

PIĄTEK 27 LISTOPADA

10:00-18:00	Pokazy i degustacje - bez glutenu. Przygotowywane będą świeże, bezglutenowe gofry z kremami czekoladowymi, a być może również z kremem truskawkowym. Degustacja wcześniej upieczonych chlebów i ciastek maślanych i korzennych. stoisko Pięć Przemian
10:30-11:40	oficjalne otwarcie Targów scena
11:00-12:00	Świeże mielenie = zdrowe jedzenie. Zapraszamy na: - degustację ekologicznych produktów, - mielenie ziarna na świeżą mąkę, - samodzielne wykonanie płatków. stoisko NIRO
11:00-11:30	Sztuka palenia kawy. "Coraz więcej osób świadomie wybiera kawę i docenia jej prawdziwy smak. Ale co właściwie decyduje o tym, że kawa jest naprawdę dobra? Podczas pokazu na stoisku Quba Cafe zajrzymy za kulisy procesu, który w ogromnym stopniu kształtuje jej aromat i smak. Profesjonalny roaster, pasjonat i ekspert w sztuce palenia kawy, na żywo wypali ziarna i opowie o najważniejszych niuansach tego procesu – od temperatury i czasu palenia po moment, w którym ziarno zaczyna ujawniać swój prawdziwy charakter. Jeśli chcesz dowiedzieć się, jak powstaje smak kawy, bez którego nie wyobrażasz sobie poranka – koniecznie zajrzyj na stoisko Quba Cafe." stoisko Quba Cafe
11:00-11:20	Wiarygodność logo rolnictwa ekologicznego – nadzór nad wydanymi certyfikatami i produkcją ekologiczną. Obowiązek certyfikacji sklepów internetowych sprzedających produkty ekologiczne. Prezentacja będzie poświęcona wiarygodności unijnego logo rolnictwa ekologicznego oraz roli systemu kontroli i certyfikacji w zapewnieniu, że produkty oznakowane jako ekologiczne rzeczywiście spełniają wymagania prawne. Omówiony zostanie nadzór nad wydanymi certyfikatami i produkcją ekologiczną, a także obowiązek certyfikacji sklepów internetowych prowadzących sprzedaż produktów ekologicznych. sala konferencyjna Monika Zając

11:25-11:55 **Jak wybrać dobrą herbatę do swojego sklepu?**
Wybór herbaty do oferty sklepu to znacznie więcej niż decyzja o smaku czy atrakcyjnym opakowaniu. Coraz więcej klientów zwraca uwagę na pochodzenie produktu, jakość surowca, sposób produkcji oraz transparentność producenta. Jak odnaleźć się w gąszczu ofert i wybrać herbaty, które naprawdę reprezentują wysoką jakość? Podczas wykładu uczestnicy dowiedzą się: czym różni się herbata wysokogatunkowa od produktów masowych, jak oceniać jakość herbaty jeszcze przed degustacją, na jakie informacje na etykiecie warto zwracać uwagę, a które są wyłącznie chwytem marketingowym, jakie znaczenie mają kraj i region pochodzenia oraz sezon zbioru, które certyfikaty potwierdzają jakość i zrównoważoną produkcję, jak wybierać rzetelnych dostawców i importerów, jakie błędy najczęściej popełniają sklepy przy budowaniu oferty herbacianej. Wykład oparty jest na doświadczeniu zdobytym podczas licznych podróży po plantacjach herbaty w Indiach oraz wieloletniej pracy z herbatami klasy premium. Uczestnicy otrzymają praktyczne wskazówki, które pomogą świadomie wybierać produkty odpowiadające oczekiwaniom współczesnych klientów i budować ofertę opartą na jakości, a nie wyłącznie na marketingu.

sala konferencyjna

Anna Kozłowska

12:00-15:00 **Pszczółka miodna - od skali mikroskopowej, przez strukturę pszczołej rodziny, po znaczenie dla człowieka i ekosystemu.**
Przyjdź i odkryj fascynujący świat pszczoły miodnej – od mikroskopowej budowy jej ciała, przez złożoną organizację życia w rodzinie pszczołej, aż po kluczową rolę, jaką odgrywa w funkcjonowaniu ekosystemów i zapewnianiu bezpieczeństwa żywnościowego. Warsztat pozwoli spojrzeć na pszczoły z zupełnie nowej perspektywy, łącząc wiedzę biologiczną z praktycznymi przykładami ich znaczenia dla człowieka i przyrody.

