



Las Palmas de Gran Canaria: C/.Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

DOMINGO 16 DE OCTUBRE DE 2016

LA PROVINCIA:

MUJERES CON EL SACHO EN ALTO

El primer encuentro de trabajadoras del campo se salda con un demoledor análisis de la realidad del sector

Juanjo Jiménez 16.10.2016 | 22:44

El alcalde de Moya, Poli Suárez, entrega un reconocimiento a la quesera Juana Reyes Pérez, de Fontanales, ante el presidente del Cabildo, Antonio Morales, y de la COAG, Rafael Hernández. JONÁS OLIVA



El primer Encuentro de la Mujer Agraria que se celebró este fin de semana en Moya, terminó con los sachos en alto, con medio centenar de asistentes que pusieron en común las dificultades que tienen las mujeres en un sector que, según resumieron isla por isla, adolece de una falta de fluidez en la información que ofrecen las instituciones, un pertinaz retraso de las ayudas, y unas trabas administrativas y financieras que hacen muy difícil el camino de emprender un proyecto.

Medio millar de mujeres trabajadoras del campo, procedentes de las ocho islas canarias, vivieron un fin de...

VALSEQUILLO RINDE HOMENAJE A TRES DE SUS VECINAS POR EL DÍA DE LA MUJER RURAL

Valsequillo celebró ayer sábado el Día Internacional de la Mujer Rural con unas jornadas en la plaza de Tifariti con charlas como la de *La alimentación y las emociones* o el taller del Yoga de la risa, para culminarlas con el reconocimiento a tres vecinas del municipio; Amelia Hernández, Esperanza



Las Palmas de Gran Canaria: C./Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

del Pino y Rafaela Monzón por su implicación en la vida sociocultural del municipio.

Para el alcalde de Valsequillo, Francisco Atta, este reconocimiento "contribuye a significar y visibilizar la labor de tantas abuelas, madres, hermanas..., que desde un plano secundario han sido verdaderos motores de la economía rural. Hoy Valsequillo ha celebrado y reconocido a todas estas mujeres con nombres propios en tres de ellas: Rafaela, Amelia y Esperanza".

La agrupación Timple y Bohemia, fue la encargada de poner el broche final a esta jornada con versiones únicas del repertorio popular canario.

Unas jornadas que estuvieron organizadas por la asociación Adassa, Mujeres Brillantes y el Ayuntamiento de Valsequillo con el objetivo de seguir trabajando para conseguir el empoderamiento de la mujer rural que es clave para alcanzar un mundo más justo y sostenible.

Estas jornadas además disfrutaron de otro evento con marcado sabor de la tierra, al coincidir con la II Feria de la Abeja Negra Canaria y la Miel también en la plaza de Tifariti donde se instaló un minimercado de productos relacionados con la apicultura como jalea real, chocolate con miel, dulces elaborados con miel o propóleo.

Además, hubo una exposición de material apícola dirigido a los profesionales del sector y una exposición y venta de plantas de interés melífero.

Así, durante toda la mañana, se ha ofrecido una degustación gratuita de los distintos tipos de miel y de productos elaborados con miel como torrijas, tortillas con miel, dulces elaborados con miel, e hidromiel, entre otros. Los asistentes también pudieron asistir a una degustación de platos donde el ingrediente principal era la miel. Exhibición culinaria que a cargo de las asociaciones profesionales Mojo Picón y Cocina de Maestros, que prepararon,



Las Palmas de Gran Canaria: C/.Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

entre otras delicias, una brocheta de langostinos con bonito y mahonesa de miel, una costilla de cochino negro caramelizada con miel de romero, y de postre, una espuma de gofio con culin de miel de fresas de abeja negra canaria.

