

Arratsalde on.

2021 urte hau oso berezia da Lur Gozo osatzen dugun guztiontzat, 2020ko urtarriletik ona antolatuko dugun lehen ekitaldi publikoa delako. Ea KONTSUMO KONTZIENTEA ETA ARDURATSUA URDAIBAICO BIOSFERA ERRESERBAN deritzon proiektuak Covid-19 osteko normaltasun berriaren norabidea zehazteko balio duen. Urte amaiera nola joango den ez dakigunez, udaren azken tartean zer egingo dugun aurreratuko dizuegu.

2021EKO UDA

Udan gorputzari (osasun naturala, ohitura osasungarriak, nutritzen ikasi, helioterapia, kronobiologia, osasuna eta edertasuna...) egiten diogu leku. Ekainean eta irailean egiten ohi ditugu. Oraingo honetan, ekokosmetika edo kosmetika ekologikoa aztertuko dugu, baina Euskal Herriko proiektuekin.

Zehaztasun gehiago www.lurgozo.org-en izango duzue.

Udako antolaketa gaintik azaldu eta gero, gaurko ekitaldia aurkeztuko dugu.

GAURKO EKITALDIAREN AURKEZPENA

Gaur egun, natural, ekologiko, bio... terminoekin itzelezko nahastea dago eta ez da harrizkeoa! Erregulatuta ez dauden terminoak dira, eta produktu kosmetikoetako kalitate desberdinak bermatzen dituzten zertifikazioak dauden arren, jakin badakigu edozein produktu konbentzionalen etiketan "naturala" jar dezakeela, nahiz eta osagai naturalen ehuneko txikia eraman. Hau *green washing*-a da, eta naturalak ez diren produktuak natural moduan "mozorrotzean" datza. Bere konposaketan jatorri naturaleko produktuak bakarrik erabiltzen duen kosmetikari **kosmetika naturala** deritzo eta ezin du ondoko osagairik izan: irradiatutakoak, nanopartikulak, genetikoki eraldatutakoak, animalietan testaturikoak, segurtasuna ezbaian dutenak, etabar. Hortik aurrera, bakoitzak natural kontzeptua ulertzen duen moduaren arabera da. Zenbait marken kasuan, bere laborategian asmatutako osagai sintetikoak erabiltzeak ez du inolako arazorik sortzen, baina beste zenbaitentzat, garbizaleentzat, osagai guztiak derrigorrez jatorri naturala izatearekin batera, birjinak izan behar dute eta ezin dira inolaz ere eraldatuta egon. **Biokosmetika edo kosmetika bio** zenbait zentsutan urrunago doa. Alde batetik, erabilitako osagaiak % 100ean jatorri naturala izan behar dute eta gehienak (normalean %90 baino gehiago) jatorri ekologiko zertifikatua izan behar dute, baina ez da hori bakarrik. Material eta prozesu guztiak ekologikoak eta kontzientek izatea, ingurumena eta pertsonak errespetatzea... exijitzen dute. Laburbilduz, produktu hauei dagokion guztia -bere lehengaitik hasita, elaborazioa, salmenta-kanalak, etabar-ikuspuntu sozialetik eta ingurumenaren ikuspuntutik arduratsuak izan behar dute. Betebehar garrantzitsu hauek guzti hauek betetzen dituztela ikuskatzeko eta ziurtatzeko BioVidaSana (BioInspecta arauaren arabera), BDIH, Ecocert, Cosmobio, ICEA, Soil Association, Natrue... bezalako erakunde pribatuak daude.

Aktibitate honekin ekologikoaren aldeko apustua bakarrik ez, apur bat urrunago joan nahi dugu eta tokiko kontsumoari, jasangarritasunari eta sozialki arduratsua izateari lehentasuna eman nahi diogu.

Gaurko egunean Lavándula Cosmética Natural eta Lamia Biocosmética proiektuak ezagutuko ditugu.

NOR DA...

LAVÁNDULA COSMÉTICA NATURAL? (www.lavandulacosmetica.com)

Inguruko natura, sendabelarrak, haien propietateak eta animaliak maite dituzten Bizkaiko landa-eremuko bi emakume ekintzaileren ilusiotik jaio zen. Ainara Beobide Urrutia eta Ainhoa Aranburuzabala Arregik sortu zuten. Biak naturopatiako eta dermokosmetikako ikasketak burututa dituzte.

