

ecoviure

CAP A UN MÓN SOSTENIBLE I SOLIDARI



19 i 20 D'OCTUBRE 2019
PALAU FIRAL DE MANRESA

ENTRADA LLIURE



Totes les actualitzacions a:
[HTTP://WWW.FIRAMANRESA.CAT/ECOVIURE](http://www.firamanresa.cat/ecoviure)

Vine amb cabàs i
emporta't la teva compra!



Horaris d'obertura: **Dissabte 19:** de 10:00 a 20:00
Diumenge 20: de 10:00 a 20:00

Informació **Fira de Manresa:** Tel. 93 877 63 13
fira@firamanresa.com
www.firamanresa.com
www.ecoviure.cat

Informació **ciutat Manresa:** Tel. 93 878 23 01 (010 des de Manresa)
www.ajmanresa.cat
oiac@ajmanresa.cat

Inscripció activitats: <http://www.firamanresa.cat/ecoviure>
o bé 93 877 63 13

Per accedir-hi:
Servei gratuït de bus urbà (L5) d'anada i tornada que funcionarà dissabte

Bus híbrid

De pujada:

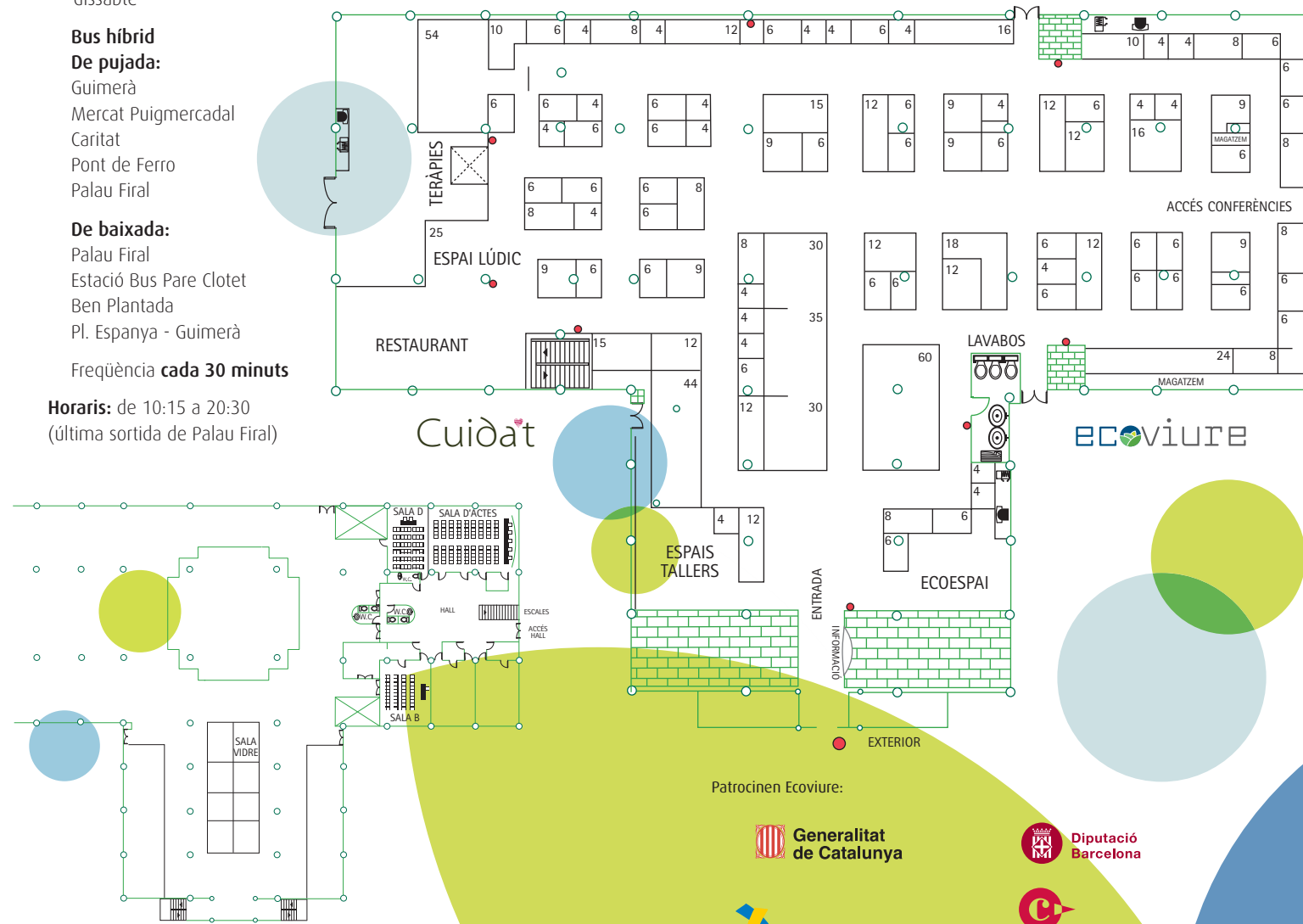
- Guimerà
- Mercat Puigmercadal
- Caritat
- Pont de Ferro
- Palau Firal

