

**EROSKI Fundazioaren Elikadura Eskolaren VIII. Topaketa**

## **EROSKI FUNDAZIOAK ADINEKOEN ELIKADURARI ETA ONGIZATEARI HELDU DIO**

- **"Bizitzeko pasioa. Helduaro betea eta osasungarria izateko sekretua"** izenburuarekin, nutrizioaren, psikologiaren, osasunaren, soziologiaren eta jarduera fisikoaren arloko adituek azterketa bat egin dute elikadurak eta bizimodu osasungarriak helduaroan nolako garrantzia duten
- Adineko jendeak interes berezia pizten dio EROSKIri, eta lehentasuna ematen dio haien arretari
- Ekitaldiaren barruan, EROSKI Fundazioak **"Bizitzeko pasioa. Helduaroan bizimodu osasungarria eramateko gida"** aurkeztu du.
- 400 bat bazkide kontsumitzaile agertu dira topaketara

Gasteiz, 2019ko irailaren 20a.- [EROSKI](#) Fundazioak gaur goizean, [Elikadura Eskolaren](#) zortzigarren topaketa egin du Gasteizko Europa Jauregian, honako titulu honekin: **"Bizitzeko pasioa. Helduaro betea eta osasungarria izateko sekretua"**. Ekitaldiaren irekieran, hitza hartu dute Eusko Jaurlaritzako Osasun Publikoaren zuzendariak, Juan Jose Aurrekoetxeak, eta EROSKIko presidentek, Agustin Markaidek.

EROSKIko presidentek eskerrak eman dizkie bertaratu diren nutrizio, psikologia eta osasun arloko profesionalak. "Aurten, Eroskiren 50. urteurrena ospatzen ari gara. Ibilbide honek gure gaur egungo helburua eta etorkizuneko bermatzen ditu, hau da, gure bazkide kontsumitzaileen eta herritarren bizi kalitatea, osasuna eta ongizatea hobetzea eta kontsumo jasangarriagoa sustatzea", esan du Agustin Markaidek.

Zortzigarren topaketa honetara, 400 bazkide kontsumitzaile bildu dira, eta bertan sakondu duten gaia honako hau izan da: bizimodu osasungarria eta elikadura orekatua izateko ohiturak hartzearen garrantzia. Jardunaldi honetan, saiatu dira transmititzen helduaroa pasioz hartzea aukera ederra dela; izan ere, zoriontasuna estu lotua dago bizimodu osasungarri eta aktibo bati.

Aldi honetan, Alex Rovira izan dugu topaketan, idazle, ekonomialari, nazioarteko hizlari eta kontsultorea bera, eta zortzi milioi pasa liburu saldu dituen; besteren

---

### **EROSKI**

Komunikazio Korporatiboko zuzendaria  
XURDANA FERNANDEZ

Tel: 946 211 214

[comunicacion@eroski.es](mailto:comunicacion@eroski.es)

### **EROSKI – PRENTSA BULEGOA CONSEJEROS DEL NORTE**

JOANA G. LANDAZABAL  
EDURNE IZQUIERDO

Tel: 944 158 642

[Online prentsa aretoa](#)

artean nabarmentzekoak dira "La brújula interior", "Los siete poderes" eta "La buena suerte", eta berak abiatu du jardunaldia pozak berekin duen gaitasunaren gaineko hitzaldi batekin. Horretaz gain, hitza hartu du Marta Arroyok ere, Farmazia eta Elikagaien Zientzia Saileko Nutrizio eta Bromatologia arloko irakaslea Euskal Herriko Unibertsitateko Farmazia Fakultatean.

Edurne Jimenezek, berriz, Athlon S. Coop.-en Osasun Programen arduradunak, ariketa fisikoak bizitzako etapa honetan duen garrantzia aipatu digu. Gabriela Uriarte dietista-nutrizionista eta sukaldaritza eta nutrizio arloko telebista programa bateko aurkezlea arduratu da ekitaldia gidatzeaz.

