

naturasi

BIO PER VOCACIÓ

*Preus vàlids durant el període de
vigència de la promoció excepte
errors tipogràfics.

01

Tema del mes
**El cor darrere
de l'agricultura
ecològica**

03

**Tornar a començar:
moment de
reajustar el ritme**

04

**Amb què neteges
casa teva realment?**

05

Marca del mes:
NaturaSi

07

**Lifebar: Energia
natural, sabor autèntic**



El cor darrere de l'agricultura ecològica

El 9 de setembre, Dia Mundial de l'Agricultura, és un dia que ens convida a recordar una cosa: abans d'omplir la cistella, algú ha cuidat la terra. Perquè l'agricultura no és només producció; és aigua, sòl, llavors, clima, paisatge i, sobretot, persones i ofici. És la paciència infinita de sembrar amb la incertesa de com vindrà la temporada, és la constància d'observar el camp i comprendre que els cultius ecològics tenen un procés únic abans d'arribar a la botiga.

L'ànima darrere de l'agricultura ecològica



En l'agricultura ecològica, aquesta mirada és el motor de tot. La normativa europea regula la producció bio, la seva certificació i els seus controls, és cert; però darrere del segell oficial es mou una cosa molt més important. La manera de treballar que busca mantenir la fertilitat natural del sòl, potenciar la biodiversitat i eliminar els químics nocius. Posar el focus en la salut i el medi ambient.

Produir aliments no hauria de significar esgotar la terra, sinó acompanyar-la perquè continuï donant vida.

La FAO (Organització de les Nacions Unides per a l'Alimentació i l'Agricultura) ens recorda que el sòl no és un simple suport inert on plantar. És un ecosistema viu, format per matèria orgànica, aigua, aire, minerals i organismes. Sota els nostres peus habiten arrels, fongs, cucs de terra i insectes que fan possible la fertilitat. Quan el sòl s'empobreix, hi perdem tots: pateix l'aigua, s'apaga el paisatge i es ressent la qualitat nutricional del que arriba a la taula.



Aliments amb futur i origen

Per això, parlar d'agricultura significa dibuixar el futur. Decidim com volem produir, comprar i alimentar-nos. L'agroecologia insisteix que els sistemes alimentaris no es poden separar de les persones, del territori ni de la cura dels recursos.

Nosaltres compartim aquesta visió des de les nostres botigues: donar suport a qui cultiva amb respecte, donar valor real a l'origen i apropar-te aliments que neixen d'una altra relació amb la natura. Triar bio no és només canviar de producte; és recolzar agricultors que aporten més temps, més cura i més compromís.

A NaturaSi som conscients que una decisió petita i quotidiana és capaç de sostenir una història molt més gran: Una agricultura viva i conscient.

Torna a la rutina amb els imprescindibles de Solaray



TORNADA A L'ESCOLA / RUTINA



**10%
DTE**

Cookies de civada
i xocolata 50g
BIO Barcelona Vegan

1,89€ ~~2,10€~~



**10%
DTE**

Suc de poma
200ml BIO
Cal Valls

0,98€ ~~1,09€~~



**10%
DTE**

Puré de poma, nabius i
maduixa doypack / Puré de poma
i plàtan doypack 100g BIO Frulla*

1,13€ ~~1,25€~~



**15%
DTE**

Galetes d'espelta amb xips
de xocolata / Galetes de cacau i
xocolata 250g BIO Biocop*

3,38€ ~~3,98€~~



**15%
DTE**

Galetes d'espelta integral 260g/
Galetes de flocs de civada
i fruites 250g BIO Biocop*

3,31€ ~~3,89€~~



**15%
DTE**

Galetes d'espelta integral, llimona i
gingebre / de flocs de civada integral
i fruits vermells 250g BIO Biocop*

3,38€ ~~3,98€~~



**15%
DTE**

Galetes d'espelta,
fajol i coco
250g BIO Biocop

3,27€ ~~3,85€~~

NOVETAT



**15%
DTE**

Coquetes d'arròs amb xocolata
amb llet / d'arròs amb xocolata
negra 100g BIO Vegetalia*

2,51€ ~~2,95€~~



**MILLOR
PREU**

Muffin poma 4x40g
BIO Si Essenziali

2,50€



**20%
DTE**

Muesli Krunchy de xocolata /
Muesli Krunchy de poma
i canyella 375g BIO Barnhouse*