De baixada:

- Palau Firal
- Estació Bus Pare Clotet
- Ben Plantada
- Pl. Espanya - Guimerà

Freqüència **cada 30 minuts**

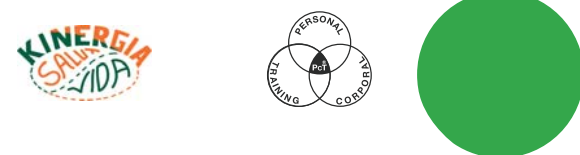
Horaris: de 10:15 a 20:30
(última sortida de Palau Firal)



Patrocinen Cuida't:



Col·laboren Cuida't:



Patrocinen Ecoviure:



Col·laboren Ecoviure:



Cuidat 2019

APOSTA PER LA SALUT NATURAL

CUINA SALUDABLE

19 i 20 d'octubre de 2019
Palau Firal de Manresa

ENTRADA LLIURE

Totes les actualitzacions a:
www.cuidat.cat
<http://www.firamanresa.com/event/fira-cuidat/>



DIVENDRES, 18 D'OCTUBRE

- 8:30-14:00 Sala d'Actes
Fòrum energia. Autoconsum fotovoltaic
Inscripció gratuïta prèvia a la web d'Ecoviure
- Durant tota La fira Exposicions**
- L'aigua és essencial per a la vida.** A través d'aquesta exposició Mans Unides vol sensibilitzar sobre la importància de la disponibilitat i l'accés a l'aigua neta i sana (aigua potable)
- Menys plàstic, més vida.** L'exposició informa sobre el problema de l'ús i abús dels plàstics i la seva presència i impacte sobre la flora i la fauna present en els ecosistemes aquàtics, i promou la reflexió i el canvi d'hàbits entre la ciutadania. Agència Catalana de l'Aigua
- Treballem per una energia sostenible.** L'exposició vol donar a conèixer les actuacions sobre estalvi i eficiència energètica que es poden dur a terme a nivell individual per a reduir les emissions de gasos d'efecte d'hivernacle i contribuir a la lluita contra el canvi climàtic. Diputació de Barcelona. **Diumenge al matí visita guiada de 30 minuts de durada a les 11h, a les 12h i a les 13h**
- Som Mobilitat.** L'exposició és una reflexió sobre la situació actual de la mobilitat, i ofereix alternatives per a una mobilitat més sostenible
- Circuit de proves de bicicletes elèctriques.** Bages on e-Bike. Exterior del Palau Firal
- A l'Espai teràpies. **Kinesiologia Emocional i Aromateràpia Energètica.** Roser Tarafa
- A l'Espai teràpies. **Sessions de reflexologia podal i tractaments facials amb espirulina i reiki.** Carme Cabanillas

