BIOECO ACTUAL

INFORMATIU MENSUAL INDEPENDENT I GRATUÏT DE CONSUM DE PRODUCCIÓ ECOLÒGICA

NÚM. 2

JUNY 2013

IMPRÈS EN PAPER ECOLÒGIC 100% RECICLAT

"Res beneficiaria més a la salut humana que l'evolució cap a una dieta vegetariana". ALBERT EINSTEIN

PLANETA VIU

L'Agricultura Biodinàmica: la pionera de l'agricultura ecològica Pàg. 9

L'OPINIÓ DE L'ESPECIALISTA

GASTRONOMÍA

La Tríada Afrodisíaca Pàg. 4

L'ENTREVISTA

Entrevista amb Manuel Valls Fundador de Cal Valls Pàg. 16

www.bioecoactual.com

La producció ecològica creix a Catalunya

Baròmetre de percepció i consum dels aliments ecològics 2012 a Catalunya

©Gencat Departament d'Agricultura, Ramaderia, Pesca, Alimentació i Medi Natural

Dani Valls (President del CCPAE) – Josep Maria Pelegrí (Conseller d'Agricultura, Ramaderia, Pesca, Alimentació i Medi Natural). Roda de premsa 17 d'abril 2013

BioCultura bio

feria de productos ecológicos y consumo responsable

BILBAO - BEC

Del 4 al 6 de octubre 2013

• Alimentación ecológica • Cosmética eco-natural
• Ropa y calzado • Terapias • Bioconstrucción
• Medio ambiente • Energías renovables • Artesanías
• Turismo rural

MamaTerra, festival ecológico de la infancia

más de 150 actividades

www.biocultura.org

Organizan: Asociación Vida Sana · Bilbao Exhibition Centre

FIRES

Zoraida Mas, *periodista,* zoraida681@hotmail.com

Primavera eco a Catalunya

Ressenyes de les últimes fires

Les fires són un bon indicador per mesurar la bona marxa d'un sector. Trobades com la Setmana Bio, Biocultura i l'Expo Eco Salud posen sobre la taula la bona salut que experimenta l'àmbit de la producció i el consum ecològic a Catalunya.

Setmana Bio

Per primer cop a Catalunya s'ha celebrat la Setmana Bio del 26 d'abril al 4 de maig. Aquesta trobada ha estat fruit de l'esforç entre la Generalitat i diverses entitats del sector per promoure i divulgar la producció i el consum dels aliments ecològics. Es van programar 80 activitats, entre xerrades, campanyes de promoció de productes, jornades tècniques i exhibició de documentals, entre d'altres. A més, aquestes activitats han tingut lloc arreu de Catalunya. Des de l'Alt Pirineu i l'Aran, passant per Barcelona, Lleida, Girona i Tarragona, fins a les Terres de l'Ebre.

BioCultura

Del 25 al 28 d'abril al Palau Sant Jordi va tenir lloc la 20a edició del BioCultura, centrat en els productes ecològics i el consum responsable. Al voltant d'unes 70.000 persones van visitar la fira i hi van participar 700 expositors amb prop de 16.000 productes certificats. No només han estat aliments el que hi han pogut trobar els visitants, sinó també productes per a la higiene i la cosmètica amb ingredients certificats, tèxtil orgànic, ecomaterials, mobles, decoració i energies renovables, entre molts d'altres.

BioCultura és una cita tant per a professionals com per a consumidors. Suposa una oportunitat perquè distribuïdors i operadors es trobin i puguin establir relacions. Alhora que els visitants coneixen més a fons els productes ecològics.

Expo Eco Salud

El 19, el 20 i el 21 d'abril va tenir lloc a Barcelona l'Expo EcoSalud, una fira ja consolidada amb una quinzena d'edicions a les seves espatlles.

Enguany la Fira de Barcelona li ha destinat 12.000 metres quadrats de superfície per on hi ha desfilat 26.237 visitants al llarg dels tres dies. Un 40% d'aquests han estat professionals.

Dels més de 500 expositors, un 35% han estat centrats en teràpies naturals i un 35% més en dietètica i complements alimentaris. Un 25% ha estat dedicat a la producció ecològica, un 12% a plantes medicinals i herboristeria i un 8% han estat expositors relacionats amb la cosmètica natural i la higiene.

La primera edició de la Fira Vinum Nature. Una fira que comença amb un èxit de participació.

El passat dilluns 13 de maig, es van donar cita prop de 1.100 professionals i visitants en la Fira Vinum Nature Barcelona 2013. La fira dels vins ecològics que es va celebrar en el magnífic espai de la Cúpula las Arenas de Barcelona, organitzada per Ecomundis, empresa editora de les guies Vinum Nature, dedicades a aquesta categoria de vins.

L'esdeveniment ha resultat un èxit donat el seu plantejament com a fira innovadora i multi-activitat, pel volum de cellers participants i per la quantitat d'assistents professionals. Aquests varen tenir l'oportunitat de conèixer i gaudir més de 250 referències de vins ecològics de mans dels 52 cellers i 61 expositors. Alguns d'ells van presentar a la fira les seves novetats en vinificacions naturals i els vins elaborats amb criteris i pràctiques biodinàmiques. ■

©Inma Raventós

Expo Eco Salut 2013

©Alba Metzger Rabasseda

BioCultura 2013

©Alba Metzger Rabasseda

Vinum Nature 2013

BIOECO ACTUAL

EDITA:
Centipede Films,S.L.
Tel. 93 747 43 19 - 664 32 02 51
C/ Alfons Sala, 33-39 local
08202 Sabadell
Dipòsit Legal: B.10202-2013

www.bioecoactual.com
bio@bioecoactual.com

DIRECTOR
Enric Urrutia

REDACCIÓ
Montse Mulé

DISSENY i MAQUETACIÓ
Anna Martínez Raibal

FOTOGRAFIA
Alba Metzger

CONSULTORIA
Solgest XXI SL

COL·LABORADORS
Ester Casanovas, Mónica Cuende, Helena Escoda, Montse Escutia, Mª Pilar Ibern "Gavina", Marta Gandarillas, Beatriz Lavado, Pep Llop, Zoraida Mas, Montse Mulé, Pilar Rabasseda, Lluís Reales, Oriol Urrutia

Bio-Eco Actual no comparteix necessàriament les opinions signades i inserides en les seves pàgines. La direcció no es fa responsable de la qualitat, procedència o origen dels anuncis dels mateixos.

ACTUALITAT

BioCultura premi premsa especialitzada per BioEco Actual, els Goya del sector bio

A BioCultura Barcelona es van lliurar els Premis Estatals BioCultura 2013. Va ser una cerimònia senzilla, amena i emotiva. Aquesta nova publicació, la primera edició de la qual coincideix amb BioCultura BCN, està íntegrament especialitzada en el món de la producció ecològica. És un diari mensual i gratuït, dirigit al públic directe d'aquest sector. Ja es pot trobar en els establiments del ram. ■

PREMIO Prensa especializada bio BioCultura 2013

Nous tràmits i Guia pràctica per a la certificació dels comerços minoristes

El Consell Català de la Producció Agrària Ecològica informa que ja estan disponibles els tràmits per a la inscripció dels comerços minoristes al registre d'operadors del CCPAE, així com la Guia que explica tot el que cal saber per registrar al CCPAE l'activitat de venda directa de productes ecològics al consumidor final.

La Guia pràctica de certificació de comerços minoristes explica quin és el procés que s'ha de seguir per a aconseguir la certificació, els tràmits que s'han de fer per mantenir la certificació posteriorment, així com tots els aspectes i normatives que afecten aquest tipus de certificació, i d'altres qüestions relacionades amb el control que realitzen els auditors del CCPAE.

També s'indiquen altres qüestions com l'ampliació de l'activitat o del nombre d'establiments comercials registrats al CCPAE. ■

Zoraida Mas, *periodista,* zoraida681@hotmail.com

EDITORIAL

Baròmetre de percepció i consum dels aliments ecològics 2012 a Catalunya

©Gencat Departament d'Agricultura, Ramaderia, Pesca, Alimentació i Medi Natural

Dani Valls (President del CCPAE), Josep Maria Pelegrí (Conseller d'Agricultura, Ramaderia, Pesca, Alimentació i Medi Natural), Miquel Molins (Director General d'Agricultura i Ramaderia)

La producció ecològica creix a Catalunya

El passat 17 d'abril la Generalitat, juntament amb el Consell Català de la Producció Agrària Ecològica, van presentar el Baròmetre de Percepció i Consum del 2012 i les estadístiques de producció ecològica. Durant l'acte també es va presentar la primera Setmana Bio a Catalunya.

El Baròmetre de Percepció i Consum del 2012 conclou que el 67,1% dels consumidors de productes ecològics triien aquesta opció per motius de salut, un 25,8% ho fa perquè creu que tenen més qualitat, un 20% perquè els aliments són més gustosos, mentre que un 12,6% es decanta per aquests productes perquè no tenen residus i un 9,2% per raons mediambientals.