stoisko WBiOŚ UŁ

12:00-13:00 **Cudze chwalicie, swego nie znacie, sami nie wiecie, co posiadacie. Prosto, smacznie, zdrowo.**
Na naszym stoisku będzie można skosztować bio produktów w tym ekologiczne makarony orkiszowe, a także makarony z samopszy i płaskurki.

stoisko NIRO

12:00-12:20 **Biodegradowalne opakowania przyszłości – od wizji do technologii.**
Czy opakowanie żywności może nie tylko ulec biodegradacji, ale także aktywnie chronić produkt przed psuciem? Podczas wykładu poznają Państwo projekt BIO4PAK – finansowany przez Europejską Radę ds. Innowacji (EIC Pathfinder Challenges), którego celem jest opracowanie nowej generacji opakowań wykorzystujących biodegradowalne polimery pochodzenia mikrobiologicznego oraz bakteriofagi zwalczające bakterie odpowiedzialne za psucie żywności. To rozwiązanie wyprzedzające swoją epokę – podczas gdy rynek przygotowuje się do zmian wynikających z rozporządzenia PPWR, naukowcy już projektują technologie, które mogą stać się standardem za 10–20 lat. Zapraszamy na spotkanie o tym, jak powstają przełomowe innowacje i dlaczego warto patrzeć dalej niż na najbliższą rewolucję w opakowaniach.

sala konferencyjna

dr hab. Karolina Rudnicka, prof. UŁ

12:15-12:30 **Cupping herbat organicznych - pokaz degustacyjny.**
Uczestnicy spróbują kilku certyfikowanych herbat organicznych i poznają podstawowe różnice w aromacie, smaku oraz jakości. To warsztat, który w przystępny sposób pokazuje, jak pochodzenie i sposób uprawy wpływają na końcowy produkt.

12:25-12:45	Masz bakterie pod kontrolą... czy tylko tak myślisz? Mikroorganizmy jako największe ryzyko i największa przewaga producenta naturalnej żywności. sala konferencyjna dr hab. inż. Agnieszka Nowak, prof. Uczelni
12:45-13:00	Cupping herbat organicznych - pokaz degustacyjny.
12:50-13:25	GOZ w praktyce – jak zielone technologie i startupy pomagają producentom żywności ograniczać odpady, emisje i koszty. Temat w kontekście aktualnej działalności ŁSSE łączy: - gospodarkę o obiegu zamkniętym, - wdrażanie innowacji, - wymierne korzyści środowiskowe (mniej odpadów, niższe emisje), - korzyści biznesowe (niższe koszty, większa efektywność), - rolę startupów i akceleracji jako sposobu na szybsze wdrażanie rozwiązań. sala konferencyjna Magda Kubicka Piotr Matulka Monika Tomaszewska goście z projektu akceleracyjnego SPARK 4.0
13:00-14:00	Świeże mielenie = zdrowe jedzenie. Zapraszamy na: - degustację ekologicznych produktów, - mielenie ziarna na świeżą mąkę, - samodzielne wykonanie płatków. stoisko NIRO
13:30-14:30	Jak rozpoznać herbatę najwyższej jakości? (wykład z profesjonalnym cuppingiem) Warsztat skierowany do przedstawicieli firm, gastronomii, sklepów oraz świadomych konsumentów. Uczestnicy dowiedzą się, jak odróżnić herbatę wysokiej jakości od produktów masowych, na co zwracać uwagę przy wyborze herbaty, jakie regiony słyną z najlepszych upraw oraz gdzie szukać herbat czystych i certyfikowanych. Spotkanie zakończy się pokazowym cuppingiem i degustacją porównawczą. sala B
13:30-14:30	Żywność oparta na wiedzy – od badań i innowacji do produktu Spojrzenie na to, skąd biorą się innowacje w branży spożywczej i dlaczego tylko część z nich ostatecznie trafia na rynek. Na przykładach znanych produktów oraz trendów, a także nowych badań, jak zmieniają się oczekiwania konsumentów i jak odpowiada na nie branża. Zagadnienia: • skąd branża spożywcza czerpie inspiracje do nowych produktów i jak lokalne trendy stają się trendami globalnymi, • jak zmieniają się oczekiwania wobec żywności – od smaku i wygody po funkcjonalność, skład, bezpieczeństwo i potwierdzone działanie, • jaka jest rola badań naukowych w weryfikowaniu pomysłów, składników i właściwości produktów, • gdzie przebiega granica pomiędzy innowacją, chwilową modą a skutecznym marketingiem, • jak współpraca przedsiębiorców z nauką może pomóc ocenić potencjał pomysłu i przełożyć wiedzę na produkt, który ma szansę znaleźć swoje miejsce na rynku. sala konferencyjna mgr Jarosław Kowalewski

