



ELIKADURA IRAUNKORRAREN ERRADIOGRAFIA GIPUZKOA ETA BIZKAIKO CAMPUS MAILAN

Ikaslea: German Sagredo Rubio
Tutorea: Jonatan Miranda Gomez



Helburuak

Elikadura jasangarriarekiko ezagutza eta jarrerak aztertu hauek hobetzeko Bizkaia eta Gipuzkoako campus mailan.

CBL galdetegiaren emaitzak aztertu eta ebaluatu



Nutrizionista-dietistaren garrantzia jasangarritasunean azpimarratu



Identifikatutako beharrak asetzeko material didaktikoa sortu

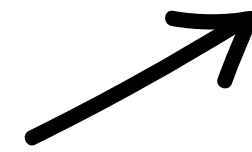


Garapena



FORMS ereduko online galdetegia

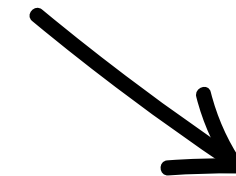
*Etika batzordeak onartu du ondorengo baimenarekin:
M10_2016_063MR1_CHURRUCA ORTEGA



40 galdera ezberdin
(ezagutza eta jarrera)



Dekanotza + sare sozialak



3 erantzun talde
(adostasun maila)

EHU osoko alderaketa

ITEM NAGUSIAK		BIZKAIA	GIPUZKOA	ARABA
Ezagutza	Elikagaien balio energetikoa eta nutritiboa	21	19	24
	Aholku dietetikoak	26	26	25
Jarrera	Eguneroko dieta diseinatzekoan garaiko produktuak aukeratzen ditut	28	25	20
	Elikagaiak erosterakoan jatorria izaten dut kontuan (Km 0, ekoizpen lekua)	35	34	30
	Elikagaiak erosterakoan ekoizpen ereduak hartzen ditut kontuan (ekologikoak, bidezko merkataritza, produktu industrialak, etab.)	33	37	32
	Elikagaiak erosterakoan hauek sortuko dituzten hondakinak kontuan hartzen ditut	45	43	40
Talde batentzat (haurrak, alergikoak, kirolariak...) elikagaiak erosterakoan kontuan hartzen dut gainerakoen adina		41	40	45

Ezagutza: Gipuzkoa

- 1.- Basque Culinary Center
- 2.- Jaurdunaldi gastronomikoak
- 3.- Turismo gastronomikoa

Bculinary.com
Sansebastiangastronomika.com
Euskadi.eus

Jarrera: Araba

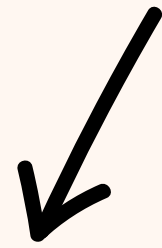
Aspalditik burututako ekintzak:

- 1.- Azoka agroekologikoa
- 2.- Baratz ekologikoa

ehu.eus

Materiala

Gabezi gehien aurkeztu



HEFA
(Gipuzkoa)



Zuzenbide fakultatea
(Bizkaia)

Materiala

HEFA: Konpost infografia

Zuzenbide fakultatea: Lege jasangarren proposamen txapelketa

Ahuldade nagusiak:

Aholku dietetikoak
Ekoizpen ereduak
Sorturiko hondakinak

KONPOST-A

1. Zer da?
Gizakiok bideratutako materia organikoaren deskonposizio prozesua.
Horretarako organismo deskonposatzaileentzako ekosistema sortzen da.
Honen produktua ongarri natural eta ezinhobeak izango litzateke.

2. Zertarako balio du?
Janari hondakinei erabilgarritasuna emateko.
Elikagai xahuketa murrizteko.
Lurra elikatzeo eta ekoizteko prest mantentzeko.

3. Nola egin daiteke?
Eredu nagusi eta errezena egurrezko kontainerrak dira.
• Ate bat baino gehiago dauzkan kaxa aukeratu.
• Etxeko soberakinak geruza ezarri.
• Lurrez estali materia organiko geruza.
• Uroztatu.
• Gutxi gorabehera hilabete eta erdi itxaron.

