

## **I Jornada Alimentación, salud y economía**

En el contexto actual de crisis económica y de aumento de enfermedades crónicas relacionadas con la alimentación, es muy importante saber que comer saludable no es caro y además es un placer. Invertir en salud, comer bien, no significa gastar más, todo depende de nuestros valores y criterios a la hora de comprar. Qué debemos saber? El coste del carro de la compra según el modelo de alimentación mediterráneo, como escoger con criterio de salud, la evolución del consumo de alimentos básicos, la importancia de los alimentos de temporada, de producción local, y de un estilo de vida coherente y consciente, el coste global de la producción de alimentos y el impacto medioambiental que representa.

### **Programa**

16:00-16:15h **Introducción a la jornada**

**Laura Arranz**, doctora en Farmacia especialista en nutrición

16:15-16:55h **Nutrición y salud: aspectos clave per “invertir” en salud y gastar menos**

**Carme Pardos**, dietista-nutricionista de Gana Nutrición

17:00-17:40h **La cultura del pan, el nuestro alimento básico**

**Francesc Altarriba**, director Taller Gastronómico del Pan

17:40-18:00h Descanso

18:00-19:30h **Mesa redonda: Productos locales, de temporada y compra directa a los productores, opciones de criterio económico?**

**Cèlia Izquierdo**, responsable del Domus Sent Soví, Centro Gastronómico de Hostalric.

**Jordi Gómez**, presidente de Slow Food Cataluña Central.

**Jordi Llauradó**, director gerente de La Tavella

19:30-20:00h **Coloquio y clausura**

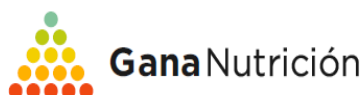
**Fecha:** miércoles 16 de octubre de 2013

**Horario:** de 16h a 20h

Contacto:

Carmen Maldonado/Laura Arranz ([info@gananutricion.es](mailto:info@gananutricion.es) // <http://www.gananutricion.es/>)

Judith Crespiera ([info@cresca.upc.edu](mailto:info@cresca.upc.edu)) // [www.cresca.upc.edu](http://www.cresca.upc.edu)



**Lugar:** Edificio Vapor Universitario de Terrassa – C/ Colom, 114 (Terrassa)

**Público:** general

**Metodología:** Dos sesiones de 30 minutos con 10 minutos de preguntas, y una mesa redonda de 1.30h (3 intervenciones de 30 minutos) con 30 minutos de coloquio.

**Ponentes:** Slow Food Cataluña Central, Domus Sent Soví-Asociación de productores locales de La Selva, Taller Gastronómico del Pan-Hacerpanencasa, Gana Nutrición.

**Precio inscripción:** 30 €

**ORGANIZADO POR :**

CRESKA-UPC y GANA Nutrición



**COLABORA:**



Contacto:

Carmen Maldonado/Laura Arranz ([info@gananutricion.es](mailto:info@gananutricion.es)) // <http://www.gananutricion.es/>

Judith Crespiera ([info@cresca.upc.edu](mailto:info@cresca.upc.edu)) // [www.cresca.upc.edu](http://www.cresca.upc.edu)