14:00-15:00 **Cudze chwalicie, swego nie znacie, sami nie wiecie, co posiadacie. Prosto, smacznie, zdrowo.**
Na naszym stoisku będzie można skosztować bio produktów w tym ekologiczne makarony orkiszowe, a także makarony z samopszy i płaskurki.

stoisko NIRO

14:35-15:35 **Zdrowa gleba, zdrowa społeczność. O Art of Soil i kooperatywach spożywczych.**
Co się wydarzy, gdy o zdrowej glebie zaczną opowiadać artystki, naukowcy i lokalne kooperatywy? Wystawa, prelekcja i film Art of Soil zabiorą nas w podróż przez pięć opowieści o ziemi, żywności i wspólnocie z pięciu miast w Polsce.
Ta wielowymiarowa historia udowadnia, że sztuka i troska o środowisko mogą tworzyć realną, społeczną zmianę.

sala konferencyjna

Maria Rózga

15:00-18:00 **Drugie życie tworzyw sztucznych – od odpadów do odpowiedzialnych rozwiązań.**
Tworzywa sztuczne są źródłem mikroplastików, które mogą oddziaływać na środowisko i żyjące w nim organizmy. Jak ograniczyć ilość odpadów z tworzyw sztucznych i zmniejszyć skalę tego problemu? Podczas warsztatu poznasz zasady gospodarki o obiegu zamkniętym, dowiesz się, czym są biodegradowalne materiały i opakowania oraz jakie mogą mieć znaczenie w ograniczaniu wpływu odpadów na środowisko. Uzupełnieniem części edukacyjnej będzie interaktywny pokaz druku 3D z wykorzystaniem biodegradowalnego biomateriału oraz możliwość wykonania pamiątkowego elementu.

stoisko WBiOŚ UŁ

15:00-16:00 **Świeże mielenie = zdrowe jedzenie.**
Zapraszamy na:

- degustację ekologicznych produktów,
- mielenie ziarna na świeżą mąkę,
- samodzielne wykonanie płatków.

stoisko NIRO

15:00-15:15 **Cupping herbat organicznych - pokaz degustacyjny.**

15:30-15:45 **Cupping herbat organicznych - pokaz degustacyjny.**

15:45-17:00

Fotografia Produktowa, Żywności i Lifestyle w Budowaniu Marki

W ramach naszego wykładu oraz warsztatów, przyjrzymy się kluczowym różnicom między fotografią produktową, fotografią żywności oraz lifestyle. Zrozumienie tych różnic jest istotne dla skutecznego wdrażania strategii marketingowych oraz budowania silnych marek i produktów.

Kluczowe zagadnienia wykładu:

- Definicje i różnice: Zbadamy, czym dokładnie różnią się te trzy obszary fotografii. Omówimy ich zastosowanie w różnych kampaniach reklamowych oraz strategiach marketingowych.
- Rola w budowaniu marki: Zrozumienie, jak każda z tych fotografii wpływa na postrzeganie marki, jej identyfikację oraz wizerunek. Jakie techniki i elementy wizualne są kluczowe dla efektywnego komunikowania wartości marki?
- Wyzwania fotografii żywności: Skupimy się na specyfice fotografii gastronomicznej, która wymaga nie tylko artystycznej wizji, ale również technicznych umiejętności. Omówimy znaczenie odpowiedniego oświetlenia, oddania tekstur oraz kolorystyki, które mają kluczowy wpływ na ostateczny efekt.
- Techniki i studio: Przedstawimy różne techniki wykorzystywane w fotografii żywności, a także omówimy znaczenie odpowiedniego wyposażenia studia oraz możliwości sesji plenerowych. Jakie są najlepsze praktyki, aby uzyskać najwyższej jakości zdjęcia?
- Przykłady zastosowań: Zaprezentujemy przykłady zrealizowanych projektów, które efektywnie wykorzystują różne podejścia do fotografii, a także omówimy, jak te zdjęcia mogą być wykorzystywane w kampaniach marketingowych i mediach społecznościowych.

sala konferencyjna

dr Sebastian Komicz

16:00-17:00

Cudze chwalicie, swego nie znacie, sami nie wiecie, co posiadacie. Prosto, smacznie, zdrowo.

