

ecosmedia

No. 70 Marzo 2016

Cultura culinaria con FLORES

LA ERA DE LA
SOSTENTABILIDAD

ECOFEMINISMO en acción



www.ecosmedia.org

info@ecosmedia.org

 Ecos voces y Acciones

 @ecosmedia

Fotografía de portada
Tomada de la red

La revista Ecosmedia es desarrollada por Ecos, Voces y Acciones, A.C. (ECOS), organización dedicada a fomentar el cuidado, la protección y conservación del entorno ecológico como escenario óptimo para el desarrollo humano.

Directora y Editora General	Edith González Cruz
Consejo Editorial	Elena Ramírez Cruz Enrique Ramírez
Colaboradoras Permanentes	Alma Estrada Ana Cruz Loranca
Diseñador	Héctor Rivas
Enlace Comunicación	Anallely González revista@ecosmedia.org

Ecosmedia, Año 5, Núm. 70 Marzo 2016. Publicación mensual editada por Edith González Cruz, calle Atanasio G. Sarabia, 1111, Int 8, Col. Héroes de Churubusco, Delegación Iztapalapa, C.P. 09090, Tel. (55) 4632.2092. [www, www.ecosmedia.org](http://www.ecosmedia.org), info@ecosmedia.org Editor responsable: Edith González Cruz. Reserva de Derechos al Uso Exclusivo: 04-2015-092313483800-203 ISSN: en trámite, ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Responsable de la última actualización de este Número, Unidad de Informática INDAUTOR, Ana Cruz Loranca, calle Atanasio G. Sarabia, 1111, Int 8, Col. Héroes de Churubusco, Delegación Iztapalapa, C.P. 09090, fecha de última modificación, 01 de Marzo de 2016. Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura del editor de la publicación. Queda prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos e imágenes de la publicación sin previa autorización del Instituto Nacional del Derecho de Autor.

Hecho en México





DESTACADOS

PG 04 - 06

WeFood, el SUPER supermercado

TEMA CENTRAL

PG 08 - 14

Mujeres ecológicas

GENTE

PG 16 - 17

La Era de la Sostentabilidad

ESPECIAL DE PRIMAVERA

PG 18 - 22

Gastronomía FLORAL

CONSUME MÉXICO

PG 23

Pañales ecológicos

OCIO Y VIAJES

PG 24 - 27

Semana Santa

NOVEDADES

PG 28

Conciertos de primavera

DISTRITO VERDE

PG 29

ESTAFIATE

AVISOS

PG 31 - 33

Cambio Climático



El supermercado que vende lo que otros no quieren

Fotografía: Wefood

Como en Europa nada se desperdicia y todo residuo se cobra, no dejan de surgir ideas para aprovechar al máximo los productos. La más reciente iniciativa se llama **WeFood**, un supermercado danés que vende todo lo que los demás no quieren, es decir, alimentos, cosméticos y artículos para el hogar que otras tiendas han rechazado ya sea porque se acercaba su fecha de caducidad, habían sido etiquetados erróneamente o venían con daños en el embalaje, pero que son seguros para la población.

Los productos tienen un precio de 30 a 50 por ciento **más bajos que en los supermercados regulares** y todos los ingresos van directo a la organización DanChurchAid una caridad religiosa que trabaja para erradicar la pobreza y ayudar a las naciones en vías de desarrollo como el sur de Sudán y Bangladesh.

Recordemos que recientemente Francia emitió una ley que obliga a los supermercados a donar la comida sobrante a organizaciones benéficas y bancos de alimentos, evitando con ello que la tiren a la basura. De acuerdo a datos del Programa Mundial de Alimentos actualmente un tercio de todos los alimentos producidos en el mundo - cerca de 1,3 millones de toneladas - se desperdicia cada año.

Los premios Oscar se pusieron ecológicos

En la pasada entrega de los premios Oscar las actrices Sophie Turner de *Game Of Thrones* y la británica Lily Cole lucieron vestidos ecológicos confeccionados con botellas de plástico recicladas.

A simple vista los vestidos se ven elegantes y sofisticados como cualquier otro, