

Jornada de Puertas Abiertas en Plasencia, Cáceres

ALIMENTACIÓN SALUDABLE para la FAMILIA.

Desde la visión de la agricultura biodinámica, la medicina antroposófica y la pedagogía Waldorf.

LUGAR: SALA VERDUGO, C/ Verdugo s/n, Plasencia, 10600 Cáceres.

FECHA: sábado, 23 de febrero 2019

HORARIO: 10:00 - 20:30hrs.

PROGRAMA

10:00hrs Recepción y bienvenida de los participantes en la Sala Verdugo de Plasencia.

10:15hrs Charla del **Dr. Florencio Herrero**, médico. Su presentación versará sobre la propuesta: *Ingredientes de una alimentación saludable e integral.*

11:15hrs **Fernando Bernaldo de Quirós**, panadero de profesión que nos hablará sobre el proceso de elaboración del pan que él lleva a cabo con harinas ecológicas.

Rita Cifuentes vinculada al mundo de la alimentación desde diferentes ámbitos, trabajará la experiencia de los cuatro sabores y hablará sobre la alimentación saludable.

Elaboración y degustación "in situ" como aperitivo, de una bebida aromática.

16:30hrs Charla de **Antonio Malagón** que lleva por título: *"Educación Waldorf: alimento para el buen desarrollo del Niño"*.

17:30hrs Pausa de intercambio y exposición de libros.

18:00hrs Charla de **Pablo San Miguel** sobre el tema: *"La Agricultura Biodinámica, creando fertilidad de la tierra para el futuro"*.

19: 30hrs **Centro musical CANTABILE**: *Cantar es llevar el cielo en la boca, es el pan recién hecho, el gusto que queda después de morderlo....*

Experiencia musical: *"Con el cuerpo..."*

20:15hrs. Despedida y cierre de la Jornada de Alimentación.

22:00hrs Si el tiempo lo permite, habrá un paseo nocturno guiado por el astrofísico **Eduardo Ojero Pascual (E.S.A.C)** para aprender a orientarnos en la noche bajo las constelaciones, estrellas y planetas visibles.

PONENTES

Dr. FLORENCIO HERRERO

Florencio Herrero Romero, médico de medicina general por la Universidad Complutense de Madrid. Trabajó durante 7 años en atención primaria para la Seguridad Social. Posteriormente hizo la formación en Medicina Antroposófica en la Lukas Klinik de Arlesheim (Suiza). Certificado Internación de Médico Antroposófico y Certificado Internacional de Medicina Escolar. Director del *Instituto Hygiea*. Coordinador de la formación médica antroposófica y de la formación de Masaje según el Dr. Pressel. Ponente en diferentes formaciones Waldorf y diferentes congresos nacionales e internacionales.

FERNANDO BERNALDO de QUIRÓS

A pesar de su formación como economista y su trabajo como contable y administrador de empresas, visualiza su futuro por otros derroteros, y dejando su Madrid natal se traslada a vivir en el campo para montar una industria artesana. Tras varios intentos, acabó aprendiendo la técnica de la panadería artesana. Hace 8 años abrió en Aldeanueva del Camino la primera panadería ecológica de Extremadura, la *Ecotahona del Ambroz*, un negocio artesano que en 2015 se ha ido extendiendo por la región. A sus 49 años es una referencia en el mundo de la empresa ecológica consiguiendo que una filosofía de vida se convierta en un negocio: además de hacer pan de calidad, lo vende. Para él el negocio de panadero no tiene un tinte romántico, porque vive de él. Se siente en primer lugar panadero, luego artesano y finalmente ecológico.