Na naszym stoisku będzie można skosztować bio produktów w tym ekologiczne makarony orkiszowe, a także makarony z samopszy i płaskurki.

stoisko NIRO

16:15-17:45

Premium Tea Experience - sensoryka, certyfikacja i właściwości zdrowotne herbat z Indii

Warsztat dla osób, które chcą poszerzyć swoją wiedzę o herbacie premium. W programie znajdzie się degustacja wyselekcjonowanych herbat z Indii, podstawy profesjonalnej oceny sensorycznej, omówienie certyfikacji jakości i upraw ekologicznych, wpływu terroir na smak oraz właściwości zdrowotnych wysokogatunkowych herbat.

sala B

17:00-18:00

Świeże mielenie = zdrowe jedzenie.

Zapraszamy na:

- degustację ekologicznych produktów,
- mielenie ziarna na świeżą mąkę,
- samodzielne wykonanie płatków.

stoisko NIRO

SOBOTA 28 LISTOPADA

10:00-18:00 Musujący i prozdrowotnie.
Kombucza to musujący napój powstający po kilkudniowej fermentacji słodzonych roślinnych naparów (z herbat, ziół, kwiatów, owoców, itp.) przez tzw. grzybek herbaciany (japoński), czyli symbiotyczną kulturę bakterii i drożdży. Lekko schłodzona świetnie orzeźwia, a jednocześnie jest dla naszych organizmów cennym źródłem probiotyków i szeregu prozdrowotnych metabolitów, w tym antyoksydantów. Uczestnicy pokazu zobaczą „grzybek herbaciany” (również pod mikroskopem) oraz prześledzą kolejne etapy otrzymywania kombuczy (z uwzględnieniem warunków domowych), a ostatecznie, wizualnie i zapachowo porównają kombucze wyprodukowane na bazie różnorodnych surowców. Pokaz - bez ograniczenia wiekowego.

stoisko WBiOŚ UŁ

10:00-18:00 Pokazy i degustacje - bez glutenu.
Przygotowywane będą świeże, bezglutenowe gofry z kremami czekoladowymi, a być może również z kremem truskawkowym.
Degustacja wcześniej upieczonych chlebów i ciastek maślanych i korzennych.

stoisko Pięć Przemian

10:00-11:00 Świeże mielenie = zdrowe jedzenie.
Zapraszamy na:
- degustację ekologicznych produktów,
- mielenie ziarna na świeżą mąkę,
- samodzielne wykonanie płatków.

stoisko NIRO

10:05-10:25 Od komórki do kotleta – droga bez męki.

sala konferencyjna

dr hab. inż. Małgorzata Zakłós-Szyda, prof. Uczelni

10:15-10:30 Cupping herbat organicznych - pokaz degustacyjny.

10:30-11:00 Zero waste w praktyce: jak z produktów ubocznych tworzyć funkcjonalną żywność przyszłości

Wystąpienie poświęcone będzie praktycznym możliwościom wykorzystania produktów ubocznych przetwórstwa żywności jako wartościowych surowców do otrzymywania innowacyjnych składników funkcjonalnych, takich jak enkapsulaty, suplementy diety, odżywki oraz dodatki do żywności. Zaprezentowane zostaną przykłady rozwiązań technologicznych wpisujących się w założenia gospodarki cyrkularnej, koncepcji zero waste oraz trendów clean label, pokazujące, w jaki sposób produkty uboczne mogą stać się pełnowartościowymi produktami o wysokim potencjale funkcjonalnym.

W ramach wystąpienia omówione zostaną również możliwości nowoczesnej oceny jakości i bezpieczeństwa takich produktów, obejmujące zaawansowane metody analityczne (m.in. UHPLC, badania właściwości antyoksydacyjnych z wykorzystaniem EPR oraz metod spektrofotometrycznych, analizy przeciwzapalne), ocenę stabilności i przechwalnictwa oraz kompleksową analizę sensoryczną, w tym z zastosowaniem narzędzi sensoryki instrumentalnej (elektroniczny nos i elektroniczny język). Wystąpienie skierowane jest zarówno do środowiska naukowego, jak i producentów oraz konsumentów zainteresowanych świadomym, zrównoważonym podejściem do żywności funkcjonalnej.