DISSABTE, 19 D'OCTUBRE

- 11:00-12:00 Sala d'Actes
Conferència inaugural. **Fred, silenci i soledat.** Àlex Galán, conegut com "el viatger del gel", el seu treball se centra en mostrar el costat humà de les tribus més aïllades del planeta, recollint missatges d'alerta d'aquells que necessiten el fred per a mantenir la seva cultura ancestral i la seva forma de vida salvatge, que es veuen amenaçades pel canvi climàtic
- 11:00-12:00 Espai Treball corporal
Classe de Hatha Yoga. Encarna Sanjosé
- 11:00-14:00 Sala B
Assemblea extraordinària de L'ERA, Espai de Recursos Agroecològics
- 11:50-14:00 Sala D
Fotovoltaica per autoproducció. Nous conceptes i possibilitats. Nous conceptes i possibilitats. Organitza: Departament d'Agricultura, Ramaderia, Pesca i Alimentació i Escola Agrària de Manresa. **Inscripció gratuïta prèvia a la web d'Ecoviure o al 93 874 90 60**
- 12:00 Planta Baixa
Acte inaugural i lliurament del Premi al millor producte Ecoviure 2019
- 12:00-13:00 Sala de vidre
Rel·lotge biològic i salut. Àngel Busquets, Kinergia
- 12:30-13:30 Sala d'Actes
La importància del que fem per estimular el nostre cervell. Irene Iborra, psicòloga de l'AFABBMS
- 12:30-13:00 Ecoespai
Tast de vi ecològic. Oleguer Brunet, Vins Petxina. **Activitat gratuïta.** Places limitades. Inscripció prèvia fins el divendres 18 d'octubre a: info@vinspetxina.com

- 13:00-14:00 Ecoespai
Supermercat cooperatiu a Manresa. Judith Saus, Francesc Rota i Laura Escalé, cooperativa SuperCoop
- 13:00-14:00 Espai tallers
Taller: tast de cebes. A càrrec de Les Refardes. **Inscripció prèvia a la web d'Ecoviure.** Cost: 10 euros/participant
- 16:00-17:00 Sala B
Un hort familiar ecològic. Manel Martínez. L'ERA, Espai de Recursos Agroecològics
- 16:00-17:00 Sala D
Salut cel·lular. Maria Dolors Pons
- 17:00-18:00 Sala d'Actes
Contaminació química sintètica i la seva prevenció en el medi marítim. Víctor, Pellsana
- 17:00-18:00 Sala B
Farmàcia familiar amb olis essencials. Manel Martínez. L'ERA, Espai de Recursos Agroecològics
- 17:00-18:00 Sala de vidre
Propietats i virtuts de l'argila. Sébastien Magniny
- 17:50-20:00 Sala D
Fotovoltaica per autoproducció. Nous conceptes i possibilitats. Organitza: Departament d'Agricultura, Ramaderia, Pesca i Alimentació i Escola Agrària de Manresa. **Inscripció gratuïta prèvia a la web d'Ecoviure o al 93 874 90 60**
- 18:00-19:00 Sala d'Actes
Aliments que envelleixen i aliments que rejuveneixen. Jesús Boj
- 18:00-19:00 Sala B
La teràpia de polaritat i la recuperació de la salut. José Ramón Paxaro
- 18:00-19:00 Sala de vidre
Aromateràpia subtil i emocional. Roser Tarafa
- 18:00-19:00 Espai tallers
Mil·lorem la salut amb la Quiropràctica. David Fontova i Angelina Llobet
- 18:00-19:00 Espai Treball corporal
Classe de Hatha Yoga. Encarna Sanjosé
- 19:00-20:00 Sala B
Mort, Vida i Espiritualitat. David Barrio
- 19:00-20:00 Sala de vidre
Barris responsables, festes sostenibles. Raül Sánchez i Antoni Erro, Federació d'Associacions de Veïns de Manresa
- 19:00-20:00 Espai Treball corporal
Taller pràctic. Retrobar la Calma i potenciar la Salut. Txi-kung, conjunt d'exercicis de la medicina xinesa. Àngel Busquets, Kinergia
- 20:00-19:00 Auditori Plana de l'Om
Salvemos nuestro Mediterráneo. Manu San Félix, 2019
"Salvemos nuestro Mediterráneo", del biòleg marí i explorador de National Geographic Manu San Félix, és un viatge al voltant de la costa mediterrània espanyola amb l'objectiu d'analitzar els seus problemes i de buscar solucions per aconseguir la seva recuperació.