Confiança en els productes catalans

Tot i la confiança, cada cop major, que el consumidor diposita en l'agricultura ecològica, els catalans confien en la terra de proximitat i prioritzen els productes autòctons. Un 59% dels compradors habituals d'aliments ecològics, si no troben un producte ecològic d'origen català prefereixen comprar-lo d'origen català, però no ecològic, abans que gastar els diners en un producte bio procedent d'un altre lloc.

Tot i que aquesta actitud sembli un obstacle en un principi, no és així. Catalunya és una de les comunitats autònomes pioneres en la producció ecològica, més encara en els darrers anys. Segons les estadístiques de producció ecològica per al 2012 del Consell Català de la Producció Agrària Ecològica, en els últims dotze anys la superfície de terreny destinada a l'agricultura bio ha passat de 50.788 hectàrees al 2001 a 94.972 al 2012. De la mateixa manera, han augmentat el nombre d'agricultors dedicats a aquest tipus de producció. Mentre que al 2001 hi havia 682 operadors, al 2012 aquesta xifra arribava als 2.065. Només en l'últim any el nombre d'operadors dedicats a l'elaboració, importació i comercialització dels productes ecològics s'ha incrementat un 20%. Els cultius que més han augmentat en aquest aspecte són el de la vinya (un 5,6% més que al 2011) i el de cereals i lleguminoses per gra (un 4,1% més que al 2011).

L'augment tant de l'activitat ecològica com del seu consum ha fet que, com a conseqüència, la facturació del sector creixi. Segons les estadístiques, al 2011 l'exercici va tancar un 27% per sobre que l'any anterior i el volum de facturació de les empreses ecològiques catalanes va arribar als 133 milions d'euros.

Accessibilitat als productes ecològics

Segons el Baròmetre de Percepció del 2012, la dificultat per trobar productes ecològics en els llocs habituals de compra ha disminuït. Mentre que l'any 2010, un 44,5% creia que li costava trobar aquests aliments al supermercat o a les tendes d'alimentació, l'any 2012 aquest percentatge va disminuir fins al 37,9%. Això significa que molts dels supermercats habituals cada cop inclouen més els productes bio entre la seva oferta.

Tot i així 6 de cada 10 persones que coneix aquest tipus de productes es consideren 'poc o gens informades'.

Per fer arribar el sector ecològic al ciutadà, diverses associacions del sector, juntament amb la Generalitat de Catalunya han creat la primera Setmana Bio, del 26 d'abril al 4 de maig. La trobada ha de servir per donar a conèixer els productes ecològics a través de mercats, promocions comercials, així com xerrades i projeccions de vídeo. Una cita que dóna l'oportunitat als consumidors no només de saber què mengen, sinó també de conèixer els agricultors i ramaders que ho produeixen. ■

ALIMENTACIÓ

L'OPINIÓ DE L'ESPECIALISTA

Maria Pilar Ibern, *gastrònoma i escriptora,* lacuinadegavina@gmail.com

La tríada afrodisíaca

Si m'he de quedar amb tres espècies, sense cap dubte em quedo amb aquesta tríada afrodisíaca, el **gingebre**, amb la seva energia masculina i poderosa, la **canyella**, energia femenina dolça i amarga com totes les dones i **el cardamom**, pont d'amor entre elles dues.

Gingebre

La exòtica arrel de gingebre s'ha utilitzat en la cultura oriental com a base de la seva cuina i la seva medicina. Pràcticament totes les formules magistrals de la medicina xinesa la inclouen pel seu gran poder antisèptic i antiinflamatori.

En estimular la circulació sanguínia, el gingebre potència l'element foc i pot arribar a facilitar a l'home potents ereccions. En la dona, despertarà l'instint sexual amb gran passió.

S'usa en tot tipus de plats, des dels còctels atrevits, les tisanes, les postres dolces, els arrossos, rostits... tant ratllat o en filets, la seva arrel fresca o bé en pols. Però sempre és un comodí afrodisíac!

Cardamom

Després de la canyella i la vainilla, el cardamom és un dels més potents afrodisíacs. En llibres tàntrics trobarem múltiples receptes que l'inclouen. Fins i tot en el conegut llibre del Kamasutra hi ha una recepta base que barreja cardamom, canyella i gingebre.

Fins i tot en el conegut llibre del Kamasutra hi ha una recepta base que barreja cardamom, canyella i gingebre

El cardamom ens aromatitzarà les begudes més atrevides tipus còctel, les càlides tisanes tipus oriental, les macedònies de fruites, o pastissos i galetes.

Canyella

Per mi és l'ingredient més imprescindible dins de la cuina afrodisíaca. La seductora canyella, en tronquet o en pols, dolça i amarga alhora, aspra i intensa, s'ha utilitzat des de sempre en totes les civilitzacions. És un excel·lent potenciador de la libido femenina i també diuen que ajuda en l'erecció dels homes!

No és només la reina de la cuina de festa, sinó que també és ingredient medicinal, antisèptic, que ens ajudarà en problemes digestius com diarrea i vòmits, refredats i moments de cansament i apatia. Per tant és una espècie que s'adapta a tot tipus de receptes, tant dolces com salades, tradicionals o innovadores.

Combinada amb xocolata és un plaer que condueix a llocs molt, molt eròtics... ■

HORTICULTURA

Ester Casanovas,
Responsable de www.picaronablog.com i co-directora del programa de ràdio "Pagesos de ciutat", picaronablog@gmail.com

Cultivar un hort urbà al ritme de la natura

Quan et llences a cultivar un hort urbà i comences a informar-te, un dels descobriments més sorprenents és que no pots cultivar allò que vols en el moment que vols. Que no hi ha tomàquets i melons durant tot l'any a les botigues? Perquè no puc sembrar alls al mes de maig? O faves al juny?

La natura s'imposa i ella és la que mana. Cada hortalissa té el seu moment i si volem fer una bona collita no hi ha més remei que anar al seu ritme, plantar el que toca i reconèixer que fins aquest moment, mai t'havies preguntat d'on provenen les fruites i verdures que consumeixes a casa.

L'estiu és la gran festa de l'hort i encara som a temps de cultivar

Estem en el moment de l'any en que molta gent es planteja començar un hort i el més habitual és sembrar llavors que difícilment prosperaran per estar fora de temporada. El millor a aquestes alçades és visitar un comerç especialitzat i comprar planter, deixant per més endavant la recerca d'aquelles varietats de llavors antigues que ens permetran retrobar aromes i sabors sovint oblidats.

L'estiu és la gran festa de l'hort i encara som a temps de cultivar albergínies, api, bledes, bròquils, carbassons, cebes, cogombres, enciams, mongetes, pastanagues, pebrots, porros, raves i tomàquets.

Ens caldrà informar-nos d'algunes necessitats d'aquestes hortalisses, com ara quines necessiten més sol que d'altres per poder distribuir-les correctament a l'hort. També de quina distància hem de deixar entre una planta i una altra per tal de que puguin obtenir tots els nutrients necessaris de la terra o l'equivalent en volum necessari de substrat si fem el nostre hort en contenidors.

Algunes d'elles necessiten un tutor per poder enfilar-se, d'altres són capaces de suportar el seu propi pes i el dels seus fruits. Aprendrem un munt de conceptes nous com són la poda, l'adobat, la rotació de cultius i que podem elaborar els nostres propis insecticides ecològics a casa. Ens meravellarem descobrint el procés de cada planta, com són les seves flors i la necessitat d'atraure insectes pol·linitzadors als nostres horts. També que hi ha hortalisses que no es poden cultivar una al costat de l'altre perquè són incompatibles mentre que d'altres s'ajudaran a protegir-se contra les plagues.

Però reprenent el fil inicial, el més important és que aquest camí que iniciem amb l'hort ens portarà a descobrir el ritme de la natura, retrobant-la. I la recerca d'informació ens durà inevitablement a llegir sobre l'abús d'adobs i de fitosanitaris d'origen químic, de grans corporacions per a les que els aliments no són més que el producte que venen, i del valor de la tasca que fan tots aquells que lluiten per conservar el nostre patrimoni hortícola.

Començar un hort t'obre els ulls a aquestes i moltes altres coses, i cap pagès hauria de patir pels que cultivem a casa. Al contrari. L'empatia que sentim cap a la seva feina es fa palesa en el moment d'anar a comprar perquè hem après a valorar el seu esforç i la qualitat del seu producte més enllà de l'aspecte perfecte de les hortalisses dels canals de gran distribució.

I aquesta empatia es trasllada cap a la resta de productes amb segell ecològic. Perquè un hort és també la manera d'aprendre a valorar allò que mengem. ■

Montse Mulé, *Modista Eco- Animalista,* montse@centipedefilms.com

ROBA, CALÇAT I COMPLEMENTS

Teixits orgànics i tints naturals

La nostra acció de compra es una de les formes de canviar el món. Quan ens decidim per un tipus de producte, per una marca, estem incidint en la economia d'un determinat sector. Ja tenim consciència del que això significa en el terreny de l'alimentació, cerquem productes ecològics, de proximitat...