"Helduaro aktibo eta osasuntsu baterako gakoak" izena eman diote jardunaldiari, eta hizlariez gain, hor izan da EROSKI Fundazioaren zuzendaria ere, Alejandro Martinez Berriochoa. Amaiera emateko, berriz, hitza hartu du EROSKI Fundazioko zuzendariak berak eta Arabako Aldundiko Gizarte Politiketarako diputatu Emilio Solak.

Biztanleria seniorraren premiak kudeatzea dago EROSKI Osasunaren eta Jasangarritasunaren alde berritu dituen konpromisoen artean. Alejandro Martinez Berriochoa, EROSKI Fundazioko zuzendaria eta Soziologian, kontsumo joeretan eta Komunikazioan aditua, Eroski Fundazioak bizimodu osasungarri bat eramaten laguntzeko martxan dituen ekimenak aurkeztu ditu.

*"Gure bezero adintsuenen ondoan eta haien laguntzarekin handitu da EROSKI urte hauetan. Horregatik, urte honetan antolatzen ari garen ekitaldien artean garrantzitsua da atal berezi bat haiei eskaintzea. Xede horrekin, EROSKI tailer tematikoak antolatu ditu beren burua zaintzen, ingurumena errespetatzen eta ingurunea hobetzen ikas dezaten; horrekin batera, bisitak antolatu ditugu tokian tokiko ekozeleengana, parke tematikoetara eta jarduera fisikoko tailerretara",* esan du Martinez Berriochoak.

### **EROSKI Fundazioak argitaratu duen liburuaren aurkezpena**

Ekitaldian bertan, EROSKI gida bat aurkeztu du, *"Bizitzeko pasioa. Helduaroan bizimodu osasungarria eramateko gida praktikoa"*. Gida horretan, adinekoek bere osasunaren gainean dituzten emozioen eta sentimenduen garrantzia lantzen dira, eta bizitzako aldi horretan elikadurak eta ariketa fisikoak duten zeresana erakusten

---

#### **EROSKI**

Komunikazio Korporatiboko zuzendaria  
XURDANA FERNANDEZ

Tel: 946 211 214

[comunicacion@eroski.es](mailto:comunicacion@eroski.es)

#### **EROSKI – PRENTSA BULEGOA CONSEJEROS DEL NORTE**

JOANA G. LANDAZABAL  
EDURNE IZQUIERDO

Tel: 944 158 642

[Online prentsa aretoa](#)

da. Egileak EHuko irakasle eta adituak dira alor horretan; besteren artean, Marta Arroyo doktorea, jardunaldiko txostengilea; berak aurkeztu du liburua.

### **Zortzi urtez gogoetarako espazioak sortzen**

Herritarren osasunarekin loturik diren gaur egungo gai esanguratsuen inguruan gogoeta espazio bat eskaintzeko asmoz, EROSKI Fundazioak topaketak sustatu izan ditu 2009tik, eta topaketa horietan, osasunaren, nutrizioaren eta psikologiaren arloko profesional ugari parte hartu izan dute.

2012an, Elikadura eta Ohitura Osasungarriei buruzko Heziketa Programa jarri zuen martxan. Haren helburua izan da Lehen Hezkuntzako ikasleei ikusaraztea zein garrantzitsua den modu orekatuan elikatzea eta bizimodu osasungarria egitea. Joan den ikasturtean, guztira, Espainia osoko Lehen Hezkuntzako 442.677 ikaslek eta 3.253 ikastetxek parte hartu zuten. Kooperatibaren gogoia da bi milioi haur baino gehiago eta haien familiak heztea 2025erako.

---

#### **EROSKI**

Komunikazio Korporatiboko zuzendaria  
XURDANA FERNANDEZ

Tel: 946 211 214

[comunicacion@eroski.es](mailto:comunicacion@eroski.es)

#### **EROSKI – PRENTSA BULEGOA CONSEJEROS DEL NORTE**

JOANA G. LANDAZABAL  
EDURNE IZQUIERDO

Tel: 944 158 642

[Online prentsa aretoa](#)