

For English Translation, view in browser----->

[View this email in your browser](#)

BOLETIN MENSUAL NOVIEMBRE



Noticias

¡Ha llegado el Día de Muertos y el final del otoño! Debemos luchar por mantener nuestras tradiciones y nuestra cultura. Un ejemplo de esto es que 63 mil firmas [respaldan a apicultores yucatecos](#) contra permisos a Monsanto. Indígenas y afromexicanos se pronuncian [contra el uso de transgénicos](#) en Oaxaca.

Pero por otra parte y de forma amenazante, debemos estar alerta, pues las grandes corporaciones y transnacionales en México formaron una [Alianza Pro Transnacionales](#).

También existe alerta por la negociación del [cambio climático](#) por lo que es necesario [cambiar el sistema](#) militar-industrial, no el clima.

Agricultura Orgánica y Campesina



[Restauración del carbono en el suelo](#)

[Todo sobre la agricultura regenerativa](#)

[¿Qué tipo de futuro existe en la alimentación y la agricultura?](#)

Salud, Nutrición y Alimentación



[Impuesto a refrescos: legislar vs la salud](#)

[Demandan cardiólogos mexicanos acciones para frenar consumo de chatarra](#)

[Cómo dormir mejor](#)

[Deja de usar desodorante "natural"](#)

Transgénicos



[Unión Europea prohíbe la siembra de maíz OGM](#)

[¿Científicos en la Alianza Pro Transnacionales?](#)

[Fertilizar el caos climático](#)

[Crisis del concepto de gen y alimentos transgénicos](#)

[Francia y Rusia prohíben el uso de transgénicos](#)

[Santos anuncia fin del uso del glifosato en Colombia](#)

[¿Son los OGMs sustancialmente equivalentes a los alimentos naturales?](#)

- RINCÓN VERDE - Tips para mejorar tu vida

¡Es hora de cultivar!

Zanahoria: Una raíz comestible llena de vitaminas, minerales y antioxidantes. La zanahoria se originó en Asia Central, se consumían principalmente las hojas y semillas, ya que la raíz tenía textura leñosa. Después de muchos años de domesticación, se llegó a las variedades comestibles que tenemos hoy en día. Aprende cómo cultivar la zanahoria en casa, sus cuidados, beneficios y algunas recetas.



Cebolla: La cebolla es un alimento básico en todo el mundo. Es una hortaliza utilizada en una gran cantidad de recetas, puede consumirse cruda, cocida, al horno, en conservas y más. Al igual que sus usos, las propiedades de la cebolla también son muchas. Contiene antioxidantes, baja los niveles de colesterol, ayuda a las bacterias benéficas del sistema gástrico, entre otros beneficios. Conoce cómo cultivar esta hortaliza de invierno y algunas recomendaciones para su consumo y uso.



Espinaca: Las espinacas son una hortaliza pequeña, ideal para huertos urbanos o traspatios, puede cultivarse desde otoño hasta primavera. Esta planta es una excelente fuente de minerales como hierro y potasio, antioxidantes, vitamina A y C. En este artículo aprenderás todo lo necesario para cultivarlas en casa, sus cuidados, propiedades y algunas recetas.



Estamos cosechando

- Apio
- Cebolla Tardía
- Maíz
- Frijol
- Pepino
- Sandía
- Calabaza
- Hierbas de olor
- Flores Silvestres
- Apio
- Berenjena
- Jitomate

Estamos plantando

- Acelga
- Ajo
- Cebolla Temprana
- Col
- Nabos
- Rábano
- Tubérculos
- Escarola
- Espinaca
- Chicharos
- Haba
- Zanahoria
- Lechuga

Estamos cocinando

¡[Deliciosos frijoles!](#) Uno de los platillos más tradicionales en la cultura mexicana está siendo olvidado poco a poco por nuestra juventud. ¡Lenos de hierro y súper nutritivos, aprende a prepararlos!