DIUMENGE, 20 D'OCTUBRE

- 11:00-12:00 Sala d'Actes
Com les emocions poden afectar la nostra salut. Olga Sala
- 11:00-12:00 Sala D
Les plantes en la cosmètica i la salut. Abilia Martín
- 11:00-12:00 Sala de vidre
El poder de la influència de l'herència emocional i transgeneracional. Cristina Vilaseca

- 11:00-12:00 Ecoespai
Mètodes per a la propagació de fruiters tradicionals. Marco Sangiorgio, Arboreco
- 11:00-12:00 Espai tallers
Tast de vins naturals. Oleguer Brunet, Vins Petxina. **Activitat gratuïta.** Places limitades. Inscripció prèvia fins el divendres 18 d'octubre a: info@vinspetxina.com
- 11:00-12:00 Espai Treball corporal
Classe de Hatha Yoga. Encarna Sanjosé
- 12:00-14:00 Sala B
11a trobada oberta d'agricultors, artesans i tècnics per a promoure la tracció animal en l'agricultura. Organitza: ACTA-Associació Catalana de Tracció Animal
- 12:00-13:30 Sala D
Descobreix la teva relació amb els diners. Roser Tarafa
- 12:00-13:00 Sala de vidre
La Raval. Cooperativa de COHABITATGE a Manresa. A càrrec de dues sòcies del projecte
- 12:00-13:00 Ecoespai
Allibera't del cansament. Nutrició energètica. Maria Àngels Garcia i Àngel Busquets, Kinergia
- 12:00-13:30 Espai Treball corporal
Acompanyar la sexualitat dels infants des de l'afecte i la cura. Júlia Sánchez, sociòloga i mestra
- 12:30-13:30 Sala d'Actes
Presentació de Som Mobilitat. La cooperativa sense ànim de lucre neix de la inquietud d'un grup de persones per fer la mobilitat + sostenible, i ens presenta el seu funcionament i els serveis que ofereix
- 13:00-14:00 Ecoespai
Cooperatives i energia. Cristian Ros, Azimut360
- 13:00-14:00 Espai tallers
Taller: tast de cebes. A càrrec de Les Refardes. **Inscripció prèvia a la web d'Ecoviure.** Cost: 10 euros/participant
- 16:00-17:00 Espai tallers
Taller d'elaboració d'un perfum amb plantes aromàtiques. Santi Soto i Adalú Pereira, El Vergel de las Hadas
- 16:30-18:00 Sala d'Actes
Xerrada-taller. Com fer un consum conscient... gaudint en l'intent. Taller amè i participatiu sobre consum conscient. Toni Lodeiro, cooperativa Opcions, autor de Consumir menos, vivir mejor i de Som part del canvi. Guia pràctica de consum conscient i economia solidària per associacions, i col·laborador en l'Estratègia d'Impuls del Consum Responsable de l'Ajuntament de Barcelona
- 17:00-18:00 Sala D
Relaxació dels Circuits corporals... un mètode que rejuveneix. Joan Pons
- 17:00-18:00 Sala de vidre
Salut cel·lular. Maria Dolors Pons
- 18:00-19:00 Sala B
Cria de gallines ecològiques a nivell familiar. Gerard Font i Silvia Carner, Ecopallareta
- 18:00-19:00 Sala D
Olis essencials, realitat o placebo? Fermina Pérez
- 18:00-19:00 Sala de vidre
Eines per canviar la relació amb els altres: ets passiu, agressiu o assertiu? Olga Sala
- 18:00-19:00 Sala treball corporal
Dansa oriental terapèutica i creativa. Awen