3,91€ ~~4,89€~~



**10%
DTE**

Xocolata negra 85%
100g BIO Vivani

3,56€ ~~3,95€~~



**10%
DTE**

Beguda d'arròs
s/gluten 1L BIO Rel

1,62€ ~~1,80€~~



**10%
DTE**

Paté de bolets amb tòfona
100g BIO Can Garriga

3,06€ ~~3,40€~~



**10%
DTE**

Crema de cacahuete torrat
400g BIO Oleander

6,74€ ~~7,49€~~



**10%
DTE**

Vitaseeds 5 llavors amb
nabiu s/gluten 300g
BIO El Granero

7,25€ ~~8,05€~~



**10%
DTE**

Beguda vegetal de civada
i matxa 1L BIO Isola Bio

2,88€ ~~3,20€~~



**15%
DTE**

Beguda vegetal de civada
Protein 1L BIO Isola Bio

2,51€ ~~2,79€~~



**10%
DTE**

Beguda d'arròs i avellana
1L BIO Isola Bio

3,59€ ~~3,99€~~



**10%
DTE**

Beguda de coco
sense sucre 1L BIO Isola Bio

2,69€ ~~2,99€~~

*Preu individual per article.

Tornar a començar: moment de reajustar el ritme

La tornada a la rutina després de les vacances es viu sovint com un xoc de descompressió. El despertador torna a sonar i apareix la síndrome postvacacional: fatiga, canvis d'humor, boira mental o la falta d'embranchada física. Però la tornada no té per què ser un trencament adaptatiu; podem fer que la tornada sigui molt més fàcil si escoltem el cos i li donem exactament el que necessita per recuperar el seu ritme.

Restaurar l'energia i calmar la ment

Després dels desajustos de l'estiu, el sistema nerviós està revolucionat i el son canvia. Per recuperar la serenitat i dormir bé, el cos necessita aliats com la **melatonina** i **plantes relaxants**, o el **triptòfan** per elevar la serotonina i millorar l'estat d'ànim. A més, per **calmar l'estrès cel·lular**, relaxar els músculs i activar l'energia mental, és vital reposar nutrients com el **magnesi** i **les vitamines del grup B**. I si notes que la musculatura s'ha ressentit, la **creatina** serà una aliada clau per recuperar la força i el rendiment en la teva rutina física.

La fatiga de la tornada no és falta de voluntat; és el cos demanant nutrients clau per adaptar-se al nou cicle.



Preparar el terreny per al nou curs

La disminució de les hores de sol de setembre compromet la vitamina D3 (que necessita la K2 per una millor absorció), debilitant els ossos i les defenses. Per evitar aquesta baixada i combatre el desgast, un suport complet de multivitamínics, minerals i superfoods ens retornarà la "guspira" vital.

A les nostres botigues t'assessorarem personalment per ajudar-te a detectar quins nutrients necessita el teu organisme per recuperar la vitalitat, calmar la ment i reforçar les teves defenses.


10%
DTE

D3 & K2 (MK7)
60 vcaps Solaray

21,43€ ~~23,81€~~

10%
DTE

Spectro Energy
60 vcaps Solaray

23,57€ ~~26,19€~~

10%
DTE

Relaxin+
60 càpsules Feralive

17,91€ ~~19,90€~~

10%
DTE

Creatina
300g Feralive

17,91€ ~~19,90€~~

15%
DTE

Triptòplus
30 càpsules Nadiu

10,16€ ~~11,95€~~

10%
DTE

B Complex
60 vcaps Nadiu

13,46€ ~~14,95€~~

10%
DTE

Vital Plus
45 comprimits Nadiu

16,16€ ~~17,95€~~

10%
DTE

Magnesi bisglicinat
60 càpsules Nadiu

11,48€ ~~12,75€~~

*Els complementos alimentaris no s'han d'utilitzar com a substituents d'una dieta equilibrada i un estil de vida saludable. En cas de pertànyer a un grup de risc, consulta amb el teu professional de la salut.

Amb què neteges casa teva realment?

Ja hem parlat de l'Eurofulla i dels segells que avalen la cosmètica. Avui volem parlar-vos sobre la neteja de la nostra llar. Rentar la roba, netejar els plats, fer la cuina, també forma part de la manera com cuidem la nostra salut i el medi.

A les prestatgeries, molts detergents es camuflen de verd: fulles, colors, paraules com “natural” o “eco”. Però no sempre són el que diuen ser. Per això és important mirar més enllà de l'envàs i fixar-nos en què explica realment l'etiqueta i com ho explica: els ingredients, l'origen de les matèries primeres, la certificació o els pictogrames de seguretat.

Un producte de neteja més respectuós hauria de ser transparent. Hauria d'evitar ingredients innecessaris, reduir l'impacte sobre l'aigua i el medi, i oferir fórmules eficaces sense carregar casa nostra de residus químics prescindibles.

