hill se cultiva en las Pedroñeras (Cuenca), la capital española de este bulbo. García ya lo cultivaba a pequeña escala varios años atrás, mientras Iniesta lo recetaba a sus pacientes porque, como reza su eslogan, “el ajo negro de Mouse Hill puede provocar bienestar y felicidad”.

LAS DIFERENCIAS

-¿Cuáles son las diferencias entre el ajo negro y el ajo convencional?

-La diferencia está en el proceso de fermentación. En realidad el ajo negro es un ajo fresco, convencional, como el que compramos en la tienda pero que se ha sometido a un proceso de fermentación en el que ha sufrido una importante transformación tanto interna como externa.

EL ORIGEN

-¿Cuál es el origen del ajo negro? ¿Quién lo “inventó”?

-El invento proviene de la cultura oriental. Principalmente Japón y Corea son los países que se disputan el mérito de su descubrimiento...

-¿Para qué lo utilizaban?

-Las teorías que barajamos indican que, como buenos sabedores que eran de todas las propiedades saludables que tiene el consumo de ajo, buscaban una forma de quitarle el olor y hacerlo más atractivo.

-¿Cómo es el proceso de fermentación?

-El ajo fresco se somete a un proceso de fermentación en el que se controla la temperatura y la humedad durante un período de tiempo prolongado. Tras varias pruebas e investigaciones hemos concluido que el periodo para que el proceso sea óptimo debe ser de 90 días.

-¿En qué o para qué podemos emplear el ajo negro?

-En principio aquí en Occidente se viene usando como un atributo culinario ya que generalmente destaca y es más conocido por su famoso sabor “umami”. Pero lo cierto es que para nosotros lo más importante, más allá de sus cualidades organolépticas, son sus propiedades nutracéuticas que benefician a quienes consumen ajo negro de forma regular en ayunas.

HACE CINCO AÑOS

-¿Cuándo nace Mouse Hill?

-Hace algo más de cinco años que Luis José García Cano, gerente de la empresa familiar RegarAgrícola, conocía y producía el ajo negro a pequeña escala. Un ajo negro excelente que yo me encargaba de “recetar” a los pacientes en mi consulta profesional de tratamiento de la ansiedad y el estrés. Los resultados que se operaban en los pacientes tanto subjetivos (sensaciones) como objetivos (analíticas) eran sorprendentes. Por eso decidimos que había que ponerlo en valor y darlo a conocer.

-Vuestro lema dice: “El consumo de Ajo Negro de Mouse Hill” puede provocar bienestar y felicidad. ¿Además de todos los beneficios que el ajo reporta a nuestra salud también nos anima?

-Contiene, además de todos los aminoácidos esenciales, fenilalanina, involucrada en la secreción de endorfinas, los estados de ánimo, la memoria y el aprendizaje.

-Además del ajo negro vosotros elaboráis gran cantidad de productos con ajo negro como miel, mouse, cerveza... ¿Cómo se os ocurrió?

-En realidad nos ha resultado fácil combinar un sabor tan particular y sorprendente con diversos elementos del entorno para conseguir productos únicos, eso sí, y sinérgicos entre diferentes productos que llamen la atención del consumidor y focalicen su atención en las cualidades saludables que es lo que nos interesa destacar.

Foto: EcoArchivo



Ajo negro pelado



Ajo negro y miel

-¿Qué aceptación tienen estos productos entre el público?

-Estamos muy agradecidos con la aceptación que tienen nuestros productos. Esa es la verdad. Ten en cuenta que se trata siempre de productos únicos, singulares en el mundo. Miel con ajo negro, cerveza... Creemos que nuestro producto nos ayuda a llevar nuestro mensaje. Lo hacemos todo con mucha intención y con mucho cariño.

BOMBONES

-¿Muchos se asombrarán al ver bombones con ajo negro...?

¿La combinación de sabores tan opuestos funciona?

-Es formidable la ingente cantidad de combinaciones a las que se presta el ajo negro. Pescados, ensaladas, carne, postres... El ajo negro con chocolate sabe delicioso y además de sorprender por su originalidad se trata de un guiño a los que quieren consumir y regalar salud, bienestar de forma divertida.

-¿Los habéis comercializado fuera de España?

-Sí, en Alemania, donde ha tenido muy buena aceptación por su valor ecológico y ahora lo estamos comercializando también en mercados como el chino y japonés.

-¿Qué nivel de negocio tenéis ahora mismo?

-Con cuatro años de vida Mouse Hill produce miles y miles de kilos de ajo fresco. De este volumen seleccionamos unos 25.000 para hacer el negro, que, tras su fermentación, se quedan en unos 18.000 kilos. Son aproximadamente unas 480.000 piezas de este producto. Hemos creado seis puestos de trabajo.

-¿En qué consiste la colaboración que tenéis con el Departamento de Ingeniería Química y Tecnología de los Alimentos de la Universidad de Castilla La Mancha?

-Analizamos nuestro ajo negro con resonancia magnética RMN, un método único en el mundo para investigar propiedades aún desconocidas. Hemos comenzado con el análisis secuencial de transformación para ver el punto óptimo de concentración de propiedades saludables.

-Mouse Hill estuvo en BioCultura Sevilla. ¿Qué balance hacéis de vuestra participación?

-Hemos participado en ediciones anteriores en Madrid y estamos muy contentos. Sevilla no iba a ser menos. Hemos disfrutado de una acogida estupenda y un ambiente formidable ya que la participación fue muy numerosa y eso nos ha facilitado el poder dar a conocer nuestro producto.

-¿Por qué escogisteis BioCultura para promocionar vuestros productos?

-BioCultura nos sirve para darnos a conocer entre un público entre el que nos sentimos muy a gusto porque compartimos inquietudes. Además, el participar en BioCultura nos identifica como algo sano que es lo que nos interesa.