4. Non erabiltzen da?
Ongarri eta pestizida artifizialen presentziarik ez daukanez, ekoizpen eredu ekologiko eta biologikoetan erabiltzen da.
Campuseko hiri baratzan adibidez!

5. Zein osagai erabili?
• Landare jatorriko elikagai soberakinak.
• Arrautza-azalak.
• Esnekiak.
• Kafea.
• Hosto edo landare letorrak.
• Egunkari papera edo kartoiak.

Bibliografia
1. Riso O, Rubinoff P. ¿Qué es la composta y cuáles son sus beneficios? [Internet]. Un.edu. [2023ko Maiatzaren 17a]. Eskuragarri: https://www.un.edu/boilerboard/2000_compostFamphlet.pdf
2. Nis, G. [2023ko Maiatzaren 17a]. Elikagaiak: <https://www.ny.gov/sites/default/files/ny-master-composter-manual-10m.pdf>
3. Calagno A. ¿QUÉ SON LOS COMPOSTOS Y QUÉ NO? [Internet]. Contrar TV. 2015 [2023ko Maiatzaren 17a]. Eskuragarri: <https://www.contrar.tv/compostos-y-que-no/>

LEGERIA IRAUNKORRA

Aldaketa zure esku dago

Gaur egungo egoera

Murgiltzen ari garen krisi klimatiko-ekonomikoa ikusita, lege-aldaketak ezinbestekoak dira.
Hurrengo datuetan oinarrituz, zeintzuk burutuko zentuzke?

BEROTEGI-EFEKTUKO GASEN EMISIOEN 1/3^[1]
Nekazaritza intentsibotik datozte.
Egungo produzio-ereduaren eragina azpimarratuz.

EUSKADIN XAHUTUTAKO ELIKAGAIEN 37%^[2]
Jangarria da!
Honek urtero 40 kg elikagai pertsonetako suposatzen ditu!

Elikadura jasangarriarekiko gomendazioak jarraituz, honako aldaketak aurreikusten dira:^[3]

- 31% ko Berotegi-efektuko gasen emisioen murrizketak
- 17% ko Ur xahutze murrizketak
- 34% ko Ustiatutako lurren murrizketa

ANIMATU!

Proposamenak Twitter-en bitartez burutuko dira ondorengo hashtag-a erabiliz: #LegejasangarriaEHU
Irabazle ateratako proposamena Idiazabal jatorri deiturako gazta bat eskuratuko du!

BIBLIOGRAFIA
1. Diagnostico de despilfarras en Euskadi [Internet]. zeneditzariro. 2023 [2023ko Maiatzaren 17a]. Eskuragarri: <https://zeneditzariro.eika.eus/es/diagnostico-de-despilfarras-en-euskadi/>
2. Agricultura: emisiones de gases de efecto invernadero en España 2008-2019 [Internet]. Statista. [2023ko Maiatzaren 17a]. Eskuragarri: <https://es.statista.com/estadisticas/498344/volumen-de-emisiones-generado-por-la-agricultura-en-espana/>
3. Nueva M. Administración Sostenible. ¿Qué es y cómo favorece al medio ambiente? [Internet]. Centro IC. 2021 [2023ko Maiatzaren 17a]. Eskuragarri: <https://centros.org/alimentacion-sostenible-que-es-y-como-favorece-al-medio-ambiente/>




Materiala

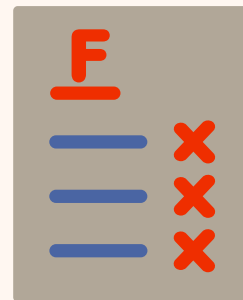
EHU osorako:



Ondorioak

- Helburuak 
 - Elikadura jasangarriarekiko ezagutza eta jarrera mailak aztertu eta ebaluatu galdetegiaren bidez.
 - Identifikatutako beharrak asetzeko hezkuntza materiala sortu.
 - N-D garrantzia azpimarratu.

- Ezagutza eta jarrerak



- Elikadura hezkuntza





MILA ESKER

Giza Nutrizio eta Dietetika 2022-2023