Sabies que el detergent que fem servir a la rentadora no desapareix del tot i acaba seguint el seu camí cap a l'aigua dels rius i el mar?

I així neix BIOBEL. Una marca de productes de neteja creada per Jabones Beltrán, que elabora sabons, detergents i productes amb **certificació ecològica Ecocert Natural**.



Les seves fórmules recuperen el sabó tradicional i aposten per ingredients d'origen natural, sense colorants ni perfums sintètics innecessaris.

BIOBEL s'adapta a totes les necessitats d'una llar oferint una gamma pensada per a diferents usos i moments. Detergents i sabons, llevadors de taques i productes específics de neteja, productes concentrats per reduir producte i envasos i una secció especial de productes de neteja a granel, que promou el reciclatge eliminant envasos i cuidant el medi ambient.

Biobel & Naturasí: Perquè tenir una casa neta no hauria de significar embrutar el planeta.



10%
DTE

Detergent líquid
a granel BIO Biobel

4,91€/litre ~~5,45€~~



10%
DTE

Percarbonat
1kg BIO Biobel

7,61€ ~~8,45€~~



10%
DTE

Sabó llevataques
750ml BIO Biobel

4,14€ ~~4,60€~~



10%
DTE

Sabó per a nadons i peces
delicades 1,5L BIO Biobel

8,96€ ~~9,95€~~



10%
DTE

Rentavaixelles
a granel BIO Biobel

5,15€/litre ~~5,72€~~



10%
DTE

Vinagre de neteja
1L BIO Biobel

2,66€ ~~2,95€~~



10%
DTE

Netejador per a la llar
1L BIO Biobel

6,35€ ~~7,05€~~



10%
DTE

Netejavidres spray
750ml BIO Biobel

5,04€ ~~5,60€~~

NaturaSi: marca de qualitat superior

Qualitat, origen i sabor en una nova marca 100% bio.



Arriba **NaturaSi**, la nostra **nova marca de màxima qualitat**: una selecció exclusiva de productes **100% ecològics certificats** que reflecteix una manera d'entendre l'alimentació basada en l'origen, la cura de les matèries primeres i el respecte pel territori.

Cada producte parteix d'una selecció acurada de matèries primeres i del treball d'elaboradors especialitzats, amb una aposta pel preu just per als agricultors i productors. Una proposta creada amb criteri, qualitat i confiança.

Vols saber què hi ha darrere de la nova marca NaturaSi?



Escaneja el QR i descobreix-ne tota la història



Comencem amb una selecció inspirada en la cultura gastronòmica italiana, però arrelada al camp i a la manera de fer de NaturaSi: llavors, matèries primeres i elaboracions vinculades al seu ecosistema productiu. Pasta de blat Turanicum, passata, pestos, grissini, vinagre balsàmic de Mòdena i arròs per a risotto, per portar a taula qualitat, origen i sabor.



10% DTE

Grissini a l'aigua / Grissini integrals
150g BIO NaturaSi*

2,24€ ~~2,49€~~



10% DTE

Espaguetis Turanicum trefilats
al bronze 500g BIO NaturaSi

3,14€ ~~3,49€~~



10% DTE

Penne Turanicum trefilats
al bronze 500g BIO NaturaSi

3,14€ ~~3,49€~~



10% DTE

Fusilli Turanicum trefilats
al bronze 500g BIO NaturaSi

3,14€ ~~3,49€~~



10% DTE

Passata de tomàquet
500g BIO
NaturaSi

2,52€ ~~2,80€~~



10% DTE

Salsa arrabbiata /
Salsa d'olives i tàperes
190g BIO NaturaSi*

3,02€ ~~3,35€~~



10% DTE

Salsa de tomàquet
amb alfàbrega 190g
BIO NaturaSi

3,02€ ~~3,35€~~



10% DTE

Salsa de verdures
de l'horta 190g
BIO NaturaSi

3,02€ ~~3,35€~~



10% DTE

Salsa de verdures
190g BIO
NaturaSi

3,02€ ~~3,35€~~



10% DTE

Pesto vegetal sense all
amb alfàbrega genovesa
90g BIO NaturaSi

3,50€ ~~3,80€~~



10% DTE

Arròs ribe
per a risottos 1kg
BIO NaturaSi

5,67€ ~~6,30€~~



10% DTE

Vinagre balsàmic
de Mòdena 250ml
BIO NaturaSi

3,38€ ~~3,75€~~

*Preu individual per article.



