

# ECONUTRI

La ciutat de Barcelona s'ha convertit aquest 2021 en la Capital Mundial de l'Alimentació Sostenible. Aquest projecte es desenvolupa en diferents categories, en les que afegirem continguts durant tot l'any i que podeu accedir clicant al damunt.



## VÍDEO PRESENTACIÓ DEL PROJECTE

### - LA PETJADA ECOLÒGICA EN ELS ALIMENTS

👉 Com reduir la petjada?

👉 La petjada hídrica

### - ALIMENTS NUTRITIUS I BENEFICIS

👉 Els llegums

👉 Fruites i verdures de temporada

👉 Llet o beguda vegetal?

👉 Proteïna vegetal

👉 Soia texturitzada

👉 Fruites i verdures d'estiu

👉 Fruites i verdures tardor

## - CONCEPTES BÀSICS PER PORTAR UNA ALIMENTACIÓ SOSTENIBLE I SALUDABLE

- 👉 Eco Trobades amb Adriana Oroz, dietista-nutricionista
- 👉 Segell ecològic
- 👉 Dia Mundial de la Nutrició
- 👉 Dia Mundial Gastronomia Sostenible
- 👉 Eco Trobades amb la cooperativa Mengem AMB Sentits
- 👉 L'oli de palma i les seves conseqüències