Tamara Novoa

TOMA NOTA

Más info

Mouse Hill S.C.

619197334 – 967 16 21 25

<http://ajonegrodemousehill.com>

ajonegrodemousehill@gmail.com



Turismo Slow
Norte de Galicia

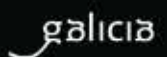
descubre una tierra llena de
contrastes y horizontes infinitos...

experimenta el
Norte del Norte...

su naturaleza, sus gentes, su cultura, su gastronomía...

un lugar mágico donde descubrir los rincones
secretos del Norte de Galicia y sentir la calma de un
espacio donde parece que el tiempo se detiene...

www.turismoslow.gal



MEL MURIA

Mejor producto "bio" en BioCultura BCN

Rafael Muria pertenece a la 5ª generación de una familia dedicada desde 1810 a la apicultura en el Baix Ebre catalán. A lo largo de todos estos años han ido innovando para ofrecer un producto de la más alta calidad, pero sin dejar de lado el trabajo artesano. En BioCultura Barcelona su gama de mieles ecológicas fue galardonada con el premio al Mejor Producto Bio. Hablamos con Rafael sobre los beneficios de la miel y la importancia de las abejas en nuestros ecosistemas.

Foto: EcoArchivo



Nuestro protagonista en el stand de la firma en BioCultura BCN

-Mel Muria tiene una tradición de más de 200 años. ¿Qué ha cambiado desde entonces?

-La innovación y modernización en la apicultura, ya que la abeja lo único que hace y sabe hacer muy bien es recoger el néctar de las flores y transformarlo en miel. Nosotros lo que hemos hecho es incorporar la tecnología más avanzada tanto en producción como en la elaboración de la miel para que el producto (siempre trabajando en frío) tenga la máxima calidad posible.

-Y... ¿qué se ha conservado?

-Se ha conservado el saber hacer de mis antepasados, la historia, la visión y manejo en la apicultura. El querer a ese animal que hace tanto por el medio ambiente y el tratar a las abejas lo más natural posible para que hagan su función principal... que es la polinización de las flores.

TRASHUMANCIA CON ABEJAS

-Hacéis trashumancia... ¿Por qué?

-La trashumancia es una manera de ir recogiendo las diferentes flores de los campos. Al vivir en una zona del Mediterráneo tenemos flores, desde que florece el almendro a finales de enero, principios de febrero, hasta octubre. Al hacer trashumancia aprovechamos esta larga floración para poder polinizar esos árboles o flores tan intensos que tenemos en nuestra zona.

-¿Puedes explicarnos el proceso de trashumancia?

-Empezamos con la flor de almendro, seguimos con el romero, después el tomillo, bajamos al naranjo, luego subimos a la miel de alta montaña, y terminamos normalmente con las mieles de brezo en octubre. Es simplemente cargar los vehículos... Las colmenas siempre las trasladamos de noche y a punta de alba ya estamos en el sitio nuevo en otra zona para empezar a trabajar.

LAS ABEJAS

-¿Qué importancia tienen las abejas en el ecosistema?

-Son muy importantes. La polinización se puede hacer por aire o por insectos, el 70% de insectos polinizadores son abejas. Por lo tanto sin abejas el mundo tal como lo conocemos no existiría, sería diferente. Los payeses pagan para que los apicultores lleven sus abejas a polinizar sus árboles frutales.

-¿Qué medidas se deberían tomar para proteger a la *Apis mellifera*?

-Es muy fácil, primero que no se utilicen transgénicos, segundo no emplear tratamientos químicos como los neonicotinoides. Y por último cuidar más el ecosistema en el que vivimos, vivir más natural y ecológico.

CENTRO DE INTERPRETACIÓN APÍCOLA

-¿Por qué decidisteis crear el Centro de Interpretación Apícola?

-Yo creo que una familia que tiene ya seis generaciones trabajando en esto... tiene que dejar algo. Por eso en honor a mis antepasados decidí crear el Centro de Interpretación Apícola. Es nuestro deber enseñar al mundo qué es la abeja, y la importancia que tiene este insecto, qué es el polen, qué es el propóleo. Si no lo enseñamos nosotros... ¿quién lo hará? Nos visitan cerca de 150 colegios cada año y así enseñamos cultura de un producto natural, ecológico. El centro se divide en 3 fases: un espacio donde se puede ver el mundo de las abejas, la historia de dónde venimos, cómo se extrae la miel, cómo se envasa, podemos vestirnos de apicultores e ir al campo al espacio natural a ver el trabajo que hacen las abejas, y también podemos hacer diferentes talleres de apicultura entre ellos, hacer velas de cera, pasteles de miel, cosmética, etc., para potenciar el mundo de las abejas.

-¿Cuánta miel producís al año?

-Sobre unos 70.000 Kg/año de los cuales un 25% de esa producción es ecológica. La razón que haya un 25% es porque no podemos ubicar todas las colmenas en fincas ecológicas aprobadas por el CCPAE, tenemos 2.000 colmenas, y en estos momentos 500 ecológicas con extracción totalmente independiente.

MIEL CON CACAO, CÚRCUMA, CANELA

-Tenéis miel con cacao, cúrcuma, canela... ¿Qué acogida tienen entre el público estas variedades?

-La verdad es que ha sido un gran sorpresa, primero estuvimos en ExpoEco Salud en Madrid, después en Alimentaria en Barcelona, y finalmente en BioCultura Barcelona y ha sido un éxito total. La gente quiere un plus, un producto 100% ecológico, con ese valor

añadido, con beneficios terapéuticos para la salud. El producto ha tenido una gran acogida y esperemos que en breve tenga su correcta distribución en herbolarios, dietéticas y tiendas ecológicas de toda España.