CATA Y MARIDAJE DE QUESOS, CERVEZAS Y VINOS EN NAZARET

La quesería Mis Quesitos, la primera quesería instalada en Arrecife, organiza una cata de cinco nuevos quesos de Finca de Uga y maridajes con vinos y cervezas. La convocatoria tendrá lugar el 21 de octubre en el teleclub de Nazaret a las 20.00 horas. La inscripción por persona cuesta 12 euros y se podrá hacer hasta este miércoles, 19 de octubre en misquesitos.com. El 15% del dinero recaudado se destinará a la ONG Aspercan. LA PROVINCIA

EL CAMPO SE ESCRIBE EN FEMENINO

El primer Encuentro de la Mujer Agraria descubre a trabajadoras que con imaginación y esfuerzo logran productos únicos

Juanjo Jiménez



Tamara Cruz Ralph saca una muestra de su vino en Bodegas Mondalón. **QUIQUE CURBELO**



Las Palmas de Gran Canaria: C./Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

El primer Encuentro de la Mujer Agraria, que se está celebrando todo este fin de semana en la villa de Moya, tiene sus personajes propios, cuya vida y trabajo son referente para crear en un sector que con imaginación y esfuerzo "da para vivir", según afirma Tamara Cruz Ralph. La grancanaria, que mantiene en pleno rendimiento Bodegas Mondalón junto con su padre, también forma parte de la asociación organizadora, Mujeres del Mundo Rural, que aspira a que el Gobierno de Canarias dote de un estatuto específico a las mujeres del sector primario para reforzar su seguridad jurídica y económica.

Tamara Cruz Ralph, (1983, Las Palmas de Gran Canaria), forma parte de la nueva Asociación de Mujeres del...

MOYA PREMIA A LAS MUJERES AGRARIAS

Medio centenar de mujeres procedentes de todas las islas participan en distintas actividades hasta este domingo

Moya premia a las mujeres agrarias

Más de medio centenar de mujeres de todo el archipiélago han celebrado este sábado el Día Internacional de la Mujer Rural en el municipio grancanario de Moya con un primer encuentro que tiene, entre sus objetivos, hacer visible el trabajo que desarrollan y su trascendencia.



Según ha informado el Ayuntamiento de Moya en un comunicado, el acto ha contado con la presencia del presidente del Cabildo de Gran Canaria, Antonio Morales; los consejeros insulares de Igualdad y Soberanía Alimentaria, María Nebot y Miguel Hidalgo, respectivamente; y el alcalde del municipio, Hipólito Suárez.



Las Palmas de Gran Canaria: C./Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

La reunión ha sido promovida por la Confederación de Mujeres del Mundo Rural del archipiélago Ceres, que agrupa a campesinas de todas las islas incluida La Graciosa.

El encuentro ha reconocido de forma especial la dedicación al mundo rural de Rita Suárez, quien a sus 83 años y tras una larga trayectoria al frente de una quesería artesana, sigue al cuidado de animales, y de Juana Reyes, de 79 años, procedente de Fontanales y también con toda una vida dedicada al campo.

Así mismo, se ha destacado la experiencia de Dolores Gopar, de 54 años y propietaria de una finca agrícola desde hace dos décadas en San Bartolomé de Tirajana, donde tiene una explotación de 15.000 metros cuadrados de frutas y hortalizas y la empresa "El sabor del sol", que se ha convertido en proveedora de importantes cadenas de restaurantes y hoteles.

Las participantes han asistido a talleres, charlas y actividades culturales relacionadas con las mujeres de los territorios rurales.

El alcalde de Moya destacó el papel que desempeñan desde hace varios años las mujeres de la Villa de Moya en la comarca de norte de Gran Canaria para "visibilizar el trabajo de sus compañeras y romper las barreras de la desigualdad, de los estereotipos sociales y culturales, la desventaja y discriminación injustificable frente a los hombres, que lamentablemente todavía padecen".

La reunión continuará mañana domingo con talleres de elaboración de queso y bombas de flor para la agricultura ecológica, la inauguración de una exposición fotográfica sobre mujeres rurales a cargo de Mónica Rodríguez, un concierto de corales de las Escuelas Artísticas Municipales de la Villa de Moya y las conclusiones del encuentro, indica la nota.



Las Palmas de Gran Canaria: C/.Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

LA DEVALUACIÓN DE LA LIBRA AMENAZA EL INICIO DE CAMPAÑA DEL TOMATE CANARIO

Los británicos pretenden que la pérdida de valor de su moneda no traiga un alza de los precios

Julio Gutiérrez



La devaluación de la libra amenaza el inicio de campaña del tomate canario
Planta de Bonny de empaquetado tomates en Aldea Blanca. **J. C. CASTRO**

En la madrugada del viernes partió rumbo al Reino Unido el contingente de tomate que inaugura la temporada...

