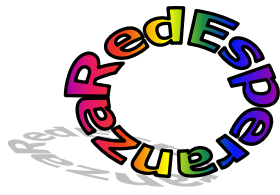


INVITAN:

Movimiento Nacional por la Esperanza



RED DE LA ESPERANZA

ECONOMÍA SOLIDARIA Y COMERCIO JUSTO

“Si puedes cambiar tu consumo, puedes cambiar el mundo”

LUGAR:

HORARIO

SE ENTREGARÁN CONSTANCIAS AL FINALIZAR CADA MÓDULO

Taller Salud y Naturaleza



El Movimiento de Salud Popular imparte

**El Taller Salud y Naturaleza 2009
Durante 40 semanas. Gratuito.**

Objetivos:

Recuperar las tradiciones curativas, armonizar la sabiduría con la ciencia, recuperar la memoria ancestral, elevar la calidad de vida, celebrar la vida y capacitar promotor@s de salud popular.

Horario y dinámica de cuatro horas: Lectura de reflexión. Coescucha. Tema a desarrollar. Compartir alimento. Cuidado de la Tierra. Ejercicios y convivencia.

*Quien cuida su cuerpo puede cuidar al mundo
(Boff)*



MOVIMIENTO DE SALUD POPULAR

El Movimiento de Salud Popular está integrado desde hace 30 años por grupos, personas y movimientos. Hoy existen más de 45 mil promotores en el país rescatando tradiciones, sanando enfermos, cuidando la Tierra y articulándonos con otros movimientos.

El proceso de globalización con sus políticas actuales en la economía y salud quiere reducirnos a simples espectadores de televisión. En cada uno de nosotr@s vive un águila. Así, nos sentimos portadores de un proyecto infinito. Necesitamos romper los bloqueos y los límites existenciales, dar alas al águila, ganar altura y ser héroes de nuestro propio destino.

Este Taller, con diez años de trabajo, sugiere caminos, muestra una nueva dirección, desarrolla los pasos para este sueño.

Los contenidos se agrupan en **LA PERSONA, LA ECOLOGÍA Y EL CONOCIMIENTO POPULAR**.

Nuevos valores:

El programa del Taller Salud y Naturaleza tiene las siguientes características:

Todos los participantes asumirán un doble rol de maestro y alumno. Propiciarán el trabajo participativo. Así como dar respuesta a problemas concretos de salud, de alimentación y de la vida de las comunidades. Retomar la secuencia de la vida del campesino. Construcción colectiva del conocimiento. Generar satisfactores (alimentos, frutos y hortalizas, plantas medicinales, mercados, saberes y sabores). Este año incluirá temas relacionados con la Tierra, así como los valores económicos tradicionales con el fin de reconstruir la economía popular, la **Economía Solidaria**. Tales como:

Trueque. En la actualidad todo se compra con dinero: la educación, la comida, la alegría, el amor. Hemos olvidado la práctica del intercambio de necesidad/satisfactor.

Gratuidad. Las cosas más hermosas de la vida no cuestan. Un bello atardecer lo podemos gozar todos, la hermosura de una flor, el alivio de un masaje.

Dinero comunitario. Podemos reinventar las sociedades con sus mercados, con su dinero, con sus valores.

Generadores de productos. En jardines de la ciudad, en huertos verticales podemos producir alimentos frescos, hierbas medicinales. Reciclar. Un jardín para todos.

Y que los **excedentes vayan a la comunidad**, a la reconstrucción de los mercados vivos, de la vida misma.

LA ENFERMEDAD ES UN MENSAJE GUARDADO EN EL CUERPO

MÓDULOS Y TEMAS:

- 1- **AUTOESTIMA Y TANATOLOGÍA:** Autoestima, resistencias, dinámicas, aprender a perder, tipos de muerte, la pérdida.
- 2- **NUTRICIÓN:** Mercados vivos I, jardines, hortalizas, transgénicos, cereales, semillas, germinados, probióticos, hongos, cocina regional, Conservación de alimentos.
- 3- **HERBOLARIA:** Mercados vivos II, reconocimiento de especies y vegetales, proliferación, recolección y conservación de plantas, fórmulas pomadas, jabones, jarabes, microdosis, aromaterapia.
- 4- **CURACIONES TRADICIONALES:** temazcal, cierre de cintura, limpias, empacho, espanto, remedios caseros.
- 5- **MASAJES:** antigimnasia, reflexología, relajación, amoroso, acupresión y de sentimientos.
- 6- **ENERGÍA:** hidroterapia, geoterapia, musicoterapia, chacras, péndulo, bioenergética, reiki, florales, magnetos, acupuntura, moxas, auriculoterapia.
- 7- **OTRAS:** homeopatía, vacunas, coescucha (consejero), mística.