sala konferencyjna

dr hab. inż. Joanna Oracz, prof. Uczelni
dr inż. Gabriela Kowalska

10:45-11:00	Cupping herbat organicznych - pokaz degustacyjny.
11:00-12:00	Przy polskim stole - wino i regionalne przysmaki. sala B
11:05-11:35	Co wspólnego ma NASA z polską żywnością? - o kosmicznej technologii, która zmienia przyszłość Najwyższy czas przestać marnować potencjał natury. Technologia rodem z kosmosu potrafi dosłownie "zamrozić w czasie" ulatującą świeżość, smak i potężną dawkę witamin na długi czas. Przyjrzymy się bliżej fenomenowi liofilizacji i spróbujemy odpowiedzieć na pytanie: czy wszystko da się i warto liofilizować? sala konferencyjna Co-founder Nutrileaf Dorota Rozalia Dątek
11:40-12:35	Talerz pod lupą: co naprawdę znajduje się na naszym talerzu. Zagadnienia: • Budowa i funkcja przewodu pokarmowego - krótkie wprowadzenie. • Wybrane choroby przewodu pokarmowego. • Składniki żywności o właściwościach prozdrowotnych? • Dodatki do żywności i ich wpływ na zdrowie. • Parę słów o żywności funkcjonalnej. sala konferencyjna prof. dr hab. n.med. Jakub Fichna
12:00-15:00	Mikro-wyprowa w głąb owoców, warzyw i ziół. Wyruszymy w podróż w głąb owoców, warzyw i ziół, by odkryć niezwykle świat komórek roślinnych. Przez okienko mikroskopowego wehikułu zobaczymy komórkowe krainy ukryte w tym, co na co dzień trafia na nasze talerze. Będą to żywe krajobrazy pełne tajemnic życia, niezwykle metropolie wyposażone w zielone fabryki słodkości (chloroplasty), barwne apteki witamin (chromoplasty), pełne spichlerze zapasów (leukoplasty), dynamiczne reaktory energii (mitochondria), artystyczne galerie barw (wakuole), zasobne skarbcze precjozów (kryształy) oraz ratusz życia – centrum dowodzenia (jądro i jąderko), gdzie przechowywana i odczytywana jest instrukcja istnienia (DNA). Warsztaty są przeznaczone dla wszystkich odkrywców od 5-tego roku życia, bez górnej granicy wieku! stoisko WBiOŚ UŁ
12:00-15:00	Kuchenna perfumeria. Rośliny produkują olejki eteryczne - silnie aromatyczne, wyjątkowo lotne koktajle związków organicznych o zróżnicowanej budowie chemicznej. Korzystamy z nich na co dzień: poprawiamy nimi potrawy, tworzymy zapachową atmosferę sprzyjającą relaksowi, budujemy nastrój. Znacznie rzadziej pamiętamy, że wiele olejków eterycznych to zarazem potężna broń przeciw drobnoustrojom - grzybom, bakteriom i wirusom - często skuteczniejsza niż standardowo stosowane antybiotyki. Podczas warsztatów zaprezentujemy wyniki biotestów, które odsłonią ich prawdziwą moc: sprawdzimy działanie przeciwdrobnoustrojowe wybranych, powszechnie dostępnych olejków eterycznych wobec typowych patogenów domowych oraz grzybowych i bakteryjnych patogenów roślin uprawnych. Uczestnicy warsztatów będą mogli także stanąć w szranki w konkursie na sensoryczne rozpoznawanie aromatów roślinnych - to prawdziwy test nosa i zmysłów! Warsztaty bez ograniczeń wiekowych. stoisko WBiOŚ UŁ

