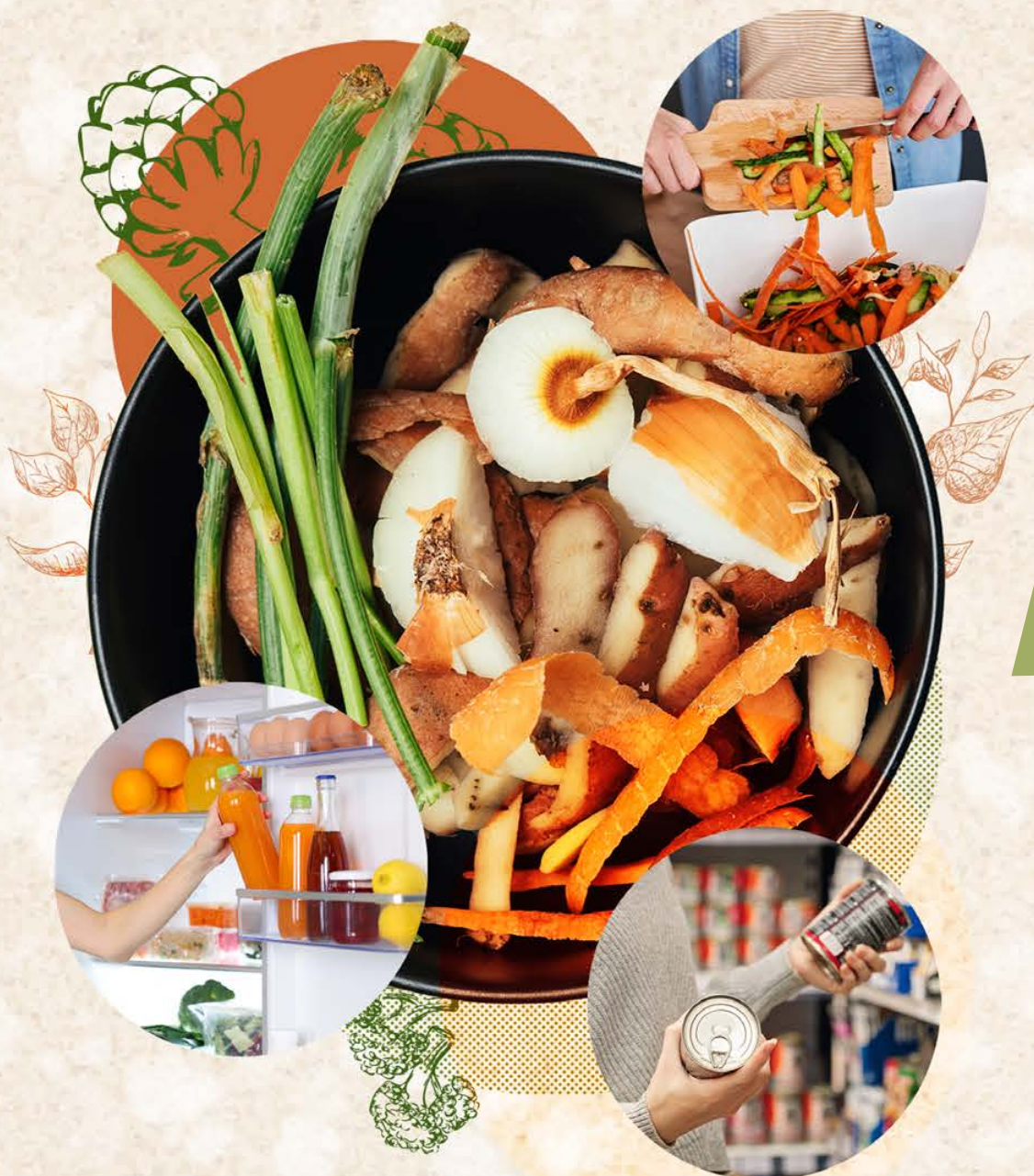




XAHUTZE GUTXIAGO, ZAPORE GEHIAGO

Elikagaien xahutzea saihesteko tailer praktikoa: atera ahalik eta etekin handiena elikagaiei, erosketak eta sukaldeko lanak modu jasangarriagoan eginez.



MENOS DESPERDICIO, MAS SABOR

Taller práctico de desperdicio alimentario 0: Saca el máximo partido a tus alimentos con una compra y una cocina más sostenibles.

ZER EGINGO DUGU TAILERREAN?

- **Erosketa adimentsua:** ikasi etiketak eta datak interpretatzen.
- **“FIFO” erronka:** antolatu hozkailua eta kontserbatu elikagaiak hobeto.
- **Asteko plangintza:** antolatu menuak eta aurreztu denbora eta energia.
- **Elikagaiak aprobetxatzeko sukaldaritza:** errezeta irudimentsuak, zuzeneko erakustaldi batean.
- **Ikasi eta dastatu!** Probatu prestatutako jakiak eta eraman ideia praktikoak etxera.

¿QUÉ HAREMOS EN EL TALLER?

- **Compra inteligente:** aprende a interpretar etiquetas y fechas.
- **Reto FIFO:** organiza tu nevera y conserva mejor los alimentos.
- **Planificación semanal:** organiza tus menús y ahorra tiempo y energía.
- **Cocina de aprovechamiento:** descubre recetas creativas en una demostración en directo.
- **¡Aprende y degusta!** Prueba las elaboraciones y llévate ideas prácticas para casa.

Ezagutu elikagaiak erosteko, kontserbatzeko eta prestatzeko modu berriak, elikagai bakoitzari ahalik eta etekin handiena ateratzeko.

Descubre nuevas formas de comprar, conservar y cocinar para aprovechar cada alimento.

AZAROA / NOVIEMBRE

Asteartea 3 Martes

San Migel-Taberna Nagusia
18:15etik 19:45era - Gernika 6

Asteazkena 4 Miércoles

Arizko Dorretxea / Torre de Ariz
11:00etatik 13:00etara
Frantzisko Kortabarria z.g.

Asteartea 10 Martes

Kareaga Gizarte Etxea
18:15etik 19:45era
Karmelo Torre z.g.

Osteguna 12 Jueves

Basozelai Gizarte Etxea
18:00etatik 20:00etara - Basozelai 11

Asteartea 17 Martes

Pozokoetxe Kultur Etxea
11:00etatik 13:00etara
Errokari Ibarra z.g.

Osteguna 19 Jueves

Basozelai Gizarte Etxea
11:30etik 13:30era - Basozelai 11

INFORMAZIOA ETA IZEN-EMATEAK INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

605 74 90 64 Ez dugu WhatsApp bidezko mezurik erantzungo.
No se responderán mensajes por WhatsApp.

E-postaz / Por email: **basauribirziklatu@gmail.com**

Izena emateko, adierazi aukeratutako eguna, izen-abizenak eta mugikor-zenbakia. Detallando el día deseado, nombre, apellidos y teléfono móvil.

Antolatu / Organiza



Laguntzailea / Colabora



Emaitza / Imparte

