

Con la salud NO SE JUEGA

Desde un punto de vista nutricional, los alimentos ecológicos son superiores en Calidad ya que han sido producidos sin añadir ningún tipo de sustancias perjudiciales para nuestra salud. Al ser cultivados de forma natural, los alimentos ecológicos son más sabrosos, resultan más saludables y ayudan a un mejor funcionamiento de nuestro organismo.

Los alimentos producidos en terrenos expuestos a sustancias químicas como plaguicidas y pesticidas no nos garantizan su total salubridad porque al consumirlos estamos ingiriendo parte de esas sustancias químicas.

OSASUNA *ez da txantxetan hartzeko gauza*

Nutrizioaren ikuspegitik begiratuta, elikagai ekologikoak hobeagoak dira kalitatez, gure osasunerako arriskutsua izan daitekeen inolako substantziarik gabe ekoiztuak izan direlako. Modu naturalean landatuak izan direnez, elikagai ekologikoak zapoetsuagoak dira, osasungarriagoak eta gure organismoaren funtzionamendu fisiologiko hobeagoa ahalbidetzen dute.

Plagizidak edo pestizidak bezalako substantzia kimikoekin kontaktuan izan diren lurretan ekoiztutako elikagaiek ezin dute bere osasungarritasuna bermatu, kontsumitzerakoan substantzia kimiko horien hondarrak irensten ditugulako nahi ala ez.



navarraecologica / @navarraeco

www.navarraecologica.org



Con la salud NO SE JUEGA

OSASUNA *ez da txantxetan hartzeko gauza*



COMER BIEN EVITA ENFERMEDADES

Una dieta sana, compuesta por alimentos frescos y de temporada nos ayuda a mejorar nuestra salud y evitar enfermedades. Si, además, elegimos alimentos ecológicos, estamos evitando la ingesta de restos químicos como pesticidas.

Si sufrimos alguna enfermedad, podemos mejorar nuestro estado de salud recurriendo a alimentos producidos de forma ecológica.

La eurohoja es el sello que garantiza que un alimento ha sido producido de forma ecológica, con todas las garantías.



ONGI JATEAK ERITASUNAK SAIHESTEN DITU

Elikadura-ohitura osasungarriek, barazki eta begetal fresko ugari osatuak direnek, gure osasuna hobetzen eta gaixotasunak saihesten laguntzen digute. Osasungarriak izateaz gain, ekologikoak diren elikagaiak aukeratzuz gero, pestizidak bezalako elementu kimikoez babesten ari gara.

Gainera, eritasunen bat pasatzen ari bagara modu ekologikoan ekoiztutako elikagaien alde egitea gure osasuna hobetzeko lagungarria izan daiteke.

Eurohostoa da elikagai bat modu ekologikoan ekoiztua izan dela bermatzen duen zigilua.

ELIGE ECOLÓGICO, PARA VIVIR MEJOR

Cuando elegimos alimentos de cultivo ecológico nos garantizamos la mejor calidad, ya que se respetan los ciclos naturales de producción y están sujetos a una trazabilidad desde el campo hasta tu mesa.

Además de ser mejor para tu salud, los beneficios de la agricultura ecológica van mucho más allá: preserva los ecosistemas, favorece la biodiversidad y es respetuosa con el medioambiente, asegurando un futuro sostenible para las siguientes generaciones.

Es, sin duda, la opción más segura y saludable, para ti, para todos/as y para el planeta.

“Que tu alimento sea tu medicina, y que tu medicina sea tu alimento” / “Izan bedi zure elikagaia sendagai eta zure sendagaia elikagai” (Hipócrates)



AUKERATU EKOLOGIKOA, HOBETO BIZITZEKO

Ekologikoki ekoiztuak izan diren elikagaiak aukeratzuz ditugunean, kalitate hoberena bermatzen ari gara, ekoizpen ziklo naturalak errespetatuak izan direlako eta baratetik mahairainoko trazabilitate baten menpe daudelako.

Zure osasunarentzat hobetza izateaz gain, nekazaritza ekologikoak baditu bestelako onurak: ekosistemak zaintzen ditu, biodibertsitatea laguntzen du eta ingurugiroarekiko adeitsua da, hurrengo belaunaldientzat etorkizun jasangarri bat sustatuz.

Zalantzarik gabe, aukerarik ziurrena eta osasungarriena da, zuretzat eta baita gu guztiontzat ere.