

For English Translation, view in browser ->

View this email in your browser

BOLETIN MENSUAL DICIEMBRE



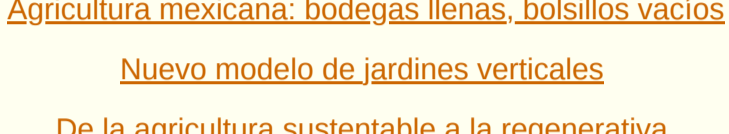
Noticias

Ya comienza el invierno y con él, las fiestas navideñas con inoticias para celebrar! Se promueve el [rescate del maíz](#), legisladores de México [votan por la salud](#), la Corte [anula permiso a Monsanto](#) para producir soya transgénica. El [TPP enfrenta](#) una resistencia inesperada de poderosas empresas.

Por otro lado, el cambio climático sigue siendo un problema en el cual debemos trabajar inmediatamente. Las [reuniones de la COP21](#) están siendo decepcionantes. No obstante, la movilización mundial sigue presente y en Francia se han alzado miles de manos unidas contra el [cambio climático](#). Evento al que asistieron varias personas integrantes de Vía Orgánica, la Asociación de Consumidores Orgánicos e integrantes de Regeneration International. Por su parte, [Naomi Klein](#) sostiene que el libre comercio es una pesadilla que acelera al cambio climático.

Hablando de abuso de poder e interés, [apicultores mayas están siendo amenazados](#) por las autoridades.

Agricultura Orgánica y Campesina



[Agricultura mexicana: bodegas llenas, bolsillos vacíos](#)

[Nuevo modelo de jardines verticales](#)

[De la agricultura sustentable a la regenerativa](#)

[Socializar a la agroecología](#)

[La agroecología es la herramienta para luchar contra el agronegocio](#)

[Nutritivo y barato, el amaranto debe ser alimento básico](#)

Salud, Nutrición y Alimentación



[Los 7 mejores alimentos](#)

[100 expertos contra agrotóxicos](#)

[10 beneficios de comer aguacate](#)

Transgénicos



[Lucha por la diversidad en México](#)

[Plan de Monsanto para México](#)

[Se prepara consulta para la soya transgénica](#)

[Extirpando a los transgénicos](#)

[Monsanto es más poderoso que el gobierno en Canadá](#)

[Empresa de salmón OGM quiere demandar a ONG por solicitar información](#)

[¿El fin de la caña de azúcar transgénica?](#)

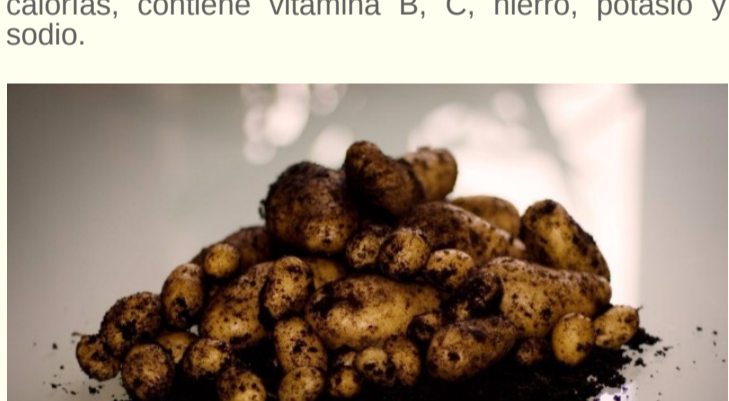
[Transgénicos sin perdón](#)

- RINCÓN VERDE -

Tips para mejorar tu vida

¡Es hora de cultivar!

Brócoli: Es parte de la familia de las *Brassicaceae*, como el kale y la coliflor. Este cultivo se desarrolla mejor en climas frescos y se debe sembrar entre los meses de septiembre y octubre. El brócoli contiene vitamina C y A, calcio, hierro y azufre. También tiene propiedades que ayudan a controlar la diabetes y antimicrobios, sulforafanos que matan a las células de cáncer y controlan la presión arterial.



Papa: Es el cuarto alimento más producido en el mundo, después del maíz, trigo y arroz. Perú es el centro de origen de este tubérculo, contando con más de 4000 variedades. La papa es una buena fuente de calorías, contiene vitamina B, C, hierro, potasio y sodio.



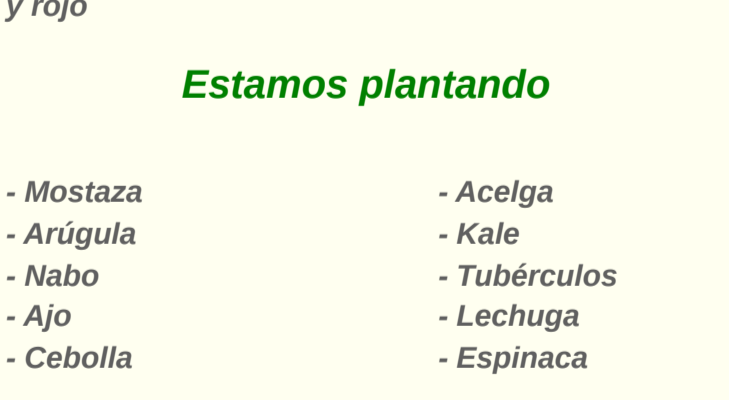
Lechuga: Es una hortaliza muy sencilla de cultivar en casa, se adapta a muchos espacios y contenedores. Entre sus múltiples cualidades contiene vitaminas (A, B, C y E), antioxidantes, es baja en carbohidratos y más.