Vía Orgánica en Acción



Mercedes López y Azucena Cabrera, integrantes de Vía Orgánica junto con Griffin Klement de Regeneration International y Organic Consumers Association estuvieron presentes en la reunión donde el gobernador se comprometió a que [Yucatán tendrá una política pública](#) a favor de la comida sana en el 2018.

En Vía Orgánica estamos luchando contra el cambio climático [regenerando al suelo](#), ya que es el principal absorbente de CO2 cuando está sano.

- Video Del Mes -



Vandana Shiva lanza un mensaje por la #ComidaSana



**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.

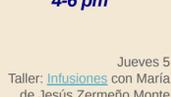
Calendario de Actividades

San Miguel de Allende

**Talleres
Entrada Gratis
4-6 pm**

Jueves 5

Taller: [Infusiones](#) con María de Jesús Zermeño Monte Rubio



Jueves 12

Taller: [Combinaciones de alimentos, clave en la dieta vegetariana y vegana](#) con Chef Dalmacio Jiménez



Jueves 19

Taller: [¿Cómo dejar de vivir con diabetes?](#) con la Health Coach Grace Rodríguez



Jueves 26

Taller: [Diversidad y abejas](#) con Josué Rojas



**Talleres
Horario varía entre
9 am - 4 pm**

Sábado 14

Taller: [Gastronomía intuitiva](#) con Eco-Chef María Teresa del Solar

Horario: 10 am - 4 pm
Costo: \$600 por persona



Sábado 28 y domingo 29

Taller: [Cultiva cosecha y prepara tus alimentos](#) con el

Equipo de Vía Orgánica
Horario: 9 am - 4 pm
Costo: \$900 por persona (Incluye lunch y plántulas)



**Recorridos
Especiales**

Sábado 7, 14, 21 y 28 & Domingo 1, 8, 15, 22 y 29

Recorrido: [Rancho Ecológico de Vía Orgánica](#)

Horario: 10 am - 2 pm
Costo: \$60 por persona \$40 por estudiante

Informes: info@viaorganica.org

Saturday 5, 12, 19 y 26 & Sunday 6, 13, 20 and 27

Tour: [Via Organica's Eco-Ranch](#)

Time: 10 am - 2 pm
Cost: \$60 pesos per person \$40 pesos per student

Info: info@viaorganica.org



**Tienda y
Restaurante**

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

Día de Gracias

Celebra tu cena de Día de Gracias con Vía Orgánica

Menú Día de Gracias

- Sopa del día

- Ensalada fresca

- Pavo servido con puré de papa, camote, relleno, salsa de arándano y casa casa

- Postre

- Vino o cerveza

Para hacer una reservación llama al 121.0540 o escribe a laura@viaorganica.org

Lugar limitado

Ordena tu pavo para Día de Gracias

Criado naturalmente, libre de hormonas y antibióticos. Haz tu orden el 18 de noviembre en Vía Orgánica.

Habrán pavos disponibles de 5-10 kilos y vienen congelados.



Thanksgiving

Celebrate your thanksgiving dinner with Vía Orgánica.

Thanksgiving Dinner Menu

-Soup of the day

-Fresh salad

-Turkey served with mashed potatoes, sweet potatoes, stuffing and cranberry sauce and house made gravy

-Dessert

-Wine or beer

To place your reservation call 121.0540 o write laura@viaorganica.org. Spaces limited.

Order your Turkey for Thanksgiving

Naturally raised, hormone and antibiotic free turkeys.

Place your order by November 18th at Vía Orgánica.

Turkeys available from 5-10 kilos and come frozen.

CREPAS:

- Vegetarianas (queso, champiñones, pimientos)

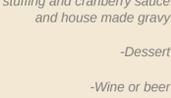
- Sin Gluten (base de semilla de girasol)

- Mexicana (queso, chile poblano y elote)

- Vegana (de semillas con tofu y vegetales de temporada)



¡Mojitos al 2x!



¡No olvides seguimos en nuestras redes sociales!

Facebook

YouTube

Twitter

Instagram

Website

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