-Habéis recibido el premio al Mejor Producto Bio 2016 de BioCultura... ¿Satisfechos?

-¡Más que satisfechos! Ha sido un gran reconocimiento a una familia que da todo por la apicultura, y que lo seguirá dando, ya que ya se ha incorporado la sexta generación a la empresa. Tener un premio así, y más en casa, en BioCultura Barcelona... lo tendremos siempre presente. De hecho ya lo hemos incorporado a nuestro etiquetaje y packaging. La inspiración de esta gama es el amor a la naturaleza, la pasión de ser apicultor y nuestro sueño de un mundo ecológico.

Tamara Novoa

BIOCULTURA

Una apuesta segura

-¿Cómo evaluáis vuestro paso por BioCultura Barcelona?

-Ya hemos estado varias veces en BioCultura, pero este año ha sido muy especial, muchísima gente... pidiendo información. La gente cree en el producto ecológico y cada vez más. Nosotros estamos muy satisfechos con haber dado el paso al mundo ecológico creando las gamas de mieles "eco". Seguiremos apostando por BioCultura, ya que creemos que es líder en nuestro sector.

Más Info: www.melmuria.com



Tu Piel ama lo Natural

Aceites Vegetales CERTIFICADOS 100% ECOLÓGICOS. PRIMERA PRESIÓN EN FRÍO.

Encuentra el ideal para tu tipo de piel



ACEITE DE GRANADA ECOLÓGICO

Antioxidante. Ayuda a la renovación celular, regenera el tejido y tiene efectos reafirmantes.



ACEITE DE JOJOBA ECOLÓGICO

Cuida las pieles sensibles, grasas y deshidratadas. Regula la secreción sebácea excesiva.



ACEITE DE ARGÁN ECOLÓGICO

Ideal para conservar y recuperar la elasticidad y vitalidad de pieles maduras. Nutritivo.



ACEITE DE ALMENDRAS DULCES ECOLÓGICO

Hidrata y suaviza todo tipo de pieles, especialmente las más sensibles.



ACEITE DE ROSA MOSQUETA ECOLÓGICO

Aceite muy rico en ácidos grasos esenciales muy nutritivos para la piel. Estos ácidos están directamente relacionados con la regeneración celular de los tejidos. Regenerador y cicatrizante, previene y atenúa la aparición de arrugas, manchas y estrías.

Para todo tipo de pieles.



Todos nuestros productos están certificados según la norma BioVidaSana por bio.inspecta

KIMERA BIOCOSMETICS es una marca de TALLER MADRESELVA S.L.
39800 Ramales de la Victoria CANTABRIA. T. 942 646 821
info@tallermadreselva.com www.tallermadreselva.com

THE DIDA

Lo mejor para esos "locos bajitos"

The Dida es una marca de productos naturales, orgánicos y biodegradables para bebés, que incluye diferentes categorías de productos que dan solución a las necesidades básicas de los recién nacidos y embarazadas. Actualmente la marca tiene cinco categorías de producto: WARE (vajillas ecológicas), PLAY (mordedores y sonajeros biodegradables), BABY (algodón orgánico GOTS), BATH (productos naturales para el baño) y NATURE (aromaterapia para bebés). Detrás de The Dida están Mercè Rovira y Bet Castanyer, las dos socias fundadoras. Sara B. Peña charló con ellas.

Ambas se conocieron en una empresa del sector infantil. Mercè se ha dedicado a la contabilidad y gestión de empresas y Bet al comercio internacional, aunque tal como dicen ellas mismas "ahora nos toca hacer de todo, y es una experiencia muy gratificante porque no hay dos días iguales y además estamos aprendiendo constantemente".

-¿Cómo surgió The Dida?

-The Dida nació cuando la empresa en la que trabajábamos cerró y las dos socias vimos la oportunidad de montar nuestro propio negocio. Desde un inicio teníamos claro que debía ser dentro del sector natural porque ambas creemos en este estilo de vida y, como veníamos del sector infantil, vimos claramente la sinergia y decidimos crear una marca propia de productos ecológicos para bebés.

LA NODRIZA

-¿Nos puedes explicar cómo definirías lo que hacéis, distribuís y/o vendéis en The Dida?

-The Dida es nuestra propia marca, que creamos hace un par de años. Bajo el paraguas de The Dida, la empresa tiene diferentes categorías de productos dentro de las cuales buscamos en todo el mundo los mejores productos orgánicos y las alternativas naturales de productos para bebés, y los comercializamos nosotras mismas en tiendas de crianza natural y porteo, tiendas de productos naturales como herbolarios, y otras tiendas especializadas.

-¿De dónde surge el nombre?

-El nombre de la empresa surge de la palabra "dida", que significa nodriza. Con este nombre, los productos The Dida quieren transmitir a través de la marca todo el cuidado y amor que las nodrizas daban a los recién nacidos.

-¿Por qué es tan importante que nuestros pequeños dispongan también de esta clase de productos?

-Afortunadamente cada vez más gente está concienciada con respecto a los beneficios de los productos ecológicos como la cosmética natural o la alimentación orgánica, el reciclaje y el respeto por el medio ambiente, etc. Pero son justamente los recién nacidos los más vulnerables y por su mayor sensibilidad es muy importante que los productos con los que estén en contacto sean lo más naturales y ecológicos posible. Por poner un ejemplo, en el caso de



Mercè Rovira y Bet Castanyer, las dos socias fundadoras de The Dida

la ropa, podemos hablar de algodón orgánico: la piel es el órgano más grande que tenemos y en el caso de los bebés todavía no está curada y es mucho más sensible a los químicos de la ropa convencional. El algodón orgánico, al no estar cultivado ni tratado con ningún químico, está totalmente libre de tóxicos y es lo más adecuado para la delicada piel de los recién nacidos.