Chalote: Es una verdura de la misma familia que la cebolla, ajo y poro. También es conocido como chalota, escaloña o shallot. Esta hortaliza es originaria del este de Asia y famosa por su delicado sabor a cebolla con un toque de ajo. Tienen un sabor fino que combina perfecto con sopas, guisados y ensaladas. Pueden ser almacenados por meses. Contiene fenoles, que ayudan a prevenir enfermedades y contiene antioxidantes.



Chicharo: Es una leguminosa que crece en climas frescos de otoño a primavera. Se caracterizan por ser plantas trepadoras y fijar nitrógeno en el suelo. Pueden consumirse frescos en ensaladas, arroz, sopas, salteados o guisados. Se caracteriza por su contenido en proteínas, vitamina C y calcio.



Estamos cosechando

- Acelga
- Kale
- Hinojo
- Eneldo
- Nabo
- Betabel rosa, blanco y rojo
- Apio
- Cebollita
- Mostaza
- Arúgula
- Espinaca
- Chicharos

Estamos plantando

- Mostaza
- Arúgula
- Nabo
- Ajo
- Cebolla
- Acelga
- Kale
- Tubérculos
- Lechuga
- Espinaca

Estamos cocinando

Papas, uno de los alimentos más básicos alrededor del mundo, contiene bastantes nutrientes y beneficios a la salud. Elabora las recetas que te proponemos y no dudes en darnos tu opinión



Vía Orgánica en Acción



Vía Orgánica, como integrante de Consumers International, ha lanzado una convocatoria para que las y los consumidores de América exijan a las empresas McDonald's, Subway, Kentucky Fried Chicken y Bachoco (en México) que no utilicen carnes o aves tratadas con antibióticos debido a la resistencia a estos. [¡Infórmate y únete aquí!](#)

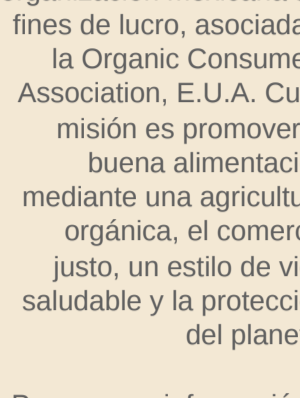
Nuestra representante en la Ciudad de México, Mercedes López, asistió a Brasilia para participar en un encuentro internacional donde nos presenta lo más relevante del [Congreso Mundial 2015](#).

- Video Del Mes -

Share Tweet Forward



RESTAURANTE - TIENDA
RANCHO - EDUCACION



Vía Orgánica es una organización mexicana sin fines de lucro, asociada a la Organic Consumers Association, E.U.A. Cuya misión es promover la buena alimentación mediante una agricultura orgánica, el comercio justo, un estilo de vida saludable y la protección del planeta.

Para mayor información y contacto visite nuestra página web.

Para mayor información en inglés visite a la Organic Consumers Association.

Calendario de Actividades



San Miguel de Allende

Talleres

Jueves 3

Taller: [Elaboración de piñatas](#) con Marina Ferrera

Horario: 4 pm

Costo: \$50 incluyendo material

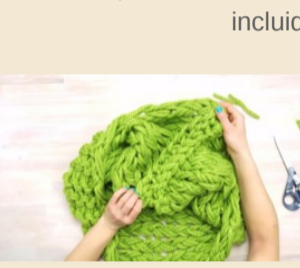


Sábado 5

Taller: [Aprende a preparar tamales vegetarianos](#) con Ana Luisa Vázquez Ortiz

Horario: 11 am

Costo: \$300 (incluye ingredientes y degustación)



Jueves 10

Taller: [Gorritos de lana tejidos con las manos](#) con Marina Ferrera

Horario: 4 pm

Costo: \$50 con materiales incluidos



Eventos Especiales

Domingo 6

[Mercadito Rural](#)

Horario: 9 am - 4 pm

¡Acércate y compra directamente a l@s productor@s!



Tienda y Restaurante

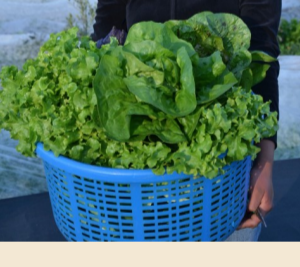
Alimentos frescos del huerto a tu mesa y ven a disfrutar de nuestros especiales, un platillo diferente cada día.

CREPAS:

- Vegetarianas (queso, champiñones, pimientos)
- Sin Gluten (base de semilla de girasol)
- Mexicana (queso, chile poblano y elote)
- Vegana (de semillas con tofu y vegetales de temporada)



¡No olvides seguirmos en nuestras redes sociales!



Don't forget to follow us on our social networks!