LA OPINIÓN DE TENERIFE:

UNA CÁMARA PERMITIRÁ EXPORTAR LAS PAPAS LOCALES DESPUÉS DE 17 AÑOS DE CUARENTENA

La instalación que desarrollará este año el Cabildo ofrecerá una atmósfera modificada de dióxido de carbono, un método ya probado que acaba con la polilla guatemalteca



Las Palmas de Gran Canaria: C./Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

Una cámara permitirá exportar las papas locales después de 17 años de cuarentena

Ylenia Lorenzo El Cabildo de Tenerife y el...



LA LAGUNA ES EL MUNICIPIO TINTERFEÑO QUE CUENTA CON MÁS TERRENO CULTIVADO

Un informe del Gobierno regional señala que la localidad dispone de 1.857 hectáreas de tierras en producción

Yaiza Rodríguez

La Laguna es el municipio tinerfeño que cuenta con más terreno cultivado

La Laguna es el municipio tinerfeño que cuenta.



SAN BORONDÓN:

EN EL DÍA MUNDIAL DE LA ALIMENTACIÓN, LLAMAN AL CONSUMO RESPONSABLE AGROECOLÓGICO





Las Palmas de Gran Canaria: C./Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

Como cada año, colectivos de alimentación responsable, agroecológica y vegetariana, promueven una campaña que fortalezca el Consumo Responsable Agroecológico, la Educación Alimentaria, la lucha contra la Obesidad Infantil, la Salud y la Agroecología.

Este año además, concurre la conmemoración del Año Internacional de las Legumbres.

MANIFIESTO

En el Día Mundial de la alimentación -16/10/2016-, la FAO (Organización Mundial para la Agricultura y la Alimentación) apuesta por una agricultura que resuelva las necesidades alimentarias de la población y no agrave el cambio climático “El clima está cambiando. La agricultura y la alimentación también”.

Obesidad Infantil y Educación Alimentaria

La Asamblea Mundial de la Salud (OMS) aprobó, en julio de 2016, las siguientes recomendaciones para acabar con la Obesidad Infantil:

Programas integrales para promover la ingesta de alimentos sanos y reducir la ingesta de alimentos malsanos y bebidas azucaradas.

Programas integrales que fomenten la actividad física y reduzcan los hábitos sedentarios;

En atención pregestacional y prenatal, orientar a l@s progenitor@s sobre enfermedades no transmisibles y hábitos saludables.

Orientación a favor de una dieta sana y pautas de sueño y actividad física en menores de 5 años para que crezcan con hábitos saludables.

Programas integrales que ofrezcan entornos escolares saludables y conocimientos básicos de salud, nutrición y actividad física.

Ofrecer servicios de nutrición, actividad física y apoyo psicosocial para abordar el control del peso corporal en niñ@s y adolescentes con obesidad.

Crece la obesidad infantil superando los daños de la desnutrición infantil. En las economías emergentes el 30% de los niñ@s menores de 5 años presentan sobrepeso y obesidad debido a la reducción del tiempo de lactancia materna exclusiva complementada o sustituida por preparados hipercalóricos con alto



Las Palmas de Gran Canaria: C/.Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

[2]contenido de grasa, azúcar y sal. En 2013, a nivel mundial, había 42 millones de niñ@s con sobrepeso u obesidad, el doble que en 1990. Con esta tendencia, en 2025 habrá 70 millones.

Las iniciativas para fomentar hábitos saludables, prácticas agrarias sostenibles y recuperación del consumo de legumbres responden a una situación de emergencia alimentaria. La generalización de la dieta occidental que abusa de carne, alimentos procesados, harinas y azúcares refinados y sal producen un incremento de Enfermedades No Transmisibles (ENT). Esta dieta “malsana” contiene – según define la OMS- alimentos con alto contenido en grasas saturadas, ácidos grasos trans, azúcares libres o sal, con alto contenido calórico y bajo valor nutricional.

La OMS nos convoca a tod@s para “aumentar el consumo de frutas, verduras, legumbres, cereales integrales y frutos secos”... a la vez que reclama “limitar las grasas en la dieta sustituyendo las grasas saturadas por insaturadas y tratar de eliminar las grasas trans; limitar la ingesta de azúcares libres y de sal”[3].