THE DIDA WARE

-¿Cuál es vuestro producto más vendido?

-Por su innovación, la gamma The Dida Ware (las vajillas ecológicas) es la más vendida, y, dentro de esta colección, el pack de la vajilla es el bestseller. Se trata de una vajilla para bebés hecha de fibra de arroz y resinas naturales que es completamente biodegradable. Además, su composición la hace apta tanto para el microondas como el lavavajillas, por lo que además de ecológica es una vajilla muy funcional.

-¿Qué clase de colaboración hacéis con la famosa Anne Geddes?

-La fotografía de bebés Anne Geddes ha lanzado con su marca una línea de cosmética natural con certificado "bio" (CCPB), para mamás (apta para embarazadas) y bebés. La licencia y la fabricación son italianas, y The Dida somos los importadores y distribuidores exclusivos de esta línea de cosmética ecológica en España, Portugal y Andorra.

LA CLIENTELA

-¿Cómo responde la clientela respecto a vuestros productos?

-La clientela está respondiendo muy bien a nuestros productos.

Aunque siempre hay líneas que van más rápido que otras, en general la acogida está siendo muy buena; las tiendas que tenemos desde el inicio ya están fidelizadas con la marca, nuestra calidad y servicio, y nos estamos encontrando que cada vez más tiendas o centros nos contactan directamente porque nos han encontrado por internet o bien por que han conocido nuestros productos a través de otras tiendas, clientes finales o ferias.

-¿Qué diferencias hay entre vuestros productos y los convencionales o los de otras empresas afines? Habladnos de vuestro valor añadido...

-Nosotras intentamos ofrecer la alternativa natural. Así, aunque existen muchas marcas de vajillas, cepillos, ropa, cosmética y demás complementos para bebés, The Dida es garantía de que toda su oferta es natural, orgánica o biodegradable. Y en cuanto a la competencia directa (otras marcas que tienen productos ecológicos para bebés), por el momento hay relativamente pocas marcas en España y la mayoría son importadas, con lo que la oferta suele ser bastante reducida y los precios muy elevados.

BIOCULTURA BARCELONA

-¿Qué novedades presentasteis en BioCultura Barcelona?

-En la pasada edición de la feria BioCultura Barcelona hemos presentado algunas novedades, entre las que destacamos la ampliación de la gama The Dida Ware con un color diferente y con una fiambra también hecha de arroz. Además, hemos presentado un pack de cepillo y peine dentro de la línea The Dida Bath; y seguimos promocionando la aromaterapia The Dida Nature con aceites esenciales orgánicos, que lanzamos justo a finales del año pasado.

Sara B. Peña



Foto: ITD

The Dida, un mundo nuevo para el mundo

UNA FERIA PARA CONSOLIDAR PROYECTOS

Ampliando las tiendas colaboradoras

-¿Con qué voluntad estuvisteis en la edición de la feria BioCultura Barcelona?

-Fuimos para consolidar nuestra posición como marca de productos naturales para bebés, ampliar nuestra base de tiendas colaboradoras y seguir dando a conocer nuestra marca entre el público final.

Más Info The Dida, SCP

c/ Casanovas Tona, 13 - 08560 Manlleu - Tel: 93 445 59 55
info@thedida.es - www.thedida.es - @thedidaworld



Nos renovamos y seguimos fieles a la producción de alimentos biológicos, auténticos, sabrosos y saludables.



Muchas gracias
por vuestra confianza



www.biocop.es



Establecimientos

ÁLAVA

VITORIA TIERRA VIVA
tierravivanorte@gmail.com / 945 279 926 /
www.tierra-viva.es

ALICANTE

ALCOY CARICIAS Y SABORES DE ANTAÑO ECO (tienda online)
info@cariciasysaboreseco.es / 617 647 065 /
www.cariciasysaboreseco.es
ALICANTE VERUM NATURA (tienda online)
info@verumnatura.com / 637 616 904 /
http://verumnatura.com
MUCHAMIEL PLANETA HUERTO
info@planetahuerto.es / 965 656 945 /
www.planetahuerto.es

ALMERÍA

EL EJIDO COSMÉTICA NATURAL CASERA SHOP (tienda online)
info@cremas-caseras.es / 950 576 162 /
www.cremas-caseras.es

ASTURIAS

FONTESANTA FONTE SANTA (tienda online)
info@fontesanta.com / 985 716 880 /
www.fontesanta.com

BARCELONA

BARCELONA AGUAPUR - H2OPOINT
info@h2opoint.com / www.aguapur.com /
902 252 900
BARCELONA AMAPOLA BIOCOSMETICS (establecimiento y tienda online)
cosmetica@amapolabio.com / 935 131 292 /
www.amapolabio.com
BARCELONA AMA TU SALUD
amatusalud@amatusalud.com / 933 322 189 /
www.amatusalud.es
BARCELONA BIO GOURMET
info@biogourmet.net / 932 001 659 /
www.biogourmet.net
BARCELONA BIOCENTER RESTAURANTE
info@restaurantebiocenter.es / 933 014 583 /
www.restaurantebiocenter.es
BARCELONA BIONYAM
info@bionyam.com / 934 765 438 /
www.bionyam.com
BARCELONA BIOSPACIO
info@bioespacio.com / 934 531 573 /
www.bioespacio.com
BARCELONA BLAU I VERD
blauiverd@hotmail.es / 934 207 396 /
www.facebook.com/herbolariablauiverd
BARCELONA BODEVICI, GELATS I IOGURTS ECOLÒGICS
info@bodevici.es / www.bodevici.es
BARCELONA NATURA SIBERICA
naturasibericaes@gmail.com / 932 529 379 /
www.naturasiberica.ru
BARCELONA SALUT I NATURA
salutinatura@terra.es / 933 478 929
BARCELONA UN PUNT SA
esterbamo@gmail.com / 693 719 725 /
facebook.com/unpuntsa