PETIT ECOVIURE

Durant tot el cap de setmana

Manualitats pel medi ambient. A l'estand de Diputació de Barcelona

11:00-14:00 i 16:30-19:30 Fes les teves crispetes pedalanta amb energia!
A l'estand de Diputació de Barcelona

Circuit de cars elèctrics. Derraping Vilanova. Exterior del Palau Firal.
Cost: 3,5 euros

Gimcana familiar: descobreix l'Ecoviure. Per tot el recinte firal

Taller infantil de pa. A l'estand de Blat i foc (exterior del Palau Firal)

Taller. El superpoder de l'economia circular. A l'estand del Consorci del Bages per a la gestió de residus

Tenim el superpoder de reciclar, però en tenim d'altres que encara són millors: reutilitzar, reparar, compartir... per evitar generar residus. Experimenta els teus poders; porta un residu de casa (una ouera de cartró, un rotlle de paper de WC (2 per persona) o un rotlle de cartró de paper de cuina (1 per persona) o una ampolla de plàstic petita) i t'enduràs una capa de la campanya del Consorci #somsuperpoderos@s (fins a esgotar existències)

11:00-13:00 i 17:30-19:30 Taller de reciclatge de paper
A l'estand d'Aigües de Manresa. Un dels materials que podem recuperar de les depuradores és la cel·lulosa. En aquest taller, convertirem aquesta cel·lulosa recuperada en paper!

Dissabte 19 d'octubre

17:00-20:00 Ecoespai

Taller de joguines amb materials reciclats. Lab Creatiu

17:00-18:00 Espai Treball corporal

Taller infantil de saquets amb herbes aromàtiques.

Marta Cisneros. Inscripció al mateix taller.

Cost: 4 euros per participant

19:00-20:00 Espai Tallers

Taller familiar. Sensibilització entre el creixement humà i el vegetal.

Roc Barnils, Ben Plantats

Diumenge 20 d'octubre

Durant tot el dia

Inflable El pop del reciclatge.

Agència de Residus de Catalunya.

D'11 a 14 i de 16 a 19. Espai exterior

12:00-13:00 Espai tallers

Taller infantil d'elaboració d'un perfum amb plantes aromàtiques.

Santi Soto i Adalú Pereira, El Vergel de las Hadas

16:00-20:00 Ecoespai

Taller de bioconstrucció. Cuida la casa com cuides el teu cos. Taller lúdic-pedagògic dirigit a infants i famílies per sensibilitzar i educar els participants sobre la rehabilitació d'edificis d'una manera creativa i didàctica a través de diferents materials de construcció. Activitat finançada pel Col·legi d'Arquitectes de Catalunya (Bages-Berguedà), el Col·legi d'Enginyers Industrials (Catalunya Central), l'Escola Politècnica Superior d'Enginyeria de Manresa (EPSEM-UPC), el Col·legi d'Aparelladors, Arquitectes Tècnics i Enginyers de l'Edificació, el Col·legi d'Enginyers Tècnics Industrials, la Cambra de Comerç de Manresa i l'Ajuntament de Manresa, per al foment de la construcció i les instal·lacions sostenibles

17:00-18:00 Espai tallers

Taller infantil de reconeixement de fibres naturals i teixits. Cotó Roig



PARTICIPA EN EL SORTEIG D'UNA GRAN PANERA AMB PRODUCTES DELS EXPOSITORS: VINE A ECOVIURE, FES UNA FOTO I PENJA-LA A INSTAGRAM!