RITA CIFUENTES

Rita Cifuentes nació en Salamanca y se crio en un pueblo pequeño, en el seno de una familia numerosa. Por parte de su familia materna eran labradores, cultivaban la huerta y el cereal, y la familia paterna eran herreros. Rita trabaja con los alimentos y con el fuego. Se formó como experta en hogar y economía socio-familiar (home economist) Dentro de esta carrera en la parte de alimentación, estudió tecnología de los alimentos, nutrición y dietética. Posteriormente estudiaría alta cocina y otras disciplinas en alimentación y cocina, (macrobiótica, nutrición china). Desde hace años, trabaja con especial interés, estudio y practica de lo que ella llama “mirada antroposófica de la alimentación” y “la dignidad de los alimentos “. Profesionalmente, se dedica a realizar asesoramiento a conceptos de restauración y particulares, desarrollar recetarios para publicaciones de cocina y estilo de vida, trabaja el estilismo de los alimentos y comunicación de productos .Es cofundadora y directora de The Home Academy, escuela dedicada a la formación y entrenamiento de profesionales y particulares para la correcta gestión del hogar , impartiendo cursos de cocina, tecnología y planificación de menús, organización y orden orgánico en el hogar. En <http://www.ritacifuentes.com/> encontrareis parte de su recetario de cocina actual trabajada con alimentos y técnicas saludables.

ANTONIO MALAGÓN

Licenciado en Filosofía y Letras por la Universidad Complutense de Madrid. Cursos de doctorado en las universidades de Barcelona y Nanterre (Francia).

Presidente de la Asociación de Centros educativos Waldorf en España. Director del Centro de Formación de Pedagogía Waldorf en Madrid.

Profesor de Ciencias sociales (Geografía e Historia) en la Escuela Libre Micael-Waldorf de Las Rozas de Madrid.

PABLO SAN MIGUEL

Es miembro activo de la *Asociación para la Agricultura Biodinámica en España* desde 1987. Desde que en 1984 se publicara en castellano el primer *Calendario de María Thun*, comenzó a realizar sus propias observaciones de los efectos de los ritmos cósmicos sobre los cultivos y los fenómenos meteorológicos. En 1992 se hizo cargo de la distribución de los preparados biodinámicos elaborados en Alemania entre los asociados de España. Desde el año 2000 distribuye los preparados de elaboración propia en la provincia de Segovia. Colabora con la Editorial Rudolf Steiner desde 2007 en la revisión del calendario de María Thun y desde 2014 con sus aportaciones meteorológicas para el calendario de España. Ha impartido numerosas conferencias sobre Los Preparados Biodinámicos, así como sobre el Calendario de María Thun, a través de la explicación del almanaque anual en su relación con los diferentes cultivos, y sus conexiones con constelaciones y planetas.

Centro musical CANTABILE

Desde el centro musical CANTABILE, quieren dar a los niños un entorno artístico para que descubran nuevas emociones, dándoles música para alimentar sus mentes...

Entre los objetivos del centro *Cantabile* es el de llenar el vacío en la actual oferta educativa, ofreciendo unos programas de educación musical que puede iniciarse a partir del sexto mes de gestación y que abarca hasta los ocho años, edad en la que los niños pueden incorporarse a los conservatorios de música. Por otro lado, posibilitan que la enseñanza impartida en dicho centro pueda ser un complemento a la enseñanza reglada de las instituciones musicales, ofreciendo la posibilidad a aquellos que así lo deseen, de poder formarse desde un nivel inicial hasta uno avanzado e independientemente de la edad. La promoción de la actividad musical es su principal objetivo con propuestas de clases magistrales, conciertos, charlas, actividades artísticas multidisciplinares....

EDUARDO OJERO

Físico Teórico por la Universidad de Valladolid. Entre 1980 y 1988, trabajó como astrónomo de soporte en el *Centro Astronómico Hispano-alemán (CAHA)* de Almería, operado por el *Max Planck Institut für Astronomie de Heidelberg*, Alemania. Desde 1989 trabaja en el *Centro de Astronomía Espacial de la ESA*, ESAC (*European Space Astronomy Centre*), situado en Villanueva de la Cañada, Madrid. Ha formado parte de los equipos de operaciones científicas del *International Ultraviolet Explorer (IUE)* y del *Infrared Space Observatory (ISO)* y, actualmente, del *XMM-Newton*, un observatorio en órbita que estudia el universo en Rayos X. En todos estos proyectos ha trabajado fundamentalmente en el diseño, construcción, operación y mantenimiento de los sistemas y del software dedicado al proceso de los datos obtenidos con los instrumentos a bordo de estos satélites, al servicio de la comunidad científica internacional.

* * * * *

PATROCINADORES

DORA
Hotel



Ayuntamiento de
Plasencia

ORGANIZADORES



**Asociación para la Agricultura
Biodinámica en España**