12:00-13:30	Żywność ekologiczna walory smakowe oraz wpływ na zdrowie. Bazar Smaku kuchnia targowa
12:00-13:00	Cudze chwalicie, swego nie znacie, sami nie wiecie, co posiadacie. Prosto, smacznie, zdrowo. Na naszym stoisku będzie można skosztować bio produktów w tym ekologiczne makarony orkiszowe, a także makarony z samopszy i płaskurki. stoisko NIRO
12:30-14:00	Premium Tea Experience - sensoryka, certyfikacja i właściwości zdrowotne herbat z Indii Warsztat dla osób, które chcą poszerzyć swoją wiedzę o herbacie premium. W programie znajdzie się degustacja wyselekcjonowanych herbat z Indii, podstawy profesjonalnej oceny sensorycznej, omówienie certyfikacji jakości i upraw ekologicznych, wpływu terroir na smak oraz właściwości zdrowotnych wysokogatunkowych herbat. sala B
12:40-13:40	Grzyby - super żywność. Obecnie istnieje duże zainteresowanie żywnością nieprzetworzoną (I kategoria żywności), która oprócz dostarczania podstawowych wartości odżywczych ma pozytywny wpływ na funkcjonowanie organizmu człowieka i stanowi profilaktykę zdrowotną, dlatego otrzymywanie grzybów w uprawach i ich dostępność dla konsumentów jest niezwykle istotna. Należy podkreślić, że wciąż wiele gatunków grzybów jest uprawianych w niewielkich ilościach lub pozyskiwanych jedynie ze stanowisk naturalnych. Za jadalne uznaje się około 3000 gatunków grzybów, z czego około 100 z nich pozyskuje się komercyjnie, a tylko kilkanaście gatunków pozyskuje się na skalę przemysłową. Na podstawie badań naukowych udowodniono wiele prozdrowotnych właściwości grzybów. Są to między innymi właściwości przeciwzapalne, immunomodulujące, przeciwcukrzycowe, antyoksydacyjne, hepatoprotekcyjne, przeciwnowotworowe, przeciwmiażdżycowe, przeciwwirusowe, przeciwbakteryjne i przeciugrzybicze. Grzyby są bogatym źródłem różnorodnych substancji biologicznie aktywnych, a do najcenniejszych z nich należą polisacharydy, terpenoidy, związki fenolowe, związki indolowe, karotenoidy, flawonoidy, sterole, witaminy, lowastatyna, ergotioneina oraz biopierwiastki. sala konferencyjna prof. dr hab. nmed. i n o zdr. Bożena Muszyńska
13:00-14:00	Świeże mienienie = zdrowe jedzenie. Zapraszamy na: - degustację ekologicznych produktów, - mienienie ziarna na świeżą mąkę, - samodzielne wykonanie płatków. stoisko NIRO
13:45-15:15	Żywność ekologiczna w każdej szkole, przedszkolu i żłobku. Jak to zrobić? sala konferencyjna
14:00-16:00	Świeże mienienie = zdrowe jedzenie. Zapraszamy na: degustację ekologicznych produktów, mienienie ziarna na świeżą mąkę, samodzielne wykonanie płatków.

14:00-15:00	Cudze chwalicie, swego nie znacie, sami nie wiecie, co posiadacie”. Prosto, smacznie, zdrowo.
14:00-15:00	Cudze chwalicie, swego nie znacie, sami nie wiecie, co posiadacie. Prosto, smacznie, zdrowo. Na naszym stoisku będzie można skosztować bio produktów w tym ekologiczne makarony orkiszowe, a także makarony z samopszy i płaskurki. stoisko NIRO
14:30-15:30	Jak rozpoznać herbatę najwyższej jakości? (wykład z profesjonalnym cuppingiem) Warsztat skierowany do przedstawicieli firm, gastronomii, sklepów oraz świadomych konsumentów. Uczestnicy dowiedzą się, jak odróżnić herbatę wysokiej jakości od produktów masowych, na co zwracać uwagę przy wyborze herbaty, jakie regiony słyną z najlepszych upraw oraz gdzie szukać herbat czystych i certyfikowanych. Spotkanie zakończy się pokazowym cuppingiem i degustacją porównawczą. sala B
15:00-16:00	Świeże mielenie = zdrowe jedzenie. Zapraszamy na: - degustację ekologicznych produktów, - mielenie ziarna na świeżą mąkę, - samodzielne wykonanie płatków. stoisko NIRO
15:20-16:30	Co to jest żywność wysokiej jakości. Mity i fakty. sala konferencyjna dr Katarzyna Jakubowska minister Dorota Bocheńska dr Agata Szczebyło dr Justyna Żwolińska Patrycja Wanat
16:00-17:00	Przy polskim stole - wino i regionalne przysmaki. sala B
16:00-17:00	Cudze chwalicie, swego nie znacie, sami nie wiecie, co posiadacie. Prosto, smacznie, zdrowo. Na naszym stoisku będzie można skosztować bio produktów w tym ekologiczne makarony orkiszowe, a także makarony z samopszy i płaskurki. stoisko NIRO
16:45-17:00	Co dziś zachwyca świat sera? Trendy i inspiracje prosto z World Cheese Awards 2026 sala konferencyjna Jolanta Lunitz

17:00-18:00 **Świeże mielenie = zdrowe jedzenie.**

Zapraszamy na:

- degustację ekologicznych produktów,
- mielenie ziarna na świeżą mąkę,
- samodzielne wykonanie płatków.

stoisko NIRO

17:30-17:45 **Cupping herbat organicznych - pokaz degustacyjny.**

18:30-22:00 **koktajl branżowy Naturalnie wieczorem**

stoisko Stare Kino

NIEDZIELA 29 LISTOPADA

10:00-14:30 **Pokazy i degustacje - bez glutenu.**

Przygotowywane będą świeże, bezglutenowe gofry z kremami czekoladowymi, a być może również z kremem truskawkowym.