10%
DTE

Tofu fresc 250g
BIO Natursoy
3,02€ ~~3,35€~~



10%
DTE

Tofu a la italiana 250g
BIO Natursoy
3,25€ ~~3,61€~~



10%
DTE

Tofu fumat 250g
BIO Natursoy
3,92€ ~~4,35€~~



10%
DTE

Seitan 250g
BIO Natursoy
4,19€ ~~4,65€~~



10%
DTE

Seitan arrebossat en filets
180g BIO Natursoy
4,77€ ~~5,30€~~



10%
DTE

Seitan fumat
250g BIO Natursoy
3,84€ ~~4,27€~~



10%
DTE

logurt natural / logurt desnatat
4x125g BIO Rel*
1,98€ ~~2,20€~~



10%
DTE

logurt grec
2x125g BIO Rel
1,26€ ~~1,40€~~



10%
DTE

logurt de coco natural
350g BIO Abbot Kinney's
3,23€ ~~3,59€~~



15%
DTE

Postres de soja amb nabius
400g BIO Sojade
3,43€ ~~4,03€~~



10%
DTE

logurt de llimona / de maduixa
2x125g BIO Rel*
1,26€ ~~1,40€~~



10%
DTE

Quesir de cabra
2x125g BIO Rel
1,76€ ~~1,95€~~



10%
DTE

Break de blat de moro
50g BIO La Finestra
0,95€ ~~1,05€~~



10%
DTE

Cafè Chiapas molt Fairtrade
250g BIO Alternativa 3
7,79€ ~~8,65€~~



10%
DTE

Ghee mantega clarificada
450ml BIO Vegetalia
15,29€ ~~16,99€~~



15%
DTE

Proteïna vegana de xocolata
350g BIO Natruly
14,62€ ~~17,20€~~



10%
DTE

Desodorant en crema
48h Strong & Natural
50ml BIO Lavera
8,06€ ~~8,95€~~



10%
DTE

Xampú enfortidor d'oliva
i romaní 740ml BIO
Naturabio
11,66€ ~~12,95€~~



10%
DTE

Lloci corporal
nutritiva de mel i civada
500ml BIO Naturabio
12,15€ ~~13,50€~~



10%
DTE

Dentífric infantil de maduixa /
Dentífric Somriure Radiant d'espíralina
i bicarbonat 75ml BIO Naturabio*
3,56€ ~~3,95€~~



life food

Lifebar: energia natural, sabor autèntic

Aquest any volem destacar especialment les noves Lifebar Cakes, una de les incorporacions més sorprenents de la marca. Elaborades amb ingredients ecològics i receptes que ofereixen una textura tendra i una experiència de sabor única que les converteix en una alternativa irresistible per gaudir entre hores. Les varietats Doble Xocolata, Festuc i Vainilla i Maduixa, Caramel i Matxa combinen ingredients de qualitat amb sabors innovadors, pensats per a qui busca alguna cosa diferent sense renunciar a una alimentació basada en ingredients d'origen vegetal.

Completen la selecció les nostres barretes proteiques de maduixa, civada amb delícies de xocolata, ametlla i carbassa amb llimona, així com la nostra deliciosa barreta de xocolata negra i avellanes, una proposta perfecta per als amants del cacau i la fruita seca.

Ingredients ecològics. Receptes innovadors. Energia natural.
I ara, també, el plaer irresistible de les nostres noves Cakes.

A Lifebar creiem que cuidar-se i gaudir poden anar de la mà. Per això elaborem els nostres snacks amb ingredients ecològics acuradament seleccionats, apostant per receptes innovadores que combinen sabor, qualitat i funcionalitat.

La nostra gamma està elaborada amb ingredients d'origen vegetal i destaca per ser ecològica, vegana i sense gluten, oferint alternatives adaptades als nous hàbits de consum i a totes aquelles persones que busquen una alimentació més conscient sense renunciar al plaer.



Cake de festuc i vainilla
35g BIO Lifebar

2,24€ ~~2,49€~~



Cake de doble xocolata
35g BIO Lifebar

2,24€ ~~2,49€~~



Barreta superproteica
d'ametlles 40g BIO Lifebar

2,69€ ~~2,99€~~



Barreta superproteica de carbassa
i llimona 40g BIO Lifebar

2,69€ ~~2,99€~~



Barreta proteica de civada
i delícies de xocolata
40g BIO Lifebar

2,24€ ~~2,49€~~



Barreta proteica de
xocolata 40g BIO Lifebar

2,24€ ~~2,49€~~



Barreta proteica
de gerds 40g BIO Lifebar

2,24€ ~~2,49€~~



Barreta proteica de civada Salted
Caramel Crisp 40g BIO Lifebar

2,24€ ~~2,49€~~

naturasi

BIO PER VOCACIÓ

www.naturasi.bio | Segueix-nos a:  