Gorbeiako eta Urkiolako Parke Naturalen artean kokatutako Otxandioko udalerrian dute euren laborategia.

Bere produktu guztiak euren laborategian artisautza-eran laboratuta daude, kalitate- eta segurtasun kontrol zorrotzak jarraituz.

Erabiltzen duten lehengaia % 100 naturala da, hotzeko 1. presioko BIO landare-olioak, Bach-loreak, kalitatezko olio esentzialak eta kontserbagarri naturalak erabiliz.

2017az geroztik, beren nekazaritza-ustiategitik beren lehengaiaren zati bat biltzen dute, hala nola kalendula-lorea, kamomila, erromeroa, ezkaia eta abar, beren kosmetika naturala egiteko.

Animaliengan testatu gabeko eta ingurumena errespetatzen duen kosmetika etikoa, naturala, formulatu eta egiten dute.

Ez dituzte parabenoak, silikonak, petroliotik eratorritako produktuak, kontserbagarri kimikoak ezta olio sintetikoak ere erabiltzen, eskaintzen dizkiguten produktuak Bio, naturalak eta ekofriendly izan daitezen.

Bizkaiko artisau-enpresen erregistroan inskribatuta dago.

Arratsaldeon Ainhoa Aranburuzabala eta Ainara Beobide.

LAMIAK BIOCOSMÉTICA? (www.lamiabio.com)

Betidanik liluratu izan du landareen sendatzeko eta eraldatzeko ahalmenak. Landare-maitasun hori soroan hazi eta inguruko baso berdeetan korrika ibiltzetik datorkio, bai eta familia lantzen eta zaintzen duen finka agroekologikoan mota guztietako barazki eta landare usaintsu eta sendagarriekin bizi izatetik ere. 20 urte zituela, bere larruazala bat-batean sentibera eta errektibo bihurtu zenean, fitoterapia eta fitokosmetika ikastaro eta tailerretara joaten hasi zen, bere larruazalaren oreka zaintzen eta berreskuratzen ikasteko asmoz.

Bat etorri zen bere azala hobetzen hasi zela, neurri batean ematen ari zitzaion zaintza pertsonalizatuagatik, neurri batean, ikasteak, ilusionatzeak eta hunkitzeak ematen zion poza zorientasun bihurtzen zelako, eta hori azalean islatzen zelako. 2013an Kosmetologia Ekologikoko ikasketak hasi zituen (Formula Botanica eskola britainiarrarekin) eta pasioa profesionalizatu nahi zuela erabaki zuen, partekatu ahal izateko. Lau urtez ikasi, testatu, huts egin, hobetu, amestu, ikertu eta, batez ere,

ahalegin eta energia handia jarri ondoren, 2017ko azaroan, Lamia Biocosmética merkaturatu zen, arreta handiz formulatutako 3 aurpegi-produktu oso berezirekin.

LAMIA BIOCOSMÉTICAn aurpegiko olio ekologiko ziurtatuak formulatu, landu eta eskaintzen dituzte, % 100 aktiboak direnak, betegarririk gabe, lasaitasuna, argia eta ongizatea emateko sortutakoak. Basoaren baretasunean oinarrituta, olio horiek autozainketa, baretasun, plazer eta orekako erritual batean bildu nahi dute erabiltzen duena. Bere formulak hotzean prentsaturako olio leun eta arinez osatuta daude, landare-aterakin indartsuak eta olio usaintsu esentzialak, arnasa sakon hartzen duzun eta bakean sentitzen zaren basoko soilgune horretara eramaten zaituztenak.

Bere helburu nagusia larruazalak bere edertasun- eta ongizate-egoera naturala berreskuratzea da. Bere olioak gure geruza lipidiko naturala orekatzeko formulatuta daude, azal mota bakoitzari falta zaizkion gantz-azidoak emanaz. Era berean, printzipio aktibo antioxidatzaileen eta antiinflamatorioen dosi egokia ere ematen die larruazalari. Bestalde, lehen eskutik dakite gure aldarteak eta emozioek zuzenean eragiten diotela osasunari eta, beraz, gure azalaren itxurari. Ongizatearen, norberaren zaintzaren eta norberaren maitasunaren espazioak eta erritualak sortu nahi dituzte. Horregatik, funtsezko olioien konbinazio aromaterapeutikoak erabiltzen dituzte, lasaitasuna, alaitasuna eta ongizatea iradokitzen dituztenak.