CALDES DE MONTBUÍ CICLE VITAL
info@ciclevital.com / 938 654 500 /
www.ciclevital.com
LA GARRIGA BOTIGA NANA
info@nana.cat / 937 322 601 / www.nana.cat
L'HOSPITALET THE ECOLOGICAL PRODUCTS
info@the-ecological.com / 932 612 563 /
www.the-ecological.com
MANRESA CENTRE BIOLÓGIC L'ARREL
arrelarrel@hotmail.com / 938 746 106
MATARÓ LACASAECO
info@lacasaeco.com / 937 906 355 /
www.lacasaeco.com
RUBÍ FONT DE VIDA (estable. y tienda online)
fontdevida@cevagrap.coop / 662 300 401 /
www.fontdevida.com
SANT JOAN DESPÍ ECOALGRANO-LLÉNATE DE VIDA (tienda online)
info@ecoalgrano.com / 931 87 07 59 /
www.ecoalgrano.com
VIC BOTIGA NANA
info@nana.cat / 938 868 648 / www.nana.cat
VILAFRANCA DEL PENEDÉS FONT DE SALUT
fontdesalut.vilafranca@gmail.com / 938 924 240
www.fontdesalut.com

CANTABRIA

CABEZÓN DE LA SAL LA SALUD I
lasaludcabezon@hotmail.com / 942 700 166
TORRELAVEGA LA SALUD II
lasaludtorrelavega@hotmail.com / 942 806 144
SANTANDER LA SALUD III
lasaludIII@hotmail.com / 942 052 253 /
www.lasaludsantander.com

CIUDAD REAL

MANZANARES ECO-RINCÓN
info@eco-rincon.com / 653 819 160 /
www.eco-rincon.com

GERONA

BLANES FARMASALUT
info@farmasaut.cat / 972 359 171 /
www.farmasaut.cat
FIGUERES BOTIGA NANA
info@nana.cat / www.nana.cat / 972 508 801
GERONA BOTIGA NANA
info@nana.cat / www.nana.cat / 972 426 405
OLOT BOTIGA NANA
info@nana.cat / www.nana.cat / 972 273 952
PALAMÓS BOTIGA NANA
info@nana.cat / www.nana.cat / 972 600 675
PLATJA D'ARO BOTIGA NANA
info@nana.cat / www.nana.cat / 972 825 085
SANTA CRISTINA D'ARO ORGANIC COTTON COLOURS
info@organiccottoncolours.com / 972 835 995 /
www.organiccottoncolours.com
SANT FELIU DE BUIXALLEU AGUA, TRATAMIENTO NATURAL
agua@aguanatural.com / 972 874 026 /
www.aguanatural.com
SANT FELIU DE GUIXOLS L'HORT D'EN CLIMENT
hortdencliment@gmail.com / 695 260 453 /
www.hortdencliment.es

GUIPÚZCOA

HONDARRIBIA TXUNTUMELABIO
biotxuntumela@gmail.com / 943 641 450 /
www.txuntumela.com
ZARAUZT BERISTAIN PRODUKTU EKOLOGIKOAK
beristainpe@yahoo.es / 943 980 690 /
www.beristain.es

HUELVA

JABUGO JAMONES ECOLÓGICOS DE JABUGO - DEHESA MALADUA (tienda online)
dehesamaladua@hotmail.com / 959 104 250 /
www.jamoneseecologicosdejabugo.com

HUESCA

ARA VEOBIO (tienda online)
info@veobio.es / 974 947 301 / www.veobio.com

IBIZA

SANT JORDI S'HORTET VERD
alicia@shortetverd.com / 971 30 80 30 /
www.shortetverd.info

JAÉN

ALCALÁ LA REAL CONASI, VIVE COCINA NATURAL (tienda online)
info@conasi.eu / 953 102 560 / www.conasi.eu

LA CORUÑA

LA CORUÑA LA ALDEA BIOMARKET
info@laaldeabiomarket.com / 981 976 165 /
www.laaldeabiomarket.com
LA CORUÑA TENDA ECOLOXICA EQUILIBRIO
equilibrio@tendaecoloxica.com / 881 898 788 /
www.tendaecoloxica.com
SANTIAGO DE COMPOSTELA ECOVAI (tienda online)
compras@ecovai.com / 981 549 610 /
www.ecovai.com

LA RIOJA

LOGROÑO ARCO IRIS
info@arcoirisherbolario.com / 941 258 631 /
www.arcoirisherbolario.com
LOGROÑO EL ARBOLITO
clientes@arbolito.net / 941 209 214 /
www.arbolito.net

LEÓN

LEÓN BIO VÉRTICE-MERKABIO (tienda online)
info@merkabio.com / 987 900 002 /
www.merkabio.com
LEÓN LA CESTA BIOLÓGICA
pcshambhala@yahoo.es / 987 235 286 /
www.pymesleon.com/cestabiologica
REQUEJO DEL PRADORREY LA CASA DEL ARZIPRESTE
lacasadelarzipreste@gmail.com / 687 564 043 /
http://lacasadelarzipreste.com

recomendados



RIOLAGO DE BABIA TURISMO RURAL

MIRADOR DE BABIA

eduardogildelgado@yahoo.es / 655 867 674 /
www.miradordebabia.com

MADRID

ALCALÁ DE HENARES ECONOMATO MACABEO

emacabeo@grupema.eu / 911 379 223 /
www.economatomacabeo.eu

ALCOBENDAS ESPACIO ORGÁNICO

info@espacioorganico.com / 916 572 515 /
www.espacioorganico.com

ARAVACA ECONOMATO MACABEO

emacabeo@grupema.eu / 913 070 799 /
www.economatomacabeo.eu

COLLADO VILLALBA ECONOMATO MACABEO

emacabeo@grupema.eu / 918 519 600 /
www.economatomacabeo.eu

GUADALIX DE LA SIERRA SELECCIÓN

NATURAL (tienda online)