Los lugares donde se imparten los talleres son los

siguientes:

DELEGACION IZTAPALAPA

- **"Local de Salud Zihuayotl"** Frentes 8 Secc.16 Luci Herrera, Rita 56 0030 99 Graciela 5758 2557 Viernes 17:00-20:00
- **"Centro Social "Emma Godoy"** Entre Justiano García y Domingo Ríos SMA.1 U.H. Vicente Guerrero. David Aranda y Martha Luna tel. 56 13 63 70 Lunes 9:00-11:00 Hrs.
- **"Casa de cultura Aztahuacan".** Plan de San Luis y Circunvalación Ejido de Santa Ma. Aztahuacan. Adriana Sauza. 56 90 27 10 Ma. de Lourdes Gómez, Alejandrina Martínez. 56 90 21 75 Martes 17:00-20:00 hrs.56937777
- **Grupo. Netzahualcóyotl** San Sebastián Tecoloxtitla. Calle Colima s/n antes Escuela Especial. Dom. 10:00-12:00 hrs. Agustina Juárez Tel. 5538 0574.
- **Iglesia San Sebastián Tecoloxtitla.** Dom. 9:00-11:00 hrs. Soledad Santamaría 56 93 97 91.
- **"Grupo. Callipatli"** DIF I. Zaragoza C. León Loyola s/n. Col. Ejercito Constitucionalista Josefina Aviña y Dionicio Sánchez Viernes 10:00-14:00 Hrs. Tel. 56 00 32 62 - 0445534470281
- **Puente Blanco.** Río Misisipi Lote 11 Mz 26. Ma. Del Carmen y Rocío Marín Meza. Viernes 16:00-19:00 Tel. 56429688 Y 56900749.
- **Teotl.** Av. 4 entre calle 9 y 17 Col. Sta. Cruz Meyehualco. Casa de la Tercera Edad Lluvia de Estrellas. Lunes 10:00 – 13:00. María del Socorro Fernández Estévez y Delfina Martínez Gutiérrez. Tel. 26 32 86 31
- **Centro Carmen Serdán** Cda. Escorpión s/n entre Prolongación Piscis y Escorpión Col. Xalpa Miércoles 9:00 a 12:00 María de los Ángeles Castro y Bertha Hernández 58322339 54277292.
- **Tlaltecutili.** Casa de la Tercera Edad. Col Paraíso Calle Quetzal (Detrás de la FES Zaragoza) Viernes 10:00 – 13:00 Rosalba Santeliz y María del Refugio Porras Tel 57 73 2316 – 57445885,
- **Calli** Calle Luna Mz 76 a Lt.15 Col. Lomas de la Estancia Martes 15:00 – 18:00 Elena López Rocha y Tel 54 29 61 14
- **Tonazin Tlali Centro Ccomunitario Valle de Anahuac calle 11 esq. Monzon Tel.5510069668 .Isabel Lopez y Sara Guizado.**
- **Modam Santa Martha Acatitla. Luis Garcia sin No.Av.Republica jueves de 9.00 a 11.00 tel. 26332809 Ricarda Lara y Diana Calderon.**

DELEGACIÓN IZTACALCO

- Oriente 249 a N° 92 Col. Agrícola Oriental Miércoles 17:00 – 20:00 Maribel Espinoza González 044 55 35 29 38 78

DELEGACION GUSTAVO A MADERO

- **Vallejo Centro Cultural Tonatiuh.** calle 26ª No.66 Esq. Av. 7 1er. Piso, Col. Santa Rosa Sábado. De 9:00-13:00 Guadalupe Corona 57 72 93 22 o, Rosa Silvana y Jorge de la Rosa.
- **Grupo. Yaocihuatl** Centro de Salud Martín Carrera Dolores Ponce 5715 6901 Ma. Luisa Pacheco 5781 2434 Josefina Altamirano Cel. Sáb. 10:00-14:00 hrs. **55 85796093**
- **Tonantzin Vallejo** Módulo 37 Av. Vallejo Esq. 1 Col. San José la escalera Sábado 9:00 – 15:00 Ma. Guadalupe Mendoza Tel. 044 55 40374050
- **Club Ecológico de la Tercera Edad** Av. 506 Esq. Loreto Favela Col. San Juan de Aragón 2ª Secc. Lunes 16:00 – 20:00 Ma. de Lourdes Cortázar y Carmen Valderrama Tel 57518651 - 55 51 48 61

- **Gertrudis Sánchez** Norte 88 Viernes 14:00 – 19:00 Ma. Dolores Ponce Martínez 57156901
- **Cuatepec** Rubén Leñero s/n Casa de la Cultura de Palmatitla Col. Cuatepec 10:00 – 13:00 Cristina Romero López y Guadalupe Zepeda Tel 57983178 - 574974 65
- **Lerdo de Tejada Cuatepec** Barrio Alto Julia Adams Monroy Tel 53034303 Viernes 9:00 – 12:00
- **Tonatzin** Av. Tecnológico Esq. 5 de mayo Modulo 37 Lunes 11:00 – 15:00 Guadalupe Mendoza 0445540374050
- **Tonantzin Iztacala** Café del Carmen Mz.12 Lt. 14 Condominio 8 Col. Los Reyes Iztacala(Frente a la ENEP) Jueves 9:00 – 15:00 Guadalupe Mendoza 0445540374050

DELEGACIÓN BENITO JUAREZ

- **Bismark No. 42** Col. Moderna, Tel 5698 5642 Martes 10:00-13:00 Hrs. Gloria Cruz 552310 6233,

DELEGACIÓN TLALPAN

- **Módulo de Atención** en Isidro Favela, 2ª Pte. Esquina 2ª norte, Col. I. Favela. Omar Díaz casa 5619 5324 Cel. 55 2251 7720 Viernes de 10:00-13:00 hrs.

