

Quatre emprenedores parlaran de la seva experiència en l'àmbit de la salut i l'alimentació

La Biblioteca Carles Morató acull dilluns 26 de setembre una xerrada a càrrec de Sílvia Ferrer, Martina Ferrer, Cristina Moncunill i Laia Espasa



XERRADA

DONES EMPRENEDORES EN L'ÀMBIT DE LA SALUT, ALIMENTACIÓ I CUINA

26 setembre a les 19.00h
al Saló de les Homilies d'Organyà
Biblioteca Carles Morató de Solsona

Experiències de 4 dones emprenedores, on cadascuna d'elles ens explicarà com s'han endinsat en aquest món saludable. A més, d'introduir-nos a nous conceptes actuals com la salut a la llar, la salut integrativa i l'alimentació vegana.

El cartell presenta una imatge de diversos aliments frescos (nocs, salmó, llegums, avellanes, avellana, avellana) a l'esquerra i quatre fotos circulars de les emprenedores a la dreta.

Cartell de la xerrada

Des de la botiga **Molsa Toleràncies de Solsona** (botiga de productes ecològics i aula de cuina) els hi enviem la següent informació per si és del seu interès.

El proper **dilluns 26 de setembre a les 19h, al Saló de les Homilies d'Organyà** de la Biblioteca

Carles Morató de Solsona, viatjarem per les experiències de 4 dones emprenedores en l'àmbit de la salut, l'alimentació saludable i la cuina.

Amb l'objectiu de **posar en valor l'emprenedoria i donar visibilitat a les dones** en aquests sectors, cadascuna d'elles explicaran com s'han endinsat en aquest món i les seves vivències durant el seu recorregut professional. A més, ens explicaran conceptes d'actualitat com la salut en la llar, la salut integrativa i l'alimentació vegana.

Començarem amb l'experiència de la **Silvia Ferrer - Dalmau, d'Espai René arquitecte** especialitzada en la salut de l'hàbitat i la bioconstrucció. A més de molts anys explorant la cuina vegetariana, vegana, crudivegana, sense gluten i la cuina d'altres cultures, ha evolucionat cap a una cuina pràctica, de temporada, senzilla, tradicional i arrelada al territori. A continuació, la Martina Ferrer, dietista - nutricionista, experta en psiconeuroimmunologia, i membre de l'equip d' "Ets el que menges", i especialitzada en el sistema digestiu i hormonal, ens introduirà a la salut integrativa, com a visió global de l'alimentació terapèutica, el cos, la ment i el benestar.

Relacionat amb l'alimentació vegana, Cristina Moncunill, amb un llarg bagatge en la cuina, ens introduirà en el món vegà i ens explicarà la seva trajectòria com a propietària del primer restaurant vegà a la regió de Murcia. A més, d'aconseguir a l'hotel ecològic i vegà Casa Albets una de les primeres Estrelles Verdes concedides per la Guia Michelin l'any 2020 - 2021, i renovada la següent temporada 2022.

I finalment, **Laia Espasa de la botiga Molsa Toleràncies**, qui moderarà la xerrada, presentarà el seu cas professional de passar a ser llicenciada en ciències ambientals i estudiar en diferents països en l'àmbit del desenvolupament rural, a passar a crear el seu propi negoci com a rebost de salut. apostant per l'alimentació ecològica i la salut integrativa.

Una xerrada per donar a **conèixer les experiències** de dones que aposten per la salut, l'alimentació saludable i la cuina. Un enllaç primordial, davant el ritme frenètic de l'actualitat.

L'entrada és gratuïta per a tots els públics. Per a qualsevol informació es poden dirigir a la botiga Molsa Toleràncies