seleccionatural@seleccionatural.es / 918 471 566 /
www.seleccionatural.es

MADRID BIOFERTA - Cosmética Ecológica

(tienda online)

info@bioferta.com / 644 417 414 / www.bioferta.com

MADRID BIOTIFUL NATURA

info@biotifulnatura.com / 915 046 294 /
www.biotifulnatura.com

MADRID CENTRO NATURAL FLOR DE LYS

lafordelys@yahoo.es / 913 582 382 /
www.centronaturalfordelys.com

MADRID CUCUTOYS (tienda online)

cucutoys@gmail.com / 911 412 314 / www.cucutoys.es

MADRID ECOCENTRO

eco@ecocentro.es / www.ecocentro.es / 915535502

MADRID ECONATUREL MERCADO ECOLÓGICO

earias@vgconsulting.net / 912 83 78 78 /
www.elmercadobueno.com

MADRID ECOZAP - Zapatería (tienda online)

raquel@ecozap.es / 918 458 085 / www.ecozap.es

MADRID EL BAOBAB VERDE

info@elbaobabverde.com / 918 184 254 /
www.elbaobabverde.com

MADRID EL VERGEL DE LA VILLA

elvergel@el-vergel.com / 915 471 952 /
www.el-vergel.com

MADRID EL VIEJO HORTELANO

administracion@elviejohortelano.es / 915256479 /
www.elviejohortelano.es

MADRID NATURASI (Argüelles-Moncloa)

info@naturasi.es / 915 445 663 / www.naturasi.es

MADRID NATURASI (Dr. Fleming)

info@naturasi.es / www.naturasi.es / 914583254

MADRID RAYO VERDE AGRICULTURA

rayoverdeagricultura@gmail.com / 606 448 508 /
www.rayoverdeagricultura.com

MAJADAHONDA ECONOMATO MACABEO

emacabeo@grupema.eu / 916 340 407 /
www.economatomacabeo.eu

MORALZARZAL ECONOMATO MACABEO

emacabeo@grupema.eu / 918 578 625 /
www.economatomacabeo.eu

MÓSTOLES TU HUERTO ECOLÓGICO

"EL FRESNEDAL"

info@tuhuertoecologico.es / 916 164 578
www.tuhuertoecologico.es

PERALES DE TAJUÑA CAMPO DI FIORE

(tienda online)

hola@campodifiore.es / 639 31 79 76 /
www.campodifiore.es

RIVAS-VACIAMADRID BESANA SOC.COOP.

besanacoop@gmail.com / 914 995 451 /
http://cooperativabesana.blogspot.com.es

RIVAS-VACIAMADRID LA MIMATECA

(tienda online)

hola@lamimateca.es / 644 411 595 /
www.lamimateca.es

MÁLAGA

FUENGIROLA BIONATURA FUENGIROLA

info@naturasi.es info@bionatura.es / 952660757
www.bionatura.es

MÁLAGA NATURAL ALOE

correo@herboristeriaaloe.com / 952 254 960

MARBELLA BIONATURA PERNILLE

info@bionatura.es / 952900401 / www.bionatura.es

MENORCA

FERRERIES ATALIS MENORCA cosmética

natural (tienda online)

info@atalismenorca.com / 606 244 170 /
www.atalismenorca.com

MURCIA

MURCIA BIOSHOP

bioshop@coato.com / wwcoato.com /
968424621

NAVARRA

BERRIOZAR EKIA BIODENDA

ekiabiodenda@gmail.com / 948 773 325 /
www.productosecologicosnavarra.com

OLAZ DE EGÜES NATURALIM

(establecimiento y tienda online)

naturalim@elenacorrales.com / 948 337 792 /
www.elenacorrales.com

PAMPLONA EKODENDA EKIA

ekodendaekia@gmail.com / 948 173 150 /
www.ekodendaekia.com

PONTEVEDRA

A ESTRADA SANOBIO (tienda online)

tiendasanobio@gmail.com / www.sanobio.es /
676 819 842

VIGO ABC DE BIO

info@abcdebio.es / www.abcdebio.es /
986117303

VIGO VERDE BIOLETA VIGO (establecimiento y tienda online)

administracion@verdebioleta.es / 986 493 617 /
www.verdebioleta.es

SEGOVIA

SEGOVIA IMAGINA...T

info@imagina-t.es / 921 441 995 / imagina-t.es

SEVILLA

LOS PALACIOS Y VILLAFRANCA RITUALES CENTRO HOLÍSTICO

mercedesgomezrituales@hotmail.com /
660 371 084 / rituales-holisticos.blogspot.com.es

SEVILLA ECOVIDASOLAR

tienda@ecovidasolar.es / 954 323 507 /
www.ecovidasolar.es

TARRAGONA

REUS VIU L'ECOLOGIC

info@viulecologic.cat / 630 927 855 /
www.viulecologic.cat

XERTA DAMA DE ELAIA (establecimiento y tienda online)

damadeelaia@damadeelaia.com / 977 47 57 67 /
672 653 460 / www.damadeelaia.com

TERUEL

ALCORISA CHOCOLATES ARTESANOS ISABEL

info@chocolates.bio / 978 840 711 /
www.chocolates.bio

ARENYS DE LLEDÓ MAS LA LLUM

maslallum@maslallum.es / 978 090 601 /
www.maslallum.es

VALENCIA

CARCAIXENT NARANJASECOLOGICAS.COM (tienda online)

jordi@naranjasecologicas.com / 962 460 929 /
www.naranjasecologicas.com

VALENCIA ECOVAMOS (tienda online)