Quan ens comprem roba hauria de ser el mateix. Podem pensar que les fibres naturals com el cotó, el lli, el bambú, el cànem, son bones per la salut i per el planeta però la realitat sovint es diferent si no procedeixen de l'agricultura ecològica, que de moment encara ocupa una part petita de la producció. El lli i el cànem orgànics son molt adequats per les seves característiques de resistència, durabilitat i suavitat però transformar el bambú de una fibra rígida que és en un inici a un fil adequat per confeccionar vestits suposa un impacte medi ambiental alt. El cotó de cultiu tradicional s'emporta el primer lloc en el rànking mundial en la utilització de insecticides per el seu conreu. La contaminació per plaguicides i herbicides que genera el seu cultiu i tractament es molt elevat. I una vegada collit i filat s'acosta la terrorífica hora dels tenyits. Els tints contaminen molt el planeta però també afecten directament a través de la pell la salut dels consumidors, especialment als que tenen alta sensibilitat als colorants químics. Europa i Estats Units han començat a posar límits a la indústria contaminant dels tints però el que fan les grans companyies es traslladar els tintats a l'Índia i a la Xina on no es regula encara.

El millor segueix sent aprofitar la roba, no deixar-se portar per els capricis de la moda que ens porten a acumular-la i quan comprem alguna peça nova pensar en tot això.

> "El millor segueix sent aprofitar la roba... i quan comprem alguna peça nova pensar en tot això"

Per estar segurs de que el que comprem es orgànic existeixen societats de certificacions que controlen des del cultiu fins al final del procés. A nivell global el Global Organic Textil Standard (GOTS), a Estats Units, Organic Exchange, a Europa el Sustainable Textile Production (STEP) que substitueix l'associació Oeko-Tex. També tenim Ecoetiqueta Europea, Made in Green i Naturtextil. ■

ROBA, CALÇAT I COMPLEMETS

didal

LA BOTIGA MULTIMARCA **DE TÈXTIL-LLAR I LLENCERIA**

Pijames, camisoles, llençols, tovalloles, protectors de matalàs, amb certificació ecològica europea Ecolabel i Oeko-Tex

A RUBÍ DES DE 1975

Passeig Francesc Macià, 53. Tel. 93 697 44 87
didal@didal.cat | www.rubicomerç.cat

RECEPTA

Maria Pilar Ibern, *gastrònoma i escriptora,* lacuinadegavina@gmail.com

Mousse de maduixes amb encenalls de xocolata

INGREDIENTS (4 -6 persones):
- 600 g de maduixes
- 300 g de sucre integral de canya glasée
- 300 g de nata muntada
- 3 clares d'ou a punt de neu ferma
- Una mica de sal
- 4 culleradetes d'encenalls de xocolata

PREPARACIÓ:
Amb l'ajuda d'una batedora elèctrica, triturarem les maduixes fins a obtenir un puré molt fi. A continuació continuarem batent amb el sucre glasée. A banda muntarem les clares a punt de neu, per aconseguir una textura ferma afegirem una mica de sal. A continuació barrejarem amb molta delicadesa la nata muntada amb el puré de maduixes, i acabarem afegint amb moviments embolcallants les clares muntades.

Distribuirem en copes de còctel la mousse i la deixarem reposar per espai de dues hores a la nevera. Just abans de servir donarem el toc cruixent escampant uns encenalls de xocolata cruixent sobre la superfície.

NOTA DE L'AUTORA
La bella primavera ens regala els seus fruits vermells en abundància, gaudir d'ells pot resultar un plaer infinit dins d'una vaporosa mousse amb el contrast cruixent de la xocolata.

Pudding de mill amb albergínia amb salsa pecadora

INGREDIENTS (4 persones):
- 1 albergínia ratllada
- 1 ceba morada
- 3 ous
- 100 g de mill pelat
- 1 cullerada d'alga nori
- 1 trosset d'alga wakame
- Oli d'oliva
- Pebre blanc, nou moscada
- Crema de llet de soja o civada
- Uns créixens per decorar

Per la salsa
- 2 o 3 pebrots del piquillo rostits
- 10 cl. crema de llet de soja
- Sal d'herbes amb romaní

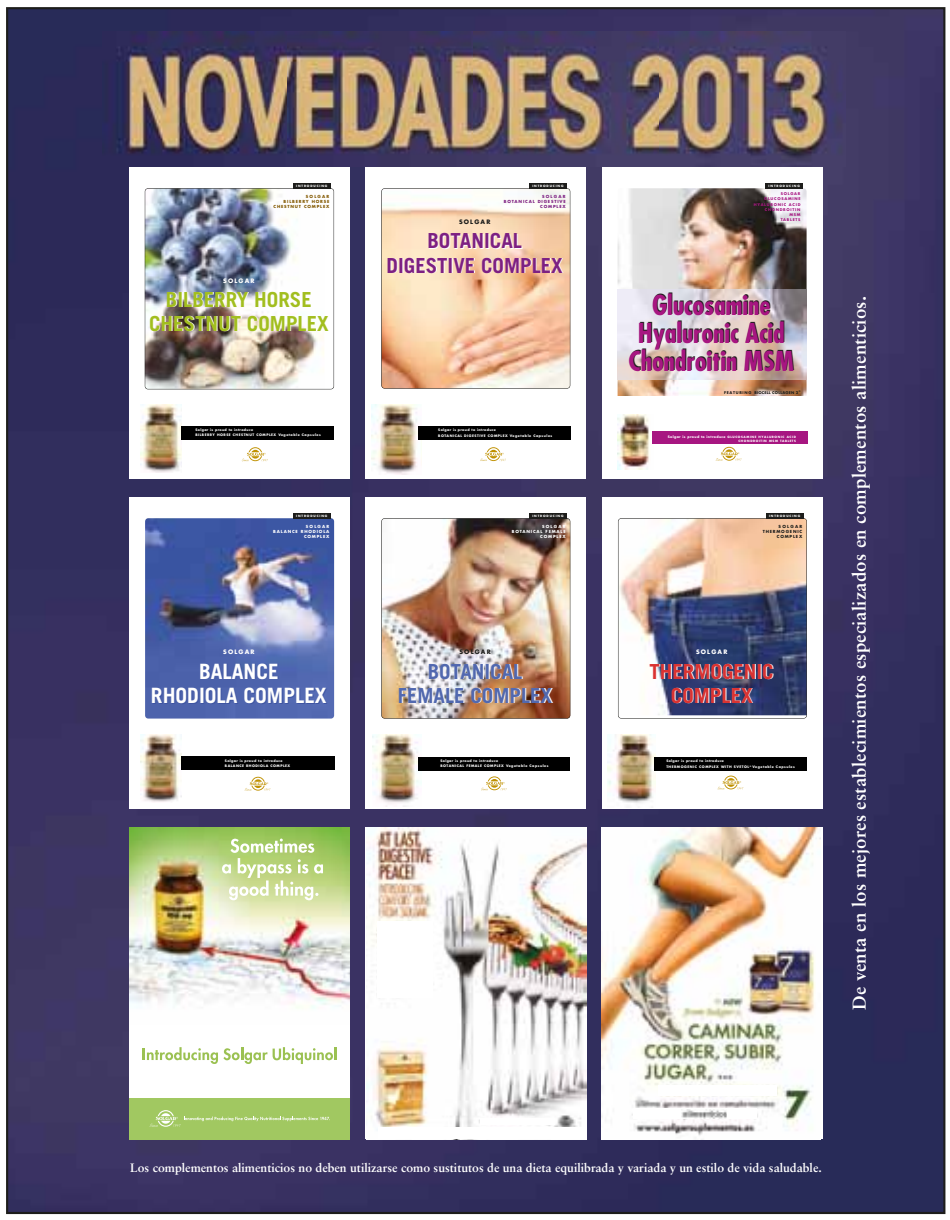
PREPARACIÓ
En una olla amb ½ litre d'aigua bullint amb una mica de sal, courem el mill uns 15 minuts fins observar que el gra ha rebentat i està cremós. En una paella de ferro fos courem la ceba en un fons lleuger d'oli i una mica de sal, taparem i just quan comenci a caramelitzar, afegirem l'albergínia prèviament tallada a daus i reposada sobre una escorredora amb sal. Courem l'albergínia amb la ceba i les algues a foc lent. Quan estiguin ben dauradetes i caramelitzada la ceba, retirarem del foc i barrejarem el resultat amb el mill cuit i escorregut. En un bol a part batrem els ous, amb la crema de llet, aromatitzats amb la sal d'herbes, el pebre i la nou moscada, una vegada estiguin ben escumosos bolcarem el resultat anterior barrejant bé perquè els ingredients es barregin homogèniament.

Finalment bolcarem la crema d'ou amb les verdures caramelitzades en un motlle tipus cake i l'introduirem al forn prèviament escalfat a 180 ºC. Afegirem sobre la safata una mica d'aigua per tal de donar un toc d'humitat a la cocció.

Un cop quallats els ous, uns 30 minuts aproximadament, retirarem el budín del forn, el desmotllarem sobre una safata rectangular i el decorarem amb uns créixens i una pinzellada de salsa pecadora al lateral.

Per a la salsa pecadora, simplement passarem els pebrots amb la sal i la crema de llet de soja en una batedora fins a aconseguir una salsa suau i cremosa.