Degustacja wcześniej upieczonych chlebów i ciastek maślanych i korzennych.

stoisko Pięć Przemian

10:10-11:05 **Nowy klimat – nowe rośliny. Jakie drzewa i krzewy użytkowe i ozdobne uprawiać w najbliższej przyszłości?**

Coraz łagodniejsze zimy i gorące lata sprawiają, że uprawa wrażliwych, ciepłolubnych drzew i krzewów zaczyna być w Polsce możliwa. Dotyczy to dużej grupy gatunków ozdobnych, ale także tych o jadalnych owocach i nasionach. Część z nich to zaledwie ciekawostki botaniczne, ale niektóre mogą być całkiem atrakcyjne jako nowe, choć na razie jeszcze amatorskie rośliny sadownicze.

sala konferencyjna

mgr inż. Piotr Banaszczyk

10:15-10:30 **Cupping herbat organicznych - pokaz degustacyjny.**

10:30-11:30 **Cudze chwalicie, swego nie znacie, sami nie wiecie, co posiadacie. Prosto, smacznie, zdrowo.**

Na naszym stoisku będzie można skosztować bio produktów w tym ekologiczne makarony orkiszowe, a także makarony z samopszy i płaskurki.

stoisko NIRO

10:30-10:50 **Miód nie tylko do jedzenia – zastosowanie w kosmetyce**

Miód to nie tylko cenny produkt spożywczy, ale także jeden z najstarszych naturalnych kosmetyków. Od wieków wykorzystywano go do pielęgnacji skóry i włosów, a współczesna nauka potwierdza wiele przypisywanych mu właściwości. Podczas spotkania opowiem, co sprawia, że miód jest tak wartościowym składnikiem kosmetyków, oraz pokażę, jak wykorzystać go do przygotowania prostych kosmetyków w domowym zaciszu.

sala konferencyjna

dr Katarzyna Łudzik-Dychto

11:10-11:40 **Grzyby jadalne – więcej niż smak. Co nam oferują grzyby jako składnik diety?**
Grzyby jadalne to nie tylko wyjątkowy smak i aromat, ale także wartościowy składnik zdrowej, różnorodnej diety. Podczas wykładu przyjrzymy się ich wartości odżywczej oraz składnikom bioaktywnym, takim jak β -glukany, ergosterol, związki fenolowe czy ergotioneina. Na przykładzie dobrze znanych gatunków, jak borowik, pieczarka czy bocznik, dowiemy się, co współczesna nauka mówi o ich potencjalnym wpływie na odporność, metabolizm, funkcje poznawcze i ogólny stan organizmu. Wykład pokaże, gdzie kończą się naukowe dowody, a zaczynają popularne mity i marketingowe obietnice. Porozmawiamy także o różnorodności grzybów jadalnych oraz bezpieczeństwie spożywania grzybów dziko rosnących

sala konferencyjna

dr hab. Izabela Kałucka, prof. UŁ

11:30-12:30 **Świeże mielenie = zdrowe jedzenie.**
Zapraszamy na:

- degustację ekologicznych produktów,
- mielenie ziarna na świeżą mąkę,
- samodzielne wykonanie płatków.

stoisko NIRO

11:30-11:45 **Cupping herbat organicznych - pokaz degustacyjny.**

11:45-12:05 **Grzyby o właściwościach prozdrowotnych – od tradycji do medycyny przyszłości**
Grzyby o właściwościach prozdrowotnych zyskują coraz większą popularność dzięki rozwojowi nowoczesnych metod badawczych, które pozwalają zweryfikować wiedzę gromadzoną przez wieki w różnych kulturach świata. Reishi, sopłówka (lwia grzywa) czy kordyceps – modne nazwy czy rzeczywisty potencjał dla zdrowia człowieka? Skąd wzięło się zainteresowanie grzybami w kontekście wspierania organizmu i profilaktyki chorób cywilizacyjnych oraz co na ten temat mówi współczesna nauka? O tym porozmawiamy podczas wykładu na targach Natura Food 2026.