hola@ecovamos.com / 644 45 46 70 /
www.ecovamos.com

VALENCIA PUNT DE SABOR

info@puntdesabor.com / 963 536 080 /
www.puntdesabor.com

VALENCIA RESTAURANTE KIMPIRA

restaurant@kimpira.es / 963 923 422 /
www.kimpira.es

VIZCAYA

BILBAO TIERRA VIVA

tierravivanorte@gmail.com / 944 248 441
www.tierra-viva.es

GATIKA BIOZELAI (tienda online)

info@biozelai.com / 669 989 405
www.biozelai.com

ZARAGOZA

ZARAGOZA BIO-BIO ZARAGOZA

biobiozaragoza@live.com / 976 557 826
www.biobiozaragoza.es

ZARAGOZA LA NATURAL

info@la-natural.es / 976 359 283
www.la-natural.es

ZARAGOZA UN CAFÉ DIFERENTE

info@uncafediferente.com / 976 959 589 /
www.uncafediferente.com

LUZ DE JADE

Artesanía orientalista

Luz de Jade se presenta: "Soy Luz, artista creativa y fundadora de Luz de Jade. Alma romántica y soñadora, terapeuta floral, enamorada de la Naturaleza, nómada... He vivido durante varios años en el sudeste asiático y colaboro con numerosas tribus indígenas de Asia así como con refugiados tibetanos con los que he creado varios proyectos solidarios para ayudarles". Estuvo en BioCultura BCN para presentar su artesanía.



Foto: EcoAditivo

Luz está al frente de Luz de Jade, en busca de la compasión y un mundo amoroso

Ella dice: "La finalidad de mi proyecto es crear un vínculo de luz entre Occidente y culturas artesanas de todo el mundo. Dar a conocer minorías étnicas e indígenas. Los productos son totalmente artesanales y únicos. Me inspiro en los colores, en las culturas, en la Naturaleza... viviendo desde el corazón".

LA CURIOSIDAD

-¿De dónde surgió tu curiosidad por el lejano Oriente y cómo decidiste convertir esa fascinación en tu medio de vida?

-Siendo adolescente viví en Japón por primera vez, en mi etapa como modelo profesional; a raíz de este viaje fue cuando empecé a sentir curiosidad por la cultura asiática. Con 28 años ya exploraba el sudeste asiático (durante casi cuatro años). Fue en esa época cuando comencé a colaborar con mujeres indígenas y empezar a crear mis propios diseños.

-¿Cómo empezó todo? ¿De qué mundo venías tú?

-La vida en Asia me transformó de tal manera que a mi regreso no era capaz de integrarme ya a una "vida convencional occidental" y añoraba la forma de vivir, las minorías étnicas... No quería dejar de viajar y crecer y fue entonces cuando decidí embarcarme en este proyecto como medio de vida. Venía del mundo de la moda (modelo profesional) y la aviación (auxiliar de vuelo)... Siempre viajando...

PIEDRA DE JADE

-¿Qué haces exactamente? ¿Qué expusiste en BioCultura?

-Creo artesanía elaborada en piedra de jade y otros minerales... como collares, pulseras... en ganchillo, macramé o combinando bordados; una colección de malas personalizados para la práctica de la meditación y accesorios para la mujer elaborados por tribus indígenas de Asia y países como Guatemala con bordados a mano... Son únicos y con ellos se colabora para ayudar a preservar su cultura.

-¿Qué propiedades tiene el jade? ¿Por qué te interesa tanto?

-El jade es símbolo de pureza y serenidad, tiene propiedades calmantes del sistema nervioso, protege de la ira y, según la Medicina Tradicional China, tonifica la energía del riñón y las glándulas suprarrenales aportando energía de coraje, abundancia y prosperidad. Para mí, lo más esencial del jade es su energía amorosa, compasiva y de equilibrio que ayuda a activar el chakra del corazón.

SOS NEPAL

-¿Qué proyectos tienes entre manos que no sean comerciales?

-El proyecto SOS Nepal de ayuda a Nepal, tras el terremoto; The Heart of Tibet, para un hogar de ancianos refugiados tibetanos en Orissa (India); Monta School Project, una escuela de niños karen birmanos; Light to your Eyes project... y un proyecto textil con mujeres indígenas en la Amazonia peruana y esencias florales. La mujer indígena está muy marginada.

-¿En qué consiste el proyecto Light to your eyes?

-Es un proyecto que se inició hace tres años en Tíbet, en un peregrinaje al Kailash junto a un grupo de yoga. Recogí cientos de gafas de sol para distribuir a la gente de las montañas, donde los rayos ultravioletas deterioran la visión. Luego llegó Ladakh, India, con el Dalai Lama, en el Kalachakra; la Fundación Barraquer me apoyó con la entrega de cientos de gafas graduadas. Y por último por el sur y centro de América.

BIOCULTURA BARCELONA

-¿En qué te ayudan las ferias como BioCultura Barcelona?

-Me ayudan a compartir y difundir mis proyectos y artesanía con un tipo de público de mayor conciencia, solidario y preocupado por el medio ambiente y la alimentación saludable, porque eso es lo que va a generar cambios de gran impacto positivo en la Humanidad y el planeta. Me aporta energía para continuar mi labor con entusiasmo e inspiración.