DELEGACIÓN MILPA ALTA

- **Casa de cultura** Olla de Piedra Paseo de Aloe Mz. 60 Lt. 24 Col. Hacienda ojo de agua Araceli Mondragón Cel. 55 3966 7554 en Tecomitl. Elizabeth Pérez Segura, 58441086.

DELEGACION V. CARRANZA

- **Unión Popular Valle Gómez.** C. Sta. Rosa # 60, casi esquina circuito interior. Leticia Alanis 57596771 Sáb. 9:00-13:00 hrs.

DELEGACIÓN AZCAPOZALCO

- **Tonatzin Azcapotzalco** San Sebastián N°82 Col San Sebastián Asilo Bety, Viernes 9:00 – 15:00 Guadalupe Mendoza Tel 5540374050

NEZAHUALCOYOTL, EDO. DE MEXICO

- **Zihuayotl 1** Hombres Ilustres N°246 Col. Modelo Martes 16:00 – 18:00 Guadalupe Cortez y Graciela Carmona Tel 57 58 35 57
- **Metzonalli** Granito de Sal 312 Col. Benito Juárez Jueves 15.00 - 19.00 Aida Hernández Sánchez y Hortencia Abrego 11 67 48 37 - 57 17 37 83 57
- **Grupo." Metzonalli I"** C. 7 Leguas No. 142 Col. Benito J. Viernes 16:00-18:30 Hrs. Lucila Javier 57 31 17 99 Virginia Ramírez. 57 30 81 83Ma Guadalupe Martinez 5731 47 06
- **Grupo Metzonalli 2 calle Malagueña No.212 col. Benito Juarez.**viernes 15.00 a17.00 Elvira Lara Lopez. 57307273.
- **Catedral Metropolitana** # 347, col. Evolución. Elia Zermeño 5744 6263, Eva Luz 55793 2658, Graciela 5694 1647. Viernes de 9 a 13 hrs.
- **Grupo. "Metzonalli 3"**. C. Marieta No. 460 Col. Benito Juárez Miércoles. 15:00-18:00 Hrs. Ma. Antonieta Nakamura Tel. 11 08 91 84 Cel. 55 39 36 49 79 Anabell Credi Nakamura
- **Metzonalli 4 Calle 1 No. 50 Col. Vicente Villada lunes 10.00 a 13.00 Ma. Isabel Lopez**
- **Cordobanes** No. 255 Col. Evolución Julieta Ortega 4197 8095 Guadalupe Cortés 5792 8094 Margarita Salazar 5765 7621 Jueves 18:00-20:00 Hrs.

CHIMALHUACAN

- Chimalhuacán Modesta Flores Cel. 55 1875 9348 - Erika 4209 0961 55297095
- **SAN VICENTE CHICOLOAPAN, EDO. DE MEXICO.**2ª Cerrada de Ahuehuetes n° 3 Col. Venustiano Carranza, Aurora 58 53 35 63. Miér. de 16:00-19:00 hrs.

VALLE DE CHALCO

- **Grupo Itinerante** Chalco. Ernestina López Santos tel. 1734 3973. Vier. 17.00-19:00. Primer viernes de mes. Estela Jiménez 59787398.

LEON GUANAJUATO

Laura N° 242 Peñitas Col. Y Héroes de la Independencia 244 , Coecilla - Jesús
Ramírez Sábado Tel 55 16 25 44 26

MOVIMIENTO DE SALUD POPULAR

Bismark 42 Tel. 5698 5642 Gloria Cruz Flores cel. 5523106233 - Luci
Herrera, 56 0030 99

cristianoscom@mexico.com

www.vinculando.org

PUNTOS DE CUIDADO: Ahí podrán recibir servicios de salud y cuidados del cuerpo y de la naturaleza.

Bismark 42, Local Zihuayotl en los Frentes, Casa de la Cultura Aztahuacan, Consejo Agrarista, Valle de Chalco, Centro de Salud Vergelito, Cuauhtepic, Vallejo Módulo 10, Asilo Betti, Ixtacala, Club Ecológico Aragon, Santa Rosa y Casa del Lago en Chapultepec. Consultar horarios y servicios en tríptico de "puntos de cuidado". O llamar a Lulu Cortazar 57514861.