Los vegetales (hortalizas, frutas, cereales y legumbres) juegan un papel principal en una dieta saludable. Sin embargo, en nuestra dieta occidental están en retroceso. De ellos podemos obtener: a) casi todos los macronutrientes (todos los hidratos de carbono; suficientes proteínas de alta calidad biológica al combinar en la misma comida legumbres y cereales integrales; grasas de alta calidad; y fibra); b) muchos de los micronutrientes (vitaminas, minerales y antioxidantes).

Los vegetales ecológicos, además de estar libres de químicos, nos proveen de nutrientes de alta calidad porque: a) proceden de cultivos en los que se cuida la fertilidad del suelo que garantiza la cantidad y riqueza de vitaminas y minerales. Un suelo es fértil cuando está lleno de organismos y microorganismos que convierten el agua y los nutrientes en biodisponibles para las plantas y las protegen de patógenos; b) contienen más nutrientes (más materia seca) y menor proporción de agua (que pagamos a precio de verdura).

La dieta escasa en vegetales provoca estreñimiento acumulando residuos putrefactos en el intestino grueso lo que deteriora las paredes intestinales,



Las Palmas de Gran Canaria: C./Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

degrada el mecanismo de permeabilidad a la sangre y cada vez se filtran menos nutrientes y más tóxicos. La sobrecarga del intestino satura hígado y riñones, órganos encargados de eliminar tóxicos ingeridos o producidos por nuestro organismo.

Por el contrario, con una dieta rica en vegetales, las bacterias del intestino "amigas" de nuestra salud, se alimentan de aquellas partes que no somos capaces de digerir (fibras, carbohidratos y azúcares complejos procedentes de verduras, legumbres y cereales integrales). Mediante la fermentación, los transforman en ácidos grasos esenciales que protegen el epitelio de nuestro intestino constituyendo una barrera protectora y alcalinizando nuestra sangre, lo que dificulta la proliferación de organismos patógenos y tumores y favorece el peristaltismo y el tracto intestinal.

Recuperación de las Legumbres

La Asamblea General de Naciones Unidas proclamó 2016 como Año Internacional de las Legumbres [4], encargando a la FAO la difusión de las ventajas nutricionales de las legumbres en una producción de alimentos sostenible para garantizar la nutrición y la seguridad alimentaria.

Legumbre es el fruto y leguminosa es la planta. Junto con cereales y algunas frutas y raíces, han sido durante milenios la base de la alimentación humana. Son un cultivo fundamental para los agrosistemas sostenibles por: a) adaptabilidad; b) simbiosis con microorganismos del suelo para la fertilización de la tierra; c) bajo consumo hídrico respecto a otras fuentes de proteína; d) ser la fuente principal de proteína para la alimentación de los animales; e) facilidad de conservación, escaso desperdicio y bajo precio.

Las legumbres, en su composición nutricional, ofrecen una proporción parecida a las necesidades de una persona adulta. a) 20-25% de Proteínas; b) 60% de Hidratos de Carbono, con un índice glucémico bajo, provocando saciedad y protegiendo frente a la diabetes y la obesidad; c) 4% de Grasa; d) entre 11% y 25% de Fibra dietética, imprescindible para evitar el estreñimiento y cuidar la flora intestinal; e) Micronutrientes: vitaminas y minerales.

El cultivo de las leguminosas es beneficioso para la agricultura gracias a la asociación con las bacterias que fijan el nitrógeno atmosférico. El trabajo de



Las Palmas de Gran Canaria: C./Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

estas bacterias es tan eficiente que, tras cada cosecha, aún queda en el suelo nitrógeno biodisponible para las siembras posteriores. Por eso, en la rotación de cultivos propia de la agricultura mediterránea la leguminosa se asocia al trigo o a otros cereales, que necesitan muchos nutrientes del suelo.