Arratsaldeon Maite García de Cortázar.

NOLA EGIN AURKEZPENA?

Aurkezpen-dastamena bi momentutan banatuko dugu.

Lehenengoan, proiektuak aurkeztuko ditugu. Horretarako bakoitzak, gehienez, 30 minutu izango ditu.

Bigarren momentuan, aurkezpena amaitutakoan, proiektu horien zenbait produktu dastatuko ditugu.

Erosteko aukera ere egongo da.

Beste barik, Ainhoari eta Ainarari emango diet hitza.

Arratsalde on.

El 2021 es un año especial para la gente que conformamos Lur Gozo, ya que desde enero de 2020 es la primera vez que organizamos una actividad pública. Esperemos que el proyecto llamado CONSUMO CONSCIENTE Y RESPONSABLE EN LA RESERVA DE LA BIOSFERA DE URDAIBAI sirva para marcar la dirección en la que tendría que moverse la nueva normalidad de la época post Covid-19. Cómo no sabemos como discurrirá esta parte final del 2021, sólo presentaremos, y por encima, las actividades que llevaremos a cabo en este tramo final del verano del 2021.

VERANO 2021

Con la llegada del verano organizamos actividades relacionadas con el cuerpo humano (salud natural, costumbres saludables, aprender a nutrirse, helioterapia, cronobiología, salud y belleza...). Solemos llevarlos a cabo en los meses de junio y septiembre. Esta vez trataremos el tema de la ecocosmética o la cosmética ecológica pero, con proyectos, de Euskal Herria.

Más información en www.lurgozo.org.

Una vez explicada someramente la programación para el final del verano, vamos a presentar la actividad de hoy.

PRESENTACIÓN DE LA ACTIVIDAD DE HOY

Actualmente existe una gran confusión con los términos natural, ecológico, bio... ¡y no es de extrañar! Son términos que no están regulados, y aunque existen certificaciones que garantizan ciertas calidades en los productos cosméticos, sabemos que cualquier producto convencional puede poner "natural" en su etiquetado sólo por llevar un pequeño porcentaje de algún ingrediente natural. A esto se le llama *green washing*, y se trata de "disfrazar de naturales" productos que no lo son... La **cosmética natural** es aquella que utiliza en su composición sólo ingredientes de origen natural, evitando ingredientes irradiados, nanopartículas, ingredientes modificados genéticamente, ingredientes testados en animales, ingredientes cuya seguridad queda en entredicho, etc. A partir de ahí, todo depende de la definición de natural que tenga cada cual. Para algunas marcas, utilizar ingredientes sintéticos creados en un laboratorio no supone ningún problema, mientras que para otras, las más puristas, todos los ingredientes tienen que ser de origen estrictamente natural, vírgenes y no transformados de ninguna manera. La **biocosmética** o **cosmética bio** va más allá en varios sentidos. Por una parte, los ingredientes que utiliza tienen que ser 100% naturales y en su gran mayoría (normalmente más de un 90%) de origen ecológico certificado, pero no se queda ahí. Exige que todos los materiales y procesos sean ecológicos, conscientes, respetuosos con el medio ambiente y con las personas... en resumen, que todo lo que engloba estos productos, pasando por la materia prima, elaboración, canales de venta, etc. sea social y medioambientalmente responsable. La inspección y certificación de que cumplen con todos estos importantísimos requisitos la llevan a cabo entidades privadas como BioVidaSana (bajo la norma BioInspecta), BDIH, Ecocert, Cosmobio, ICEA, Soil Association, Natrue...

Con esta actividad queremos apostar no sólo por lo ecológico, sino ir un paso más allá y priorizar el consumo local, sostenible y socialmente responsable.

En el día de hoy conoceremos los proyectos de Lavándula Cosmética Natural y de Lamia Biocosmética.

¿QUIÉN ES...

LAVÁNDULA COSMETICA NATURAL? (www.lavandulacosmetica.com)

Nace de la ilusión de dos mujeres emprendedoras del área rural de Bizkaia, amantes de la naturaleza que les rodea, de las plantas medicinales, de sus propiedades, sus animales. Lo conforman Ainhoa Aranburuzabala Arregi y Ainara Beobide Urrutia. Las dos tienen estudios de naturopatía y dermocosmética.