COMPLEMENTS ALIMENTARIS



BIOECO ACTUAL
INFORMATIU MENSUAL INDEPENDENT I GRATUÏT DE CONSUM DE PRODUCCIÓ ECOLÒGICA

LA VIA MÉS DIRECTA D'ARRIBAR A MÉS DE
20.000
CONSUMIDORS

INFORMACIÓ I CONTRACTACIÓ DE PUBLICITAT:
664 32 02 51 - 93 747 43 19
bio@bioecoactual.com

Helena Escoda Casas, *Activista pels drets dels Animals,* helenaescodacasas@gmail.com

PLANETA VIU

Els pinsos per als nostres millors amics

Sovint ens costa llegir les etiquetes dels aliments que nosaltres mateixos consumim i, donat que no ho fem ni per a nosaltres mateixos, ho faríem per als nostres millors amics, atès que cada vegada és menys habitual alimentar els gossos i els gats amb menjar casolà?

La legislació vigent relativa a la indústria alimentària permet que s'utilitzin diferents additius en el processament d'aliments, tant per als destinats directament al consum humà, com per als destinats al consum d'animals. Tot i que és molt comú que en l'etiquetatge de composició dels aliments envasats hi trobem mencionats diferents tipus d'additius, aquests no solen tenir cap valor nutritiu rellevant, però són elements que juguen un paper molt important en la indústria alimentària, ja que permeten abaratir els costos de producció i proporcionar certes característiques als aliments, com millorar-ne l'aparença, incrementar la palatabilitat i augmentar considerablement el seu temps de conservació. Els additius poden ser d'origen natural i ser identificables per al consumidor no expert (sucre, sal, fructosa...) o bé ser fruit de composicions químiques o processaments sintètics. Els químics més comuns solen ser els conservants i/o antioxidants, els quals tenen la finalitat de preservar l'aliment dels microorganismes patògens per prolongar-ne considerablement la vida útil. Els altres additius més utilitzats són els colorants, els saboritzants i els emulgents. Els colorants només s'afegeixen amb la finalitat de millorar l'aparença de l'aliment, atès que moltes persones identifiquen el gust amb el color, encara que per als nostres animals el color sigui del tot irrellevant.

En relació a la qualitat del pinso, cal descartar aquells que continguin sucre, fructosa, lactosa o excés de sal

Si bé és cert que alguns additius són considerats innocus, també existeix un ús massiu de determinats additius autoritzats, però que no es troben exempts de controvèrsies científiques en relació a les seves possibles conseqüències negatives sobre la salut i, com que la legislació és permissiva en l'alimentació destinada al consum humà, lògicament encara ho és molt més en relació als pinsos destinats als animals.

Ens molts casos no resulta fàcil llegir les etiquetes dels pinsos que comprem ja que aquestes no són prou clares en l'especificació de la composició. En moltes ocasions només s'especifica, per posar un exemple, "subproductes animals", la qual cosa, en molts casos, és equivalent a residus propis de la indústria càrnia, com óssos, tendons, budells o altres desfets considerats no aptes per al consum humà.

Tots aquests subproductes per a ser transformats en pinsos són sotmesos al mètode conegut com extrusió. L'extrusió, mètode a través del qual es solen elaborar els pinsos industrials, és un procés que consisteix en mesclar tots els ingredients de la formulació del pinso i fer-los coure molt ràpidament. Aquesta mescla es fa en un extrusor (un tipus d'olla a pressió industrial específica). Aquest procés provoca una ràpida expansió de les partícules. Un cop finalitzada l'extrusió es procedeix a la deshidratació, en la qual se sol ruixar l'exterior del producte amb un revestiment de greix o un altre saboritzant potenciador de la palatabilitat. Lògicament, a través del mètode d'extrusió alguns nutrients desapareixen a causa de les altes temperatures a les quals són sotmesos (fins a 150 ºC). El resultat de l'extrusió és un aliment sec que permet una conservació llarga.

La presència de colorants també és molt abundant, sobretot, en els pinsos per a gats, un exemple serien les típiques croquetes variades de tres colors ben remarcats. La presència de colorants pot ser la causa de problemes d'obstrucció d'orina i/o de vòmits consecutius. En molts casos els tipus de colorants no estan ni tan sols especificats. Un altre ingredient que molts pinsos per a gats contenen és lactosa procedent de la llet de vaca. Els gats adults són intolerants a la lactosa. Per tant, no és aconsellable en absolut.

Malauradament, els pinsos per a gossos i gats també són molt vulnerables d'incorporar productes de cultius transgènics, ja que és habitual que s'utilitzi soja i panís (ambdós cultius comptem amb equivalents transgènics autoritzats). La normativa vigent estableix que els transgènics s'han de declarar si superen el 0,9% del contingut total de la formulació. Ens alguns pinsos per a gos la quantitat de soja transgènica és d'un 19%, fins a vint vegades més del que s'autoritza si no s'informa de la presència de transgènics a l'etiquetatge.

Un pinso per a poder ser considerat ecològic ha de complir requisits com no contenir transgènics, estar elaborat amb ingredients procedents de cultius ecològics, no contenir colorants, els quals són del tot innecessaris i fins i tot nocius i no contenir antioxidants o conservants sintètics. En relació a la qualitat del pinso, cal descartar aquells que continguin sucre, fructosa, lactosa o excés de sal.

Saber triar un bon pinso serà molt beneficiós per als nostres millors amics, tenint present que allò que segur que no serà bo per nosaltres mateixos, tampoc ho serà per a ells. La qualitat del pinso es traduirà en una millora del pel, de la dentadura, de les digestions i, en definitiva, de la seva salut i qualitat de vida. ■

ALIMENTACIÓ

L'OPINIÓ DE L'ESPECIALISTA

Receptes de Cosmètica Natural

Oli reparador del cabell

Ingredients per a uns 40 ml

2 cullerades d'oli de jojoba verge
2 cullerades d'oli d'Abissínia
4 cullerades d'oli de sèsam
5 gotes d'oli essencial de lavanda
5 gotes d'oli essencial de romaní
5 gotes d'oli essencial d'encens
5 gotes d'oli essencial de ylang-ylang

(Olis La Redoma)

Barrejar tots els ingredients en un pot de vidre ambre.

Aplicar en el cabell, especialment en les puntes. Deixar reposar, cobrint el cap amb una gorra de plàstic i una tovallola sobre aquest. Esperar 30 minuts abans de rentarse el cap.

NOTA: per obtenir millors resultats, podem escalfar lleugerament l'oli al bany maria abans d 'aplicar.

Llet netejadora per pell seca

Ingredients per uns 75 ml:

15 ml de beguda d'ametlles
25 ml d'hidrolat de roses
1/2 culleradeta (de moca) amb mel de taronger o similar
1 gota d'oli essencial de ylang-ylang

Barrejar la beguda d'ametlles amb el hidrolat. Afegir l'oli essencial a la mel. Ajuntar les dues barreges, agitant bé. Es conserva fins a 10 dies en lloc fresc.

És excel·lent per netejar la pell seca, tant per retirar el maquillatge com les restes de pol·lució.

Beatriz Lavado, *biòloga–naturòpata*,
www.laredomacreativa.com
redomacreativa@gmail.com

ALIMENTACIÓ

ALIMENTACIÓ

Marta Gandarillas, *Periodista,* martagandarillas@hotmail.com

PLANETA VIU

L'agricultura biodinàmica: la pionera de l'agricultura ecològica

Més enllà de la utilització de mètodes naturals i sostenibles en els cultius, l'agricultura biodinàmica intenta recuperar el que ja es feia en temps ancestrals i que té a veure amb aquest vincle intuïtiu i consubstancial de l'Home amb la Natura.

Les granges biodinàmiques integren l'agricultura, la ramaderia i la gestió dels seus propis residus i energia. Les més grans i pioneres en aquesta tècnica, com les de Bauckhof, a Alemanya, són, avui dia, fundacions que integren, a més, escoles, tallers i elaboren els seus propis productes: són autosostenibles i viuen del que els dóna la terra.

Al 1924, el filòsof austríac Rudolf Steiner, va donar una sèrie de conferències a un grup d'agricultors que estaven preocupats per la degeneració de la fertilitat de la terra i la qualitat nutritiva dels aliments. Es podria dir que van ser els precursors de l'agricultura ecològica.

El seu llibre "Curs sobre agricultura biològica-dinàmica", posa les bases d'aquesta forma de producció, que a més del respecte al medi ambient i a la diversitat biològica, afegeix un component filosòfic-espiritual que Steiner va denominar l'Antroposofia.

La finca biodinàmica es concep com un organisme autònom i sostenible, amb individualitat pròpia i en la qual l'home, els animals, les plantes i les forces naturals del cosmos viuen connectats i són interdependents els uns dels altres.

La terra s'ha de mantenir fèrtil utilitzant mitjans naturals com les rotacions de cultius ben dissenyades, fertilitzants a base de compost fet amb barreges de fems de la granja o control mecànic de males herbes i de malalties. Per això s'empren tisanes a base de plantes com dent de lleó, camamilla, valeriana o cua de cavall així com diferents minerals.