Desde mediados del siglo XX, el consumo de legumbres está en retroceso en la dieta de los países industrializados. En los países emergentes y empobrecidos también retrocede el consumo de legumbres al tiempo que aumenta el consumo de carne. El retroceso de las legumbres es isomorfo a la malnutrición y la prevalencia de enfermedades degenerativas como obesidad, diabetes, cáncer y reacciones autoinmunes. El desequilibrio de la flora intestinal provocado por una dieta cargada de carne, grasas y carente de legumbres, cereales integrales, frutas y verduras es la causa de las múltiples patologías gastrointestinales. La falta de fibra en la dieta, debilita la flora intestinal y favorece la aparición del cáncer. La Transición Nutricional

La Transición de la dieta local a la global es producto de la industrialización, mercantilización y mundialización de la agricultura, del despoblamiento del campo y la concentración de la población en grandes urbes. La denominada Dieta Occidental abusa de: 1) nutrientes de baja calidad, azúcar refinado, harinas blancas y refinadas procedentes de cereales con excesivo gluten carentes de vitaminas del grupo B; y 2) proteínas procedentes de ganadería intensiva, hacinada y alimentada con piensos transgénicos de alto rendimiento a los que se añaden antibióticos y hormonas. En nuestro país se pasa de una Dieta Mediterránea Tradicional a una dieta globalizada con protagonismo de productos de origen animal que aún conserva algún alimento saludable como pescado, aceite de oliva, frutas y verduras.

En la Dieta Mediterránea Tradicional (DMT) predominan legumbres, cereales integrales, frutas y verduras de temporada y frutos secos. Pescados y carnes mantienen una proporción razonable de proteína animal. La mitad del 15% del total de la ingesta diaria de proteínas, es decir el 7,5%, es de origen animal, lo que equivale a 0,4 g diarios de proteína de carne/pescado/huevos por kg de peso. La otra mitad (el otro 7,5%) debe proceder de proteína de origen vegetal[5]. En la DMT las carnes tenían un lugar secundario en su aporte de proteína (detrás de legumbres, pescados y mariscos) y procedían de pequeños animales, preferentemente aves de caza o de corral.



Las Palmas de Gran Canaria: C./Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

Lo más importante en una verdadera Dieta Mediterránea -además de los ingredientes- es la combinación y las proporciones entre los grupos de alimentos, siendo los vegetales el principal aporte. La Dieta Mediterránea es saludable precisamente porque mantiene a raya el consumo de carne y porque, aunque se adapta a vegetales de temporada y de cada territorio, realiza una adecuada combinación de éstos con un buen aporte de nutrientes, vitaminas y minerales. Un buen potaje con pan integral y vino es mejor alimento que un filete con ensalada y coca-cola. También es beneficioso para dignificar la vida en el campo de millones de personas que, por nuestros hábitos alimentarios, se ven obligadas a emigrar. Y además, es más barato.

La dieta mediterránea está completa si contiene vegetales ecológicos, de temporada cultivados en tierra fértil al aire libre y recién recolectados. La Agricultura y la Alimentación compatibles con el Bienestar Humano y la Salud de los Agrosistemas son capaces de frenar el Cambio Climático y combatir la Obesidad Infantil.

La Transición Nutricional asociada a la globalización alimentaria avanza en las economías emergentes, pero también en los países empobrecidos. La dieta industrializada y globalizada es incompatible con la vida, incluyendo la vida humana. Es hora de sentar las bases para una nueva transición nutricional que recupere la identidad, sostenibilidad y salud de nuestra dieta mediterránea tradicional a través de una agricultura y ganadería campesina ecológica en responsabilidad compartida de agricultores y consumidores. En esa transición nutricional es necesario que el consumo de legumbres, pan y cereales integrales proporcione el 50% de la proteína de nuestra dieta. Eso no será posible sin proteger el pan biológico de producción artesanal cuya característica genuina es el uso exclusivo de levadura madre respetando los procesos y los tiempos para una fermentación láctico-alcohólica que permita la predigestión de las proteínas y que rompa las cadenas largas de gluten.

Para revertir el avance de obesidad, diabetes, cáncer y enfermedades autoinmunes, la apuesta por un Año Internacional para las Legumbres es necesaria pero insuficiente. Hace falta sensibilizar a la población – especialmente en el medio escolar- sobre la importancia en nuestra dieta de las legumbres y su combinación con cereales integrales, frutas, verduras y



Las Palmas de Gran Canaria: C./Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

frutos secos, todos ellos componentes de la Dieta Mediterránea.
Líneas de trabajo para recuperar la Dieta Mediterránea Agroecológica:

Apostar por la recuperación del cultivo ecológico de legumbres para consumo humano y animal, en rotación con cereales para la producción de pan junto con hortalizas y frutas de temporada;

Proteger la producción de pan biológico artesano con levadura madre como complemento necesario de la legumbre mediante exclusión de aditivos y levaduras panarias o químicas en la certificación ecológica.

