

# BERRIKETAN

## VENDREDI 8

### 11:30 Alcalinisation et acides aminés pour le collagène contre Big Food et Big Pharma

INTERVENANT: David Meléndez Morales, *Fondateur de Citric Diet*. Diplôme de biologie, doctorat en biochimie et biologie moléculaire.

### 12:30 Aide pour tous les animaux

INTERVENANTS:

María, *Refugio La Vida Color Frambuesa*. Je milite pour les droits des animaux depuis 2005, j'ai obtenu mon diplôme de médecine vétérinaire en 2010 et j'ai fondé *La vida color Frambuesa* en 2015.

Mónica, *Santuario Espiritu Libre*. *Santuario Espiritu Libre* est un refuge antispéciste situé à Soria qui accueille des animaux exploités, maltraités et abandonnés.

Juan Rodríguez et Irati Castellano, *Association Katubihotz*.

### 14:00 DJ SET Juantatorri

### 16:30 Discussions sur la durabilité: Mater et Recicla Birziklatu

INTERVENANTS:

Sara Lizarza, *Mater*. Responsable des projets d'éducation à l'environnement et de science citoyenne.

Laida Rodriguez, Co-fondatrice de *Recicla Birziklatu*.

Rober Serna, Co-fondateur de *Recicla Birziklatu*.

### 17:30 Éduquer, inspirer, transformer : communiquer pour un monde végétan

INTERVENANTS:

Rocío Cano Couto. Licenciée en sociologie, titulaire d'un master en responsabilité sociale des entreprises et en développement durable et communicatrice à [@veganaynormal](#).

Dalia Ramos Valladares. Journaliste, gestionnaire des médias sociaux, auteur du livre "Cocina fácil y sana rica en proteínas" et créateur de contenu sur [@daliablog](#).

Andrea Arrizabalaga. Diplômée en communication audiovisuelle. Journaliste à l'EITB. [@andyarriza](#).

### 19:00 MUSIQUE LIVE

Sara Mansilla Duo. Sara Mansilla est une artiste de Saint-Sébastien qui écrit et développe ses chansons depuis l'adolescence, en s'accompagnant à la guitare.



# BERRIKETAN

## SAMEDI 9

### 11:30 Le régime vegan est-il durable ?

INTERVENANT: Paula Marrero Fernández. Técnico de Alimentación en la consultoría *Legale-Go Nutrition*. Docente en el Centro de Estudios Avanzados en Nutrición (CEAN). @itspl-netbased

### 12:30 De aimer la culture taurine à devenir vegan: explication sociologique d'un changement radical

INTERVENANT: Miriam Jiménez Lastra. Miriam est féministe, vegane et militante des droits de l'homme. Sociologue, politologue, médiateur et diffuseur dans les réseaux sociaux, @miriamjlas.

14:00



### DJ SET

Jean Rhomer

### 16:30 BALANCE. Projection du documentaire et colloque

AUDITORIUM

INTERVENANTS:

Laida Rodriguez, Co-fondatrice de *Recicla Birziklatu*.

Rober Serna. Co-fondateur de *Recicla Birziklatu*.

Julen Urtxegi. Directeur du documentaire *Balance*.

### 17:30 Atelier : concevoir avec la cellulose bactérienne. kombucha, le nouveau cuir vegan.

Atelier pour 15 personnes

INTERVENANT: Adele Orcajada. partenaire de Material Driven.

19:00



### MUSIQUE LIVE

Ghau @gaartxot. Acustique. Le temps est venu pour le musicien Gartxot Unsein de lancer un nouveau projet dans le monde et d'en faire une priorité. GHAU. En basque Gartxot hau (ce Gartxot).

## DIMANCHE 10

### 11:30 Comment communiquer efficacement pour aider les animaux

INTERVENANTS:

Verónica Larco. Directrice de la communication chez *ProVeg Espagne*.

Marta Martínez. Spécialiste des médias sociaux chez *ProVeg Espagne*.