Sus productos están elaborados en el laboratorio que tienen en el municipio de Otxandio, situado entre los parques naturales de Gorbeia y Urkiola.

Todos los productos de Lavándula Cosmética Natural están elaborados artesanalmente en su laboratorio, sometidos a estrictos controles de calidad y seguridad.

La materia prima que utilizan es 100 % natural, utilizando aceites vegetales BIO de 1ª presión en frío, flores de Bach, aceites esenciales de calidad y conservantes naturales.

Desde 2017 recolectan de su explotación agraria parte de su materia prima como son la flor de caléndula, manzanilla, romero, tomillo etc para elaborar su cosmética natural.

Formulan y elaboran una cosmética ética, natural, no testada en animales y respetuosa con el medio ambiente.

No utilizan parabenos, siliconas, productos derivados del petróleo, conservantes químicos, ni aceites sintéticos para que los productos que te ofrecen sean Bio, naturales y ecofriendly.

Está inscrita en el registro de empresas artesanas de Bizkaia.

Arratsaldeon Ainhoa Aranburuzabala y Ainara Beobide.

LAMIAK BIOCOSMÉTICA? (www.lamiabio.com)

Desde siempre le ha fascinado el poder curativo y transformador de las plantas. Este amor vegetal le viene de haber crecido en el campo, corriendo por los bosques verdes del entorno, y de haber convivido con todo tipo de verduras y plantas aromáticas y medicinales en la finca agroecológica que cultiva y cuida su familia. Cuando hacia los 20 años su piel se volvió repentinamente sensible y reactiva, empezó a asistir a cursos y talleres de fitoterapia y fitocosmética con la intención de aprender a cuidar y recuperar el equilibrio de su piel.

Coincidió con que su piel empezó a mejorar, en parte por los cuidados personalizados que le estaba dando, en parte probablemente porque la satisfacción que le daba el aprender, ilusionarse y emocionarse se traducía en felicidad, y esto se

reflejaba en la piel. En 2013 empezó sus estudios en Cosmetología Ecológica (con la escuela británica Formula Botanica) y decidió que quería profesionalizar su pasión para poder compartirla. Tras 4 años de estudiar, testar, fallar, mejorar, soñar, investigar, y sobre todo, ponerle mucho esfuerzo y energía, Lamia Biocosmética, en noviembre de 2017, salió al mercado con 3 productos faciales muy especiales cuidadosamente formulados.

Formulan, elaboran y ofrecen aceites faciales ecológicos certificados que son 100% activos, sin rellenos, creados para aportar calma, luz y bienestar. Inspirados en la calma del bosque, estos aceites pretenden envolver a quien los utiliza en un ritual de autocuidado, calma, placer, equilibrio. Sus fórmulas se componen de sedosos y ligeros aceites prensados en frío, potentes extractos vegetales y aromáticos aceites esenciales que te transportan a ese claro del bosque en el que respiras profundamente y te sientes en paz.

El objetivo principal es que la piel recupere su estado natural de belleza y bienestar. La alimentación, el estrés, nuestro estilo de vida, la polución... todo afecta a nuestra piel, que poco a poco va perdiendo su capacidad innata de protegerse a sí misma. Cuando nuestra capa lipídica natural no está en equilibrio, no está sana, empezamos a sentir que a nuestra piel le pasa algo. Sus aceites están formulados para equilibrar nuestra capa lipídica natural, aportando a cada tipo de piel los ácidos grasos que le faltan, además de una buena dosis principios activos antioxidantes y antiinflamatorios, consiguiendo así una piel sana, equilibrada y llena de luz. Por otro lado, saben de primera mano que nuestro estado de ánimo y nuestras emociones afectan directamente a la salud y por lo tanto al aspecto de nuestra piel. Quieren crear espacios y rituales de bienestar, autocuidado y amor propio. Por eso utilizan combinaciones aromaterapéuticas de aceites esenciales que inspiran calma, alegría y bienestar.

Arratsalde on Maite García de Cortázar.

¿CÓMO HACER LA PRESENTACIÓN?

La presentación-degustación se dividirá en dos momentos.

En el primero de ellos se presentará el proyecto. Para ello, cada una dispondrá de 30 minutos como máximo.

En el segundo, en esta misma planta probaremos algunos de los productos de esos proyectos.

Incluso habrá opción de comprarlos.

Sin más, les paso la palabra a Ainhoa Aranburuzabala y Ainara Beobide.