Abordar la recuperación de la Dieta Mediterránea Agroecológica en las escuelas mediante la educación alimentaria y la colaboración de las AMPAs en ese proceso propiciando la alimentación ecológica en el comedor escolar y en los hogares.

Desarrollar el consumo responsable autogestionado capaz de sostener a agricultores y elaboradores ecológicos creando circuitos cortos de comercialización y responsabilidad compartida entre agricultores y consumidores.

Hacemos un llamamiento a sumarse a esta campaña por el día de la Alimentación Agroecológica que impulsamos desde 2011.

EL APURÓN:

GARAFÍA ORGANIZA EL PRIMER CURSO DE CATA DE GOFIO DE CANARIAS

La iniciativa tendrá lugar en el antiguo molino de Las Tricias y estará dirigido por la especialista en cata y análisis sensorial del gofio, Ruth Lozano.



Las Palmas de Gran Canaria: C./Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790



Los cereales para hacer el gofio.

El Ayuntamiento de La Villa de Garafía organiza, en colaboración con el Instituto Canario de Calidad Agroalimentaria (ICCA), un curso de cata de gofio que tendrá lugar los días 25 y 26 de octubre, con el propósito de valorizar este producto originario del archipiélago y que constituye el alimento más tradicional de las islas.

El curso, primero de su categoría en todo el archipiélago canario, estará dirigido por Ruth Lozano, técnica en el Servicio de Fomento y Promoción del Instituto Canario de Calidad Agroalimentaria del Gobierno de Canarias (ICCA), y especialista en cata y análisis sensorial del gofio.

Esta iniciativa que se desarrollará en el Museo de Interpretación del Gofio (MIGO) situado el antiguo molino de Las Tricias, contará con un máximo de 15 plazas para catadores, previa inscripción. Desde la organización se invita también a asistir como público a todas aquellas personas que así lo deseen, disfrutando de un evento único que pretende dar a conocer las cualidades de este producto alimenticio.

Desde la Concejalía de Cultura, al mismo tiempo, se están preparando nuevos cursos de cata, teniendo en cuenta el gran interés demostrado por los asistentes en ediciones anteriores. De esta manera, el viernes 21 de octubre tendrá lugar en el barrio de Franceses un curso de cata de miel impartido por el experto apicultor Elías González San Juan. En noviembre, el barrio de Santo Domingo acogerá un curso de cata de cerveza dirigido por el maestro cervecero Williams Gámez.





Las Palmas de Gran Canaria: C/.Miguel Sarmiento, 2 - 35004
Telf. 928 369 806 – Fax. 928 385 634
Santa Cruz de Tenerife: C/. Cairasco, 5, Edif. Retama, 1º A – 38004
Telf. 922 299 655 – Fax. 922 299 656
La e San Nicolás: Avda. Los Cardones, 25 – 35470
Telf. 928 891 001 – Fax. 928 891 288
Santa María de Guía: C/. Sancho de Vargas, 19, interior bajo – 35450
Telf. 928 896 790 – Fax. 928 896 790

Para participar en el proceso de admisión o solicitar información de cualquiera de los cursos de cata se puede contactar llamando por teléfono (637361927-922400029) o a través de correo electrónico (cultura @garafia.org).

Glemis Rodríguez, concejala de Cultura del Ayuntamiento de la Villa de Garafía, afirma que “por primera vez en un municipio de Canarias se llevará a cabo un curso de cata de gofio. Garafía ha estado vinculada desde siempre a la siembra de cereal y la elaboración del gofio, muestra de ello es que aún perviven en nuestros paisajes los molinos de viento. Por este motivo desde la Concejalía se ha considerado oportuno que esta formación tuviera lugar en nuestro municipio”.

Rodríguez, añade que “esta actividad está encaminada a continuar con la formación básica de todas aquellas personas que desean tener un mayor conocimiento del gofio canario, para ello se catarán gofios de distintos cereales y mezclas, al tiempo que se aprenderá a diferenciarlos”. “La realización de los cursos pretender dar a conocer productos, tales como el gofio, la miel o la cerveza, así como incentivar el aprendizaje hacia nuevas visiones de nuestros sabores locales”, concluye.