Se sol llaurar amb animals de tir i se segueixen els cicles lunars per a la plantació i la poda: les llunes ascendents es consideren moments de màxima obertura de la terra.

Part clau de l'agricultura biodinàmica són els nou preparats descrits per Steiner per ajudar a la fertilització i optimització de les collites. Els mètodes per elaborar-los es coneixen com dinamització i s'elaboren de forma semblant a la de l'homeopatia. Els productes d'agricultura biodinàmica estan certificats amb el seu propi segell de qualitat anomenat Deméter que, a més de la seva detallada normativa de producció i elaboració, garanteix que es compleix la normativa orgànica europea.

La finca biodinàmica es concep com un organisme autònom i sostenible

El segell està gestionat per l'Associació Deméter Internacional, fundada el 1997 a Alemanya. Representa més de 4.700 productors dels cinc continents i és l'única associació ecològica que ha constituït una xarxa internacional d'Organismes Independents de Certificació. Les seves normes són revisades anualment.

Segons Marisol Garrido, coordinadora del Instituto para la formación en agricultura biodinàmica i membre de la Oficina de certificación Demeter a Espanya, actualment el 65% dels productes Deméter es consumeixen a Alemanya.

Per a més informació sobre l'agricultura biodinàmica:
www.biodinamica.es
www.demeter.es
www.formacionbiodinamica.com ■

ALIMENTACIÓ

Monsoy et cuida per dins i per fora

monsoy

Per això hem preparat un regal molt especial per tu, per tal que puguis gaudir de totes les atencions que necessites: una nit en un hotel de 4 estrelles per a 2 persones en règim de mitja pensió + entrada a l'spa.

I aconseguir-ho és molt fàcil...

Només has de fer-te seguidor de la nostra pàgina de facebook (http://www.facebook.com/bebidasmonsoy) i respondre a un simple qüestionari.

Immediatament entraràs al sorteig del premi.

No et quedis fora i participa-hi!

Per a més informació, veure les bases a:
http://www.facebook.com/bebidasmonsoy

Ctra. de Vic Km 1,23 - 17406 VILADRAU (Girona) - Tel.: +34 93 884 80 69 - Fax: +34 93 884 93 92 - www.liquats.com LIQUATS VEGETALS

SABER-NE +

Enric Urrutia *director*

Bodevici, gelats i iogurts ecològics, "de veritat"

La primera franquícia d'Espanya que ofereix gelats i iogurts + toppings amb certificat ecològic (CCPAE)

RETALLEU AQUEST CUPÓ
I PODREU GAUDIR
DE 2 GELATS ECOLÒGICS
A PREU D'UN!

bodevici
plaers ecològics

Bodevici, gelats i iogurts ecològics, neix fa dos anys per l'impuls de l'emprenedor Jordi Rivera, enginyer industrial amb experiència en energies renovables, amant dels gelats, els iogurts, la salut i l'honestedat. Caram! pensareu, això sona estrany..., doncs no; penseu que molts dels gelats i iogurts no ecològics del mercat són poc saludables i contenen ingredients trampa. L'ecologia no admet trampes i els productes "Eco" et condueixen per obligació cap al producte saludable i respectuós amb la natura i el medi ambient i Jordi Rivera i el seu equip ho saben...

Premi "millor Botiga bio" a BioCultura 2012, Premi Emprendeverde 2012 (Ministeri d'Agricultura Alimentació i Medi Ambient).

Amb tota aquesta càrrega d'il·lusió i experiència Jordi Rivera ens explica l'abecé del món del gelat i del iogurt ecològic.

BioEco Actual
Com podem saber que un gelat o un iogurt és ecològic "de veritat"?

Bodevici
La garantia és el certificat ecològic del producte i/o de la botiga (Bodevici ha estat la primera gelateria i iogurteria en obtenir-lo a Espanya).

En el cas dels gelats, veure a la vitrina colors honestos (no radioactius) i poques "muntanyetes", tastar gustos autèntics i naturals, que s'et posin bé i no et donin aquella set desprès de menjar-los, són els símptomes dels gelats i iogurts ecològics de Bodevici.

BioEco Actual
Els elaboreu vosaltres els gelats i els iogurts?

Bodevici
Si, i en fem per a tots els gustos: amb llet fresca de vaca, de cabra o sense llet. Tenim una vintena de gelats i sorbets, iogurts gelats de vaca o cabra amb toppings (també ecològics), orxata fresca amb sucre de canya o sense (amb estèvia)... i també elaborem productes sense gluten, sucre o llet perquè tothom en pugui gaudir.

BioEco Actual
I després de menjar-me un gelat o un iogurt, què faig amb l'envàs?

Bodevici
Tots els nostres envasos són biodegradables, es poden llençar al contenidor marró! Evitem els plàstics i altres envasos poc respectuosos amb la natura. El clor està prohibit per envasar en ecològic, per exemple. L'objectiu és apropar els aliments ecològics al gran públic, gaudir-los, fer salut... al mateix temps que respectem el nostre entorn.

BioEco Actual
A mi m'apassionen els gelats i vull muntar una gelateria ecològica, què he de fer?

Bodevici
Informar-te bé de tot i conèixer la ciutat o zona on t'agradaria muntar-la, com més a prop de casa teva millor! Si el que vols és diferenciar-te i oferir un producte deliciós i saludable als teus clients, vine a tastar-nos (a Gràcia o Mataró) i si t'emociones, llavors pots ser l'Emprenedor/a ideal per a muntar el teu propi Bodevici, nosaltres et podem ajudar!

Escriu a info@bodevici.es explicant On, Quan i Perquè, i en Jordi et contestarà Com!
Gràcies i salut!

BODEVICI

Barcelona:
c/ Torrijos, 21 (amb Terol)
c/ Astúries, 2 (L3 Fontana)

Mataró:
c/ Sant Cristòfor, 12
Restaurant Lasal del Varador, Pg. Marítim 190
info@bodevici.es | www.bodevici.cat

Lluís Reales, *periodista i professor de la UAB,* lluis@lluisreales.com

PARLEM... D'ENERGIA?

Crisàlides energètiques

En el terme grec κρίσις trobem l'arrel de paraules com crisi, criteri, crisàlide… Totes elles fan referència a processos de canvi, d'evolució, de selecció rigorosa i eficient del millor per l'individu, per la comunitat i per l'espècie. En les societats del balafiament, certament, el terme ha adquirit connotacions depressives. La ignorància és molt atrevida, especialment quan es creu informada.

Ara bé, es veritat que les transformacions tenen molts números per ser explosives i forfollar les zones de confort on estàvem instal·lats. Fixem-nos en l'anomenada crisi energètica, potser avui actriu secundària en la pel·lícula, tant i tant real, que protagonitzen la crisi econòmica i social que vivim.

Fa dècades que els experts ambientals ens alerten que seguim lligats al paradigma de l'energia barata i abundant. Sabem del declivi de l'energia fòssil i hem sentit parlar del concepte "pic" del petroli (*peak oil*). El model econòmic hegemònic, aquest que afirmen que tard o d'hora aconseguirà que sortim de la crisi, encara es fonamenta en els combustibles fòssils. I si posem atenció en l'ofegada Catalunya, la situació és especialment greu per la gran factura energètica que paguem i perquè, entre uns i altres, no hem sabut aprofitar el fet de ser pioners, ja fa unes dècades, en el desenvolupament de les energies renovables. No es exagerat afirmar que l'escenari energètic català es troba en una situació extrema. Diverses dades ho avalen.

L'any 2008, Catalunya pro- duïa el 0,77% dels combustibles fòssils que consumia, percentatge que el 2012 passa al 0,72%. Pel que fa la factura energètica externa catalana no para de créixer malgrat la disminució del consum dels darrers anys: ronda el 5000 euros/any per una família de quatre persones. Així mateix, el pes de la factura energètica externa sobre el PIB també augmenta (l'any passat re- presentava el 4,48%). La hipoteca energètica és creixent i resulta difícil albirar una sortida a la crisi des de les receptes neoliberals i un model de creixement basat en el combustibles fòssils. Però hi ha alternatives? En aquest camp, s'ha de disminuir el consum d'energia i millorar l'eficiència; impulsar una nova ètica social fonamentada en la cooperació; i crear un sistema d'energies renovables descentralitzat (no oblidem que el sol envia a la Terra 10.000 vegades l'energia que consumim).

No hi ha massa opcions si volem aturar la sagnant factura energètica externa. I avui mateix, què més podem fer individualment? Tenim eines com a consumidors per contribuir a la reinvenció del sistema energètic? Hi ha crisàlides energètiques a la vista? La bona notícia és que sí.

El mes de desembre de 2010, un grup de 150 persones vinculades a la Universitat de Girona van esdevenir el nucli fundador de la primera cooperativa de consumidors d'energia verda de l'Estat espanyol. Reunits a la Casa de Cultura de Girona, la van batejar amb el nom "Som Energia". L'objectiu era crear un eina per avançar cap a un model 100% renovable, eficient i democràtic. Des de 2011, comercialitzen electricitat verda certificada i la primavera de l'any passat van començar a generar electricitat des de la coberta fotovoltaica de 100KW que "Som Energia" ha construït a les terres de Lleida. Avui ja tenen vuit instal·lacions solars en marxa a diversos municipis –Lleida, Riudarenes, Manlleu, Torrefarrera i Picanya (València)– i una planta de biogàs en construcció.

