

(ve de la pàgina anterior)

ços de la ciutat).

‘EL RACÓ DE LA LIRA’

Una altra activitat que cal ressaltar és la que la Lira organitza d'un temps cap aquí. Es tracta del ‘racó de la Lira’, un lloc on els artistes de les nostres terres poden expressar el seu art, donar-se a conèixer i fer gaudir el públic. Durant el mes de maig, pel ‘racó’ van passar el mag Falcon (un tortosí que va deixar els assistents bocabadats amb els seus trucs de màgia) i el quartet de tubes Dissonància perfecta, d'Ulldecona. Val a dir que aquestes actuacions van tenir lloc mentre els assistents gaudien del sopar o dels cafès.



Mercat d'intercanvi d'estiu a l'Hort de Cruells

“Em canviés aquest llibre per la teva planta de menta?”
“No ho sé, espera, demana a la noia d'aquesta taula si li interessa el teu llibre. A mi m'interessa la seva bufanda; així farem un intercanvi triple”. Aquesta hipotètica conversa s'hagués pogut produir dissabte 4 de juny a l'Hort de Cruells durant el mercat d'intercanvi trimestral que organitza l'Equip d'Intercanvi roquetenc. El mercat va estar organitzat amb el suport de l'Ajuntament de Roquetes i el Casal popular Panxampla, i ara es pretén donar-li continuïtat tot organitzant-lo cada 3 mesos o 4, així que, abans de llençar res, penseu si convé guardar-ho per al pròxim mercat, que tindrà lloc a l'Hort de Cruells l'agost vinent.

Aquesta activitat vol fer reflexionar sobre el consum responsable en un moment en què la societat està immersa en la cultura de comprar, usar i llençar. Els mercats són un espai en què es poden intercanviar objectes que ja no ens són necessaris a nosaltres però que, abans de llençar-los, els oferim perquè poden ser útils a algú altre. Del que es tracta és d'intercanviar béns, productes de consum o, fins i tot, serveis personals, sense que calguin diners per fer-ne efectiu el pagament. Intercanviar és fer realitat un comerç sense

diners, recuperant una forma oblidada d'economia amb molts avantatges ambientals, econòmics i socials. És també solidaritat i una oportunitat de fer coneixences...; un costum que, a poc a poc, es pretén tornar a adquirir a les nostres terres.

TALLER SOBRE L'ESPIRULINA

Abans de la celebració del mercat, però, va tenir lloc, també a l'Hort de Cruells, un taller sobre l'espírulina i com aprendre a cultivar-la, una font de proteïnes, minerals i vitamines extraordinària que ara ja es pot cultivar a casa. L'activitat va ser organitzada pel grup de consum ecològic i conscient Aula, camp i taula.

L'espírulina és un aliment amb innumerables efectes positius per a la salut. Conté un 65% de proteïna vegetal altament digerible, proporciona els vuit aminoàcids essencials, és una excel·lent font de minerals (potassi, calci, zinc, magnesi, manganès, seleni, ferro i fòsfor) i aporta gran quantitat de vitamines B i E. Les propietats alimentàries i medicinals d'aquesta alga són inqüestionables i és per això que l'ONU va batejar-la, el 1974, com el millor aliment del món.