### 12:30 Consommation consciente

INTERVENANT: Laura Peinado Rodríguez, @laurapeinadorodriguez. Laura a 23 ans et sa passion est la communication, en particulier dans le domaine du développement durable. Elle crée du contenu sur le zéro déchet, la durabilité, le véganisme et tout ce qui est lié à l'écologie.

14:00



### DJ SET

Fetén DJ

### 16:30 Comment adopter un régime alimentaire 100 % végétal et sain ?

INTERVENANT: Aitor Sánchez, @midietacojea. Diététicien-nutritionniste et technologue alimentaire.

# SUKALDEAN

## VENDREDI 8

**13:00 Le petit-déjeuner est également un repas complet : recettes complètes de petit-déjeuner végétalien vegan**

INTERVENANT: Helenka Santos. Chef.

**16:00 Nuveg, Nutrition Functional Cook and go**

INTERVENANT: Paula Galván. Diététicienne.

**18:00 Nous apprendrons à cuisiner les nems vietnamiens et le pad thai comme à Bangkok**

INTERVENANT: Rafa Torrico, *TorriKo Street Bar*.

## SAMEDI 9

**13:00 Une cuisine grecque 100 % végétale**

INTERVENANT: Paula Martínez, *@laluaverde*.

**16:00 Fermenter: PARTIE 1 : Faire du Kombucha à la maison en 15 min. PARTIE 2 : Apprenez à faire de la choucroute et du kimchi à la maison**

HIZLARIAK: Griffin Halpern, *MUCHA KOMBUCHA*. Satxa Zeberio, *BIOK*.

**18:00 Faire de Noël une fête vegane**

INTERVENANT: Helenka Santos, *@helenka\_santos*.

## DIMANCHE 10

**13:00 Une cuisine vegane simple pour tous les jours**

INTERVENANT: Maddi Etxeberria Otaegi, *@begaonegin*. Diététicienne et divulgatrice.

**17:00 Bataille finale Veggie Burger Warriors et showcooking de Cheese burgers**

INTERVENANTS: Väckä x Rafa, *TorriKo Street Bar*. *@vacka42* y *@torrikostreetbar*.



# ATELIERS

## Atelier : cosmétiques naturels et vegans

Organisé par *Recicla Birziklatu*  
Données par Rut et Laida. *El rincón de Rut y Laida*.

### ESPACE RECICLA BIRZIKLATU

#### SAMEDI 9

11:30 - 13:00 Barre de massage solide  
18:00 - 19:30 Pâte dentifrice

#### DIMANCHE 10

11:30 - 13:00 Pâte dentifrice  
16:30 - 18:00 Barre de massage solide

Ateliers pour 15 personnes

---

## Fashion Revolution Euskadi EXPOSITION

Qu'est-ce que la mode végane et sans cruauté ? Quels sont les avantages et les inconvénients en termes de durabilité ? Quelles sont les principales certifications sur le marché ? Dans cette exposition, nous parlerons de tous ces concepts et des principaux matériaux d'origine animale utilisés dans l'industrie textile, de l'impact qu'ils ont sur l'environnement et la société et des alternatives qui existent.

---

## Masterclass Yoga Vinyasa Flow avec María Eskitxabel

DIMANCHE 10 | 11:30

Sur inscription

---

## Smile! Photomaton

Venez à Be Veggie et repartez avec votre photo souvenir.



# ATELIERS POUR ENFANTS

## Atelier : Attention ! Débris marins

SAMEDI 9 | 17:00

ESPACE MATER

L'objectif de l'atelier est de relever différents défis afin d'en apprendre davantage sur les déchets marins. Grâce à un jeu de piste dynamique et amusant, nous découvrirons l'origine des déchets marins, leur répartition, leurs effets et la manière de les traiter. Êtes-vous prêt à relever le défi ?

---

## Espace artistique

ENEZ peindre ! Peinture murale collaborative, animaux du monde et maquillage.

VENDREDI 8 | SAMEDI 9  
11:30 - 13:30 / 16:30 - 19:30

DIMANCHE 10  
11:30 - 13:00 / 16:00 - 18:00