Quan no fa ni 30 mesos de la seva fundació, "Som Energia" ha assolit els 7800 socis, ha executat inversions per més de 3,5 milions d'euros, supera els 6000 contractes de llum i produeix al voltant de 345.000 kilowatts/hora.

"Som Energia" és una crisàlide energètica. Un indicador de noves formes de fer en el món de l'energia. Paga la pena conèixer la iniciativa més a fons i pensar en la possibilitat de participar en iniciatives d'economia social com aquesta. www.somenergia.coop. ■

ALIMENTACIÓ

LA SELECCIÓ DEL MES - ELS IMPRESCINDIBLES

ALIMENTACIÓ / HAMBURGUESES

Boníssims filets i hamburgueses vegetals de certificació ecològica

Es pot menjar sense cuinar en entrepans o cuinat a la planxa, fregit, arrebossat, rostit. Aporta proteïnes, hidrats de carboni, grasses, olis, fibra, vitamines i minerals a la dieta.
Ingredients: Oli de gira-sol, proteïna de blat, albúmina, ceba, tapioca, farina integral de blat, soja texturitzada, salsa de soja, sal marina atlàntica, brou vegetal, all, espècies de cultiu ecològic. Certificació CAAE Aragón. Com a filosofia, **Ahimsa** fomenta l'alimentació vegetal i ecològica exempta d'animals, ja que creiem que és un dels grans factors per mantenir la sostenibilitat de la vida al planeta.

Producció i distribució:
www.ecologicosahimsa.com

ONDES / RÀDIO

"En un mundo feliz", programa de denúncia social, que dóna veu als més desfavorits de qualsevol part del món

RTVE-RNE Radio 3 "En un mundo feliz" - Dirigit i presentat per Tato Puerto. Els divendres a les 9 del vespre.
Programa de participació i col·loqui sobre solidaritat i medi ambient, un espai reservat a les informacions dels desheretats que no solen tenir cabuda en altres mitjans.
Es tracta d'un debat sobre temes tan preocupants com la pobresa, els drets humans, la lluita contra la fam, l'ecologia o les guerres i conflictes civils que succeeixen al món i no criden l'atenció dels grans mitjans de comunicació.

Àudios a la carta: www.rtve.es/alacarta/audios/en-un-mundo-feliz/

radio 3 rne

ALIMENTACIÓ / BEGUDES

Beguda de soja i cirera, 100% vegetal, ric en proteïnes vegetals, sense lactosa, reduït contingut en greixos saturats, sense gluten. Amb la garantia "faves de soja sense OGM d'origen França"

Ingredients: Beguda de soja 78% (aigua, faves de soja escrostonades 9,2% (França), cirera 10%, sucre morè de canya no refinat, midó de tapioca, aroma natural, espessidors: pectines - farina de llavors de garrofa - citrat de calci, suc concentrat de saüc, ferments actius seleccionats dels quals bífidus i acidofilus. D'agricultura biològica. Certificació ecològica.

Producció i distribució:
Triballat Noyal. www.triballat.fr
www.sojade.es

DETERGENT / SABÓ LÍQUID

Sabó líquid de Marsella Almacabio per rentat a mà o a màquina, de certificació ecològica

Detergent ideal pels rentats de roba de llit i peces de vestir d'ús habitual elaborat amb matèries primes d'origen vegetal. Efectiu sobre taques mixtes, grasses i residus orgànics. Elimina les olors i deixa una agradable fragància alhora que ajuda a prevenir la formació de cal i dipòsits protegint les parts metàl·liques de la rentadora. Lliure de níquel i metalls pesats.
Tots el productes Almacabio tenen certificació ecològica BIO C.E.Q, Icea for Lav, Icea Vegan.

Producció: www.almacabio.com
Distribució: http://www.qbio.es

AROMATERÀPIA / OLI

Excel·lent oli essencial de Niaouli molt útil en afeccions respiratòries

Composició: S'obté de les fulles joves de la planta Malaleuca viridiflora. Utilització: en ús intern, prendre 2-3 gotes, 2 o 3 vegades al dia en una cullerada de mel, en un terròs de sucre morè o en una infusió.En ús extern, col·locar unes gotes d'essència sobre un mocador i fer petites respiracions durant 1 minut, de 2 a 4 vegades al dia.

Producció i distribució: Soria Natural. www.sorianatural.es

ALIMENTACIÓ / VINS

Clos del Músic, el primer vi ecològic a Espanya certificat per Demeter - CCPAE. Agricultura ecològica biodinàmica

El Clos del Músic neix al cor de la D.O.Q. Priorat, a la finca de Mas Blanc i s'elabora amb les varietats de raïm Gamatxa, Merlot, Syrah, Mazuela, Cabernet Sauvignon.
El cultiu ecològic, l'adequada maceració i una posterior criança de 12 mesos en bota nova de roure francès i americà, el converteixen en un vi ple, equilibrat i d'una extraordinària suavitat.
Temperatura de servei 18ºC.
Grau alcohòlic 14,50%.

Productor, elaborador, embotellador:
Bodegas Pinord S.A.,
Finca Mas Blanc.
www.pinord.cat

LA SELECCIÓ DEL MES
ELS IMPRESCINDIBLES
és un espai no publicitari on els productes referenciats són seleccionats segons el criteri del consumidor.

Recomana'ns a bio@bioecoactual.com el teu producte preferit

VARIS

ecocentre
consum responsable, cultura ètica
C/ Mallorca, 330 – 08037 Barcelona –
Tel.: 93 207 57 85 Verdaguer L4/L5

ALIMENTACIÓ 100% VEGANA, VEGETARIANA, BIO. ECOPRODUCTES, ACTIVITATS CULTURALS.

segueix-nos al facebook i en les webs:
vegacentre.com shop vegan save animals
ecològicum.net PRODUCTES PER UN CONSUM RESPONSABLE

OPORTUNITAT DE TENIR LA TEVA PRÒPIA BOTIGA I GUANYS IMMEDIATS!

Inversió 45.000 € (facilitats)
Botiga molt ben situada de Dietètica i Productes Ecològics en ple rendiment totalment moblada i amb clientela fitxa des de fa 15 anys.
Es traspassa per canvi d'activitat i de residencia.

BIO-GOURMET
Contacte: Sonia: 93 200 16 59 – 608 79 89 34
www.biogourmet.net

BIOECO ACTUAL
INFORMATIU MENSUAL INDEPENDENT I GRATUÏT DE CONSUM DE PRODUCCIÓ ECOLÒGICA

Vols rebre gratis cada mes BioEco Actual a la teva botiga d'alimentació-dietètica o herboristeria?

ESCRIU A:
bio@bioecoactual.com
93 747 43 19 - 664 320 251

SANAMENT
l'espai de dietètica i ecologia

Via Augusta, 76
–08006 Barcelona–
Tel. 93 237 53 12
www.sanament.com

TRASPÀS "SANAMENT"
ESPAI DE DIETÈTICA I NUTRICIÓ ECOLÒGICA

Local de dues plantes, de 100m² cadascuna, molt ben situat: a la Via Augusta, a tocar dels FGC (Gràcia), prop del metro (Fontana) i del cinema Bosque.

A la planta baixa de la botiga s'hi ven alimentació ecològica, fruita, verdura, complement dietètic i cosmètica natural.

A l'entresòl s'hi fan tallers de loga, Tai Chi, Chi Qong, Dansa oriental, Diafreoteràpia, consulta de naturopatia, massatge terapèutic, drenatge limfàtic, etc.

Instal·lacions en bon estat.

CONTACTE: Mercè, Tel.: 93 237 53 12

CINEMA

CONASI.eu
vive la cocina natural
cocina sin tóxicos!

Gratis gastos de envío en pedidos superiores a 100 € en península y 150 € en islas
Contáctanos en 953 10 25 60 / 619 524 895 o en info@conasi.eu

25 FESTIVAL de cinema de GIRONA

AVANÇ PROGRAMACIÓ SECCIÓ CINEMA ECOLÒGIC
Setembre 2013
- **Meat The Truth "La Veritat Sobre La Carn"**. Dir.: Gertjan Zwanikken
- **La Barbacoa**. Dir.: Enric Urrutia
- **Dos Tomates, Dos Destinos**. Dir.: David Rodriguez i Aníbal Gómez

Plaça dels cinemes / Casa de Cultura / Cinemes Albéniz / Teatre Municipal

Girona, nou talent, cinema europeu els llargmetratges que vindran, gay-lesbic, documental, cinema-art, ficció digital, presentacions, debats, concerts, homenatge a Cugat

Diari de Girona

TV ANIMALISTA

Notícies, reportatges i documentals pels Drets Animals
tvanimalista.com

L'OPINIÓ DE L'ESPECIALISTA

Pilar Rabasseda, *arquitecta,* prabasseda@coac.net

Bioconstrucció: viure entre materials afins a la natura

Respectar la natura és respectar l'home. Respectar l'home és respectar la natura.
Una filosofia per al no impacte ambiental, una filosofia per a la nostra salut.