Sara Buñuel

Más info

www.luzdejade.com - info@luzdejade.com - Tel: 616.820.925

Alga Cochayuyo

Os esperamos en
BioCultura
Stand 618
Madrid
del 10 al 13 de noviembre

brotasol

100% alga deshidratada natural sin ninguna sustancia añadida
Actualmente se comercializa, por motivos legales, como fertilizante para jardinería doméstica
651 340 641 • brotasol@ramonconsul.com • www.brotasol.com

Sojade

**ENRIQUECE
EL MUNDO BIOVEGETAL
CON SUS NUEVAS
ESPECIALIDADES.**



**Sojade, 100% vegetal,
sin lactosa ni gluten.**

www.sojade.es



CULTIVARSALUD

Salto a la radio

El lunes 6 de junio se inauguró la nueva sección de Cultivarsalud en CV Radio de 16:40 a 17:00 h., en el dial 94.5 de Valencia. Dentro del programa "La Tarde con Marina". En él, el equipo de Cultivarsalud habla sobre distintos temas relacionados con su propio proyecto: alimentación consciente, medio ambiente, técnicas naturales y mucho más. Toni Cuesta charló con Mar García, una de las cabezas visibles de esta iniciativa.

Foto: EcoArchivo



Mar García y Alfredo Corbín las dos almas máter de Cultivarsalud

-¿Qué es Cultivarsalud?

-Es una plataforma digital de información para el impulso y desarrollo de actividades y servicios saludables, comprometida con un estilo de vida más consciente y equilibrado, basado en la sostenibilidad, que tiene presente cuerpo, mente y entorno. Cultivarsalud está formada por:

- Revista Digital: Donde los usuarios encontrarán información de calidad sobre distintos sectores alineados con la vida sana y el respeto por el entorno.
- Guía Sostenible: Con profesionales de distintas disciplinas comprometidas con la vida saludable y consciente.
- Agenda de eventos: Información completa sobre los próximos eventos y actividades organizados por los miembros de Cultivarsalud: talleres, conferencias, cursos, charlas, etc.

NUEVA ETAPA RADIOFÓNICA

-¿Qué significa esta nueva etapa radiofónica?

-Significa la oportunidad de llegar a la sociedad valenciana a través de la radio, y, al mundo, a través de internet, y de esta manera cumplir con nuestro objetivo de fomentar un estilo de vida más natural y consciente. Creemos, además, que es un buen momento para asentar las bases de nuestro proyecto a través de un medio

ajeno al digital y en una radio con proyección como es CV Radio, con muy buenos profesionales. La verdad es que teníamos pensado realizar una programación radiofónica en un futuro, lo que no imaginábamos es que iba a ser tan pronto, por lo que estamos todos muy contentos en el equipo.

-¿A qué tipo de entrevistados vais a llevar a vuestro programa?

-Vamos a tener personas y profesionales de todo tipo, siempre dentro de la filosofía de cultivarsalud, por supuesto. Hablaremos de salud natural, alimentación consciente, crecimiento personal, cosmética y moda verde, energías limpias, solidaridad, medio ambiente, etc. La idea es hablar cada lunes de un tema diferente y llevar a un invitado experto en esa materia; este mes tenemos alimentación anti-cáncer, medio ambiente y las ventajas de la cosmética "eco". A partir de ahí podemos hablar de yoga, de acupuntura, de veganismo, de moda verde, o de limpieza ecológica. El abanico de opciones, por suerte, cada vez es más grande.

SECTOR ECOLÓGICO

-¿En qué punto se encuentra el sector "bio" en la Comunitat Valenciana?

-Lo "eco" y lo "bio" son un sector que está en aumento y lo seguirá estando. Estamos viviendo momentos de cambios en todos los aspectos y este no iba a ser menos. Está cambiando nuestra manera de ver las cosas, y dudamos de cosas que, hasta ahora, eran incuestionables. Hay un "despertar", la gente se empieza a preocupar más y se interesa por saber cuál es la procedencia de lo que come, de lo que viste, de las cremas que utiliza, etc. Hay una mayor conciencia sobre cómo afecta todo esto a nuestra salud, tanto física como mental, y esto hace que seamos más sensibles y que valoremos más otro tipo de producto que no sea el convencional.

Toni Cuesta

Más info

www.cultivarsalud.com

OPINIÓN

CHÚPATE ESA Medievalismos

Este verano, por diferentes motivos, he asistido a varios conciertos de música medieval y ferias relacionadas con el Medioevo. En alguno/as lo he pasado bien y en otros/as no tanto. Pero lo que trae a estas líneas el asunto no tiene que ver con que si yo lo he pasado bien o no. Y es que, en buena medida, estos conciertos y estas ferias olvidan lo más importante. ¿El qué? Es muy difícil de explicar, pero lo voy a intentar.

La Europa medieval fue un intento, se quiera ver así o no, de retomar el cauce de una sociedad basada en lo sagrado. Sí, hubo muchos errores, muchas desviaciones de lo sacro y, en fin, ya sabemos que no todo era tan santo en aquellos tiempos, incluso en la mismísima iglesia, empezando por los tribunales inquisitoriales, que muy poco tenían que ver con la palabra de Jesús. Pero, a pesar de todo, la llama de retornar a lo sagrado existió, después de un tiempo, el de los helenos y el de los romanos, en que habían triunfado la razón y las supersticiones.

Con Descartes, vuelve a imperar el cerebro por encima del corazón y del alma. Y lo que ha supuesto eso está a la vista de todos. En dos o tres siglos, el ser humano moderno, que vive completamente de espaldas a lo espiritual, ha sido capaz de destruir más que toda la Humanidad en toda su existencia, a excepción de, como decimos, estos dos o tres últimos siglos. La infinita mayoría de los músicos medievalistas y de todos aquellos que giran en torno de este mundo no son conscientes, o no quieren serlo, de que el planeta pide a gritos el retorno a una sociedad en que la vida sea tomada por un bien sacro, y en el que la ciencia y la tecnología estén al servicio de la bondad y la belleza, y no al servicio de los intereses de usureros, militares e ímpíos.

Qué lástima que la mayoría de este tipo de conciertos y mercados olviden lo principal, lo más urgente para nuestro mundo. Sin eso, toda estética se convierte en algo vacío y absurdo.



El barón rampante