sala konferencyjna

mgr Sebastian Piskorski

12:00-15:00 **Dobre bakterie na talerzu.**
Czy wiesz, że w wielu produktach spożywczych kryją się miliony pożytecznych mikroorganizmów? Podczas warsztatu zajrzymy do ich mikroskopowego świata, obserwując żywność fermentowaną pod mikroskopem i poznając rolę probiotyków w procesach fermentacji oraz ich znaczenie dla jakości żywności i zdrowia człowieka.

stoisko WBiOŚ UŁ

12:10-13:10 **Głód szczęścia, czyli jak współczesne jedzenie nie karmi już wystarczająco.**
Człowiek jest istotą specyficzną. Jedzenie nie ma dla niego wymiaru wyłącznie fizjologicznego. Ludzie muszą karmić ciało, rozum i ducha. Realia dzisiejszych czasów stawiają przed nami wyzwania wszystkich tych wymiarach.

Dr inż. Katarzyna Korzeń specjalizuje się w fizjologii i neuropsychologii smakowania oraz w chemii sensorycznej jedzenia. Od ponad dekadę pracuje z winem i kuchnią we wszystkich ważnych dla człowieka ujęciach. Opowie o tym jakie są nasze potrzeby i przystosowania pokarmowe (fizyczne, psychiczne i duchowe) oraz o tym jakie nasze pożywienie było pierwotnie, jak dalekie od naturalności jest dziś i jakie powinno być, żeby służyło naszemu ciału, poprawiało samopoczucie i budowało nasz dobrostan. Istotne jest nie tylko to co jemy, ale również jak, gdzie i z kim. Jedzenie jest jedną z najważniejszych czynności życiowych, a dla człowieka ma szczególne znaczenie.

sala konferencyjna

dr inż. Katarzyna Korzeń

12:30-13:30 **Cudze chwalicie, swego nie znacie, sami nie wiecie, co posiadacie. Prosto, smacznie, zdrowo.**
Na naszym stoisku będzie można skosztować bio produktów w tym ekologiczne makarony orkiszowe, a także makarony z samopszy i płaskurki.

stoisko NIRO

13:10-13:40 **Miód nie tylko do jedzenia – zastosowanie w kosmetyce.**
Miód to nie tylko cenny produkt spożywczy, ale także jeden z najstarszych naturalnych kosmetyków. Od wieków wykorzystywano go do pielęgnacji skóry i włosów, a współczesna nauka potwierdza wiele przypisywanych mu właściwości. Podczas spotkania opowiem, co sprawia, że miód jest tak wartościowym składnikiem kosmetyków, oraz pokażę, jak wykorzystać go do przygotowania prostych kosmetyków w domowym zaciszu.

sala konferencyjna

dr Katarzyna Łudzik-Dychto

13:30-14:30 **Premium Tea Experience - sensoryka, certyfikacja i właściwości zdrowotne herbat z Indii**
Warsztat dla osób, które chcą poszerzyć swoją wiedzę o herbacie premium. W programie znajdzie się degustacja wyselekcjonowanych herbat z Indii, podstawy profesjonalnej oceny sensorycznej, omówienie certyfikacji jakości i upraw ekologicznych, wpływu terroir na smak oraz właściwości zdrowotnych wysokogatunkowych herbat.

sala B

13:30-14:30 **Świeże mielenie = zdrowe jedzenie.**
Zapraszamy na:

- degustację ekologicznych produktów,
- mielenie ziarna na świeżą mąkę,
- samodzielne wykonanie płatków.

stoisko NIRO

13:40-14:15 **Odmładzanie i długowieczność w zgodzie z naturą.**
Ajurweda, najstarsza nauka o zdrowiu i życiu podpowiada jak zapobiegać, aby później nie leczyć. Rasayana i Kaya Kalpa to dziedziny ajurwedy w całości zadedykowane odmładzaniu i długowieczności. Jak za pomocą diety, ziół i pielęgnacji przy użyciu ajurwedyjskich olejów ziołowych możemy wspierać wielopoziomą odnowę naszego ciała? Odpowiedzi na te pytania udzielimy na wykładzie oraz uzupełniającym go pokazie "jedzenia, które leczy"..

sala konferencyjna

Karolina i Maciej Szaciłło