Fins al segle XIX tots els edificis havien estat construïts amb materials naturals com la pedra, la fusta, la canya o l'argila cuita.

Tots aquests materials provenien de la superfície de la terra, havent estat sempre en contacte amb l'home.

A partir del segle XX apareixen a les nostres construccions el ferro i el vidre i, ja en el segle XX, el ràpid desenvolupament de la indústria aportarà nous materials molt més elaborats, procedents de materies primes que es troben a una profunditat de la terra a la qual l'home, en el seu estat natural, no hi hauria entrat mai en contacte.

L'entrada al segle XXI ens porta a la nostra llar uns nivells de radiació desmesurats.

En tan sols 2 segles, dins de la història de la humanitat, l'home occidental s'ha allunyat de la natura de forma considerable i quasi sense ser-ne conscient. La nostra salut i la del planeta es ressenten d'aquesta llunyania.

L'habitatge que ens acull, la nostra tercera pell

Alguns autors parlen del nostre habitatge com d'una tercera pell.

Buscar materials afins a la natura, és també, doncs, una manera de cuidar la nostra salut i la del medi.

La construcció, la rehabilitació, una petita reforma, o l'interiorisme del nostre habitatge, són la oportunitat de plantejar-se tenir cura d'aquesta tercera pell. L'harmonia entre el lloc, els materials i el medi es tradueix en equilibri interior.

Materials a emprar, no tan lluny del nostre abast

- La pedra, noble e intemporal, amb una amplia gamma de colors i textures
- La fusta, càlida i de calor constant, procedent de boscos gestionats sosteniblement
- La ceràmica, amb la seva amplia varietat de formes i colors
- Teixits de llana, cotó, lli i cànem en catifes, cortines, i tota la roba que vesteix la nostra llar

Tots ells, amb una llarga tradició a la nostra terra, tenen una alta presència al mercat.

La indústria també ha tret nous productes com les pintures sense plom, que minimitzen l'impacte ambiental.

I en estat emergent, nous productes que pretenen anar més enllà, com totxos que inclouen components com el cànem o la palla, o aïllaments tèrmics a base de llana d'ovella, fibres de fusta, suro o cànem. També s'està començant a generalitzar l'ús de materials com el bambú, emprat a Àsia des de fa milers d'anys.

El ventall de materials és ampli

Envoltar-se d'uns materials afins a la natura no està tan lluny del nostre abast.

Replantejant-se on vivim i quins materials ens envolten és un deute pendent amb el nostre futur i el del planeta. ■

PARLEM DE

Mònica Cuende, *periodista mediambiental,* monicacuende@gmail.com

Banc i finançament ètic: l'alternativa a la banca tradicional

Banc bo o banc dolent! És aquesta la qüestió? Enguany, la qüestió passa per preguntar-nos perquè necessitem als bancs i si la seva ètica és la nostra. Quatre són les entitats de banca i finançament ètic que operen a Catalunya: Coop 57, Fiare, Oikocrèdit i Triodos Bank. En vols saber més?

Una part de la ciutadania comença a preguntar-se si el seu banc és aigua clara. Per què? Doncs, possiblement, perquè els ciutadans desconfien de dipositar els seus diners guanyats amb esforç, a entitats bancàries que els posen en risc invertint-los en borsa. O bé, aquests, són accionistes de centrals nuclears o d'empreses que fabriquen armament militar, o perquè la banca convencional no vol eliminar la dació en pagament dels afectats per l'hipoteca i continua espoliant el patrimoni privat i cobrant un deute legítim. D'altres estan indignats, doncs, desprès d'anys de sucosos beneficis, la banca convencional demana a l'estat ser rescatada amb diners públics que encara no han estat retornats.

A l'actualitat la banca ètica a Espanya compte ja amb 1.000.000 usuaris, a més a més, ha augmentat el fons d'estalvi i el número de companyies de préstecs s'ha duplicat, segons declaracions de Xavier Teis, representant de l'entitat Finançament Ètic i Solidari Fets, en el marc de la presentació de la XIV Festa del Comerç Just i Banca Ètica.

Els pilars del banc ètic

La banca ètica segueix una filosofia "integral" i ètica, que s'aplica des de l'origen del seu capital, patrimoni, etc. fins a la gestió de les obligacions que contreu. I persegueix una transformació social que, per tant, en la feina de casa de captació de capital, inversió i préstec de diners combina finalitats ètiques i financeres. I tenen un doble objectiu:

- ser rendible i obtenir excedents econòmics que li permetin realitzar una contínua inversió i reinversió social, i finançar activitats econòmiques que comportin un impacte social positiu.
- recolzar empreses i projectes socials, ecològics, culturals i humanitaris, així com proporcionar crèdits a les persones més pobres i excloses socialment. Tot això, operant amb les mateixes garanties i reunint els mateixos requisits exigits pel Banc d'Espanya a la resta de les entitats financeres.

Quines banques i entitats de finançament són ètiques a Catalunya?

Si cerqueu entitats bancàries ètiques tant a mecambio.net, plataforma ciutadana que ens descobreix les noves formes de relació, producció i consum, com a fets.org, promotors de un sistema financer ètic i solidari, disposeu d'un cercador per trobar les entitats que operen en aquest sector. Però us donem unes pistes sobre les entitats que operen a terres catalanes:

COOP57
És una cooperativa de serveis financers creada l'any 1996 i orientada a promoure la intercooperació i a satisfer les necessitats financeres de l'economia solidària.
www.coop57.coop

FIARE
Entitat financera creada des de la societat civil que canalitza estalvi del públic cap al finançament d'iniciatives econòmiques al servei de la justícia.
www.projectefiare.cat

OIKOCRÈDIT CATALUNYA
Capta fons, mitjançant la compra d'accions d'Oikocredit Internacional, per invertir-los en aquesta cooperativa ètica d'abast mundial.
www.oikocredit.cat

TRIODOS BANK
Triodos Bank és un banc europeu independent amb més de 30 anys d'experiència. Opera a Catalunya des del 2006 i posa en pràctica una política d'inversió responsable.
www.triodos.es ■

Jordi Bigues

La Metralleta Ecològica dispara preguntes sobre alimentació i consum a Jordi Bigues, periodista, activista i ecologista que, amb els llibres *Lletra petita*, *Tot el que et pots estalviar per tenir una bona vida* i el programa de televisió *Lletra Petita*, del que n'ha estat assessor, ens ajuda a que el nostre dia a dia sigui el més respectuós possible amb el planeta que trepitgem i amb nosaltres mateixos.

Bio Eco Actual
Creus que la societat de l'anomenat primer món sap el que menja i li importa?

Jordi Bigues
Crec que sí. Caldria preguntar-se què és la societat i com els mitjans de comunicació prediquen la conformitat i la idoneïtat del pinso que s'administra: la resignació diària amanida de la publicitat. És curiós que totes les religions tenen principis ètics respecte què es pot menjar i què no i en canvi molta gent creu que el menjar està al marge dels criteris ètics. De tant en tant, i cada vegada més sovint, es produeix un escàndol alimentari. Es demostra que els mecanismes de control de la indústria no funcionen però tenen la barra de dir que estaven alerta. Quan la gent sent *no hi ha cap perill…* mau! I deixa de comprar temporalment pollastre, com ara mateix.

Bio Eco Actual
Quin valor té una llavor sense manipular en la societat actual?

Jordi Bigues
La llavor, més que un patrimoni… és un matrimoni de la humanitat, la unió legítima de la humanitat amb la mare Terra. La llavor és i ha estat sempre el gran capital i una de les màquines naturals més fascinants. La seva protecció de qualsevol alteració ha estat una constant en la humanitat que a hores d'ara s'ha esquerdat pel monopoli i per la contaminació tecnogenètica dels bressols d'origen de les diferents plantes alimentàries per la nostra espècie.

Bio Eco Actual
Què li pots explicar al ciutadà que descobreix que la majoria de fruita i verdura que trobem al mercat ha estat testada en animals abans d'anar al consum domèstic.

Jordi Bigues
Abans d'arribar a taula, la fruita ha viscut en un infern químic: els biocides. Algunes ni tan sols han vist el Sol. No sabem ni quins productes l'han tractat ni si tan sols en queden residus. És un *Top secret!* Tot el contrari a la transparència. ¿Ens hem de refiar dels controls d'una administració tancada, desacreditada i agenollada per la indústria?

Els funcionaris s'haurien de revelar i negar-se a ocultar el que veuen i troben!

Bio Eco Actual
Les vaques de raça Holstein (de taques negres i blanques) viuen uns 17 anys en estat natural i de 3 a 4 anys quan són explotades per obtenir uns 45 litres de llet diaris, aquest és el futur a seguir per alimentar-nos, explotar tot ser d'altra espècie per al nostre profit?

Jordi Bigues
No deixen que les vaques creixin i així no desenvolupin malalties com la de les vaques embogides. De tant en tant detecten vaques que han desenvolupat la malaltia, però encara no hi ha cap prova analítica que detecti la presència dels prions maleïts. Una cosa és ser portador i l'altre desenvolupar la malaltia. Com aquesta es desenvolupa en vaques adultes preferentment... les matem abans. La precaució de no menjar el moll dels óssos, les vísceres o la mèdula no té cap sentit. Una cosa és la presència dels prions i l'altre on es desenvolupa la malaltia, l'encefalopatia espongiforme bovina (EEB). La nostra espècie tan sols pren dos secrecions animals: la mel i les diferents llets animals, en especial la de vaca.

Pobres vaques! No se si us heu fixat que a les ampolles de llet no posa que és llet de vaca i que els camions que distribueixen la llet han eliminat les vaques dels paisatges de muntanyes dels seus laterals.

Bio Eco Actual
Reduint el consum de carn, reduiríem els gasos d'efecte hivernacle?

Jordi Bigues
Sí, és així. S'havia desconsiderat l'impacte climàtic del model ramader industrial. No és tan sols els gasos gàstrics de les vaques. És el trànsit internacional del pinso, el model alimentari i, fins i tot, l'empobriment dels sòls.

Bio Eco Actual
Màrqueting, ètica i consum responsable, poden anar units fins al consumidor final?

Jordi Bigues
Un màrqueting ecològic pretén incloure l'ètica i la transparència en l'obtenció d'aliments. Hi ha la pagesia i els seus drets. La proximitat, la temporalitat i la producció ecològica són els tres criteris als que podem afegir més, complementàriament, és clar.

Bio Eco Actual
La reeducació social en matèria de consum en general, per part dels estaments governamentals, és pràcticament nul·la, perquè?

Jordi Bigues
Hi ha una deixadesa de responsabilitat. Un dels primers objectius va ser controlar amb subvencions a les associacions de consumidors. Per cada euro que rebien, les associacions ecologistes rebien un cèntim. Estava clar qui eren els que defensaven els béns comuns i la gran distància entre uns i d'altres. En tot cas, gràcies a la Unió Europea, les lleis s'han anat actualitzant, però no s'ha assolit ni transparència ni sistemes de regulació concertada (on tothom tingui veu) a excepció de l'agricultura ecològica certificada i la certificació energètica i l'ecolabel. Pensa que de ben petits ens expliquen que res no pot canviar, que la nostra veu no té pes. Els fets ho desmenteixen, però. ■

L'ENTREVISTA

Marta Gandarillas, *periodista,* martagandarillas@hotmail.com **Enric Urrutia,** *director*

Manuel Valls, fundador de l'empresa familiar Cal Valls d'aliments ecològics i naturals.

Manuel Valls, Vilanova de Bellpuig (Lleida) 1945, persona avançada al seu temps i visionari, model a seguir per les noves generacions, que ha sabut conjugar la ideologia naturista amb el desenvolupament empresarial de producció i elaboració de sucs i conserves vegetals de cultiu ecològic i d'agricultura biodinàmica "demeter". Sembla senzill però res ha estat fàcil.
A partir del 1978 Manuel Valls va apostar per aquesta ideologia empresarial i al crear-se el registre, a l'àmbit espanyol, de finques en les que es practicava l'agricultura ecològica, li fou concedit el número 1.
El seus fills segueixen els seu camí. En Dani Valls es avui el president del Consell Català de la Producció Agrària Ecològica, (CCPAE).

Des de que la seva empresa va aconseguir la primera certificació ecològica a Espanya fins avui ha canviat bastant el panorama en aquest sector. Quin considera que és el canvi més important i com veu el futur a curt termini en el nostre país?

El canvi més important és el reconeixement per part de l'administració del sector i passar de ser uns estranys a ser respectats. Els primers anys són els més problemàtics: per exemple, una vegada vaig anar a la Universitat de Lleida a consultar un problema agrari i quan li vaig dir al professor que feia agricultura ecològica em va despatxar de manera molt poc correcta. Ara això ja no passa.

Per opinar sobre el futur, permeteu-me que recordi breument el passat: provinc d'una família molt humil, vaig néixer al poble i sempre hi he viscut. Als 12 anys el meu pare (que no era pagès) m'ensenyà a llaurar amb l'euga, calia ajudar a casa. A la nit anava a l'escola a fer repàs i a les classes el tema principal era els arbres fruiters, cultiu que es començava a implantar a la província de Lleida i a mi em delectava. Amb 15 anys, el pare em va deixar plantar 1 jornal (0.5Ha) de terra de pomeres sota la meva responsabilitat i vam manllevar els diners que valien els 300 arbres a un prestamista, cosa normal en aquells temps.

Les transnacionals de pesticides, que són les mateixes que hi ha actualment, es valien de la ignorància dels pagesos per convence'ls mitjançant tríptics, visites, xerrades, etc. per fer-los gastar més i més productes. Era el temps dels clorats com el DDT, de la nicotina com a insecticida, dels fosforats, com el *paration*, *diazinon* i un llarg etcètera. Tots ells autoritzats i recomanats i després, desautoritzats i prohibits. Les intoxicacions i al·lèrgies dels pagesos, degudes a la poca informació que rebíem, eren molt nombroses. No es donava importància als terminis de seguretat. Sortiren plagues noves (com ara) degudes a la nul·la col·lectivitat dels insecticides, com l'aranya roja, que va fer estralls.

Va néixer en aquell temps el "Servicio de extención agraria", organisme pagat pels nord-americans a canvi de les bases militars existents a l'Estat espanyol en època franquista. Va ser molt positiu per conscienciar als pagesos sobre la manipulació dels productes.

No vull fer-me pesat, però amb l'experiència és quan pots valorar més el present i el futur. Veig molt perillosa la manipulació genètica, a més de la dependència que suposa l'exclusivitat de les llavors, no sabem les conseqüències que pot tenir, és una tècnica antinatural. Espero que es posi aviat fre a l'ús incontrolat dels herbicides, molts dels quals ja s'han prohibit. També és molt important que es controli l'aplicació desmesurada dels nítrics causants de les contaminacions dels aqüífers.

«Hem de deixar el món més net del que l'hem trobat»

S'ha de produir, ja que cada vegada som més, però produir amb qualitat. Hem de deixar el món més net del que l'hem trobat. L'agricultura ecològica és la menys contaminant i la bio dinàmica encara afina més. És clar, que, a poc a poc, però anem cap aquí i que des de que era petit les coses han canviat molt, per tant, veig el futur amb molt optimisme.

Que diferència bàsicament l'agricultura biodinàmica de l'agricultura ecològica convencional?

Manuel Valls

L'agricultura ecològica es basa en la ciència, la intel·ligència i els cinc sentits, l'agricultura bio dinàmica va molt més enllà.

Crec que l'agricultura impulsada per Rudolf Steiner és la que contempla més factors que incideixen en la fertilitat i energia de la terra, així com directament a la planta. Té en compte les molt importants influències dels astres, les constel·lacions, la lluna, etc. Prens consciència que en el món vegetal no sols influeixen els nostres sentits físics si no que és un reflex del pla espiritual i així ho hem d'entendre.

El món animal és el pla immediat inferior a l'home pel que podem considerar-los com els nostres germans petits dins la natura, per tant, el nostre tracte ha de ser com a tal. El que expresso és, tant sols, unes pinzellades d'aquest tipus de cultiu.

De cara al consumidor, quines qualitats diferenciadores garanteix la certificació Demeter respecte a les d'un producte ecològic normal?

En resultats de laboratori convencional on es valoren els residus fitosanitaris, nutricionals, gustatius, etc. no hi ha d'haver diferencials significatius, però en els laboratoris on es realitzen proves de cristal·lització sensible sí que hi pot haver diferències notables.

Per aconseguir la certificació Demeter en els seus productes, va haver de fer molts canvis a la seva finca? Quin ha estat el més important?

Ens aquells anys, el certificat sols s'expedia directament a Alemanya i això em va suposar tres anys de tràmits. També perquè demanaven conèixer personalment el futur col·laborador. En els viatges a Alemanya i el tracte amb els productors i dirigents de la certificadora, sols em vaig endur uns molts bons records, inoblidables records.

A la pràctica, el canvi més important que cal fer és l'aplicació dels preparats biodinàmics, indispensable per aconseguir l'aval.

Quins són els principals obstacles amb que es troben els agricultors biodinàmics a Espanya?

Si l'agricultor s'identifica amb l'esperit antroposòfic en el que es basa aquesta agricultura no hi ha d'haver cap obstacle.

On es pot formar un agricultor que vulgui aprendre agricultura biodinàmica?

A part dels cursos que es fan periòdicament en diferents zones de la Península tenim centenars de publicacions sobre el tema que ho expliquen amb molta profunditat. Qualsevol es pot dirigir a l'*Asociación de Agricultura Biodinámica de España* . (www.asoc-biodinamica.es).

Estan inclosos els agricultors biodinàmics en el registre oficial d'operadors d'agricultura ecològica?

Si, és obligatori.

Quin país del món està al capdavant en producció d'agricultura biodinàmica?

Sens dubte, el volum de producció més important és a Alemanya, encara que hi hagi certificadores en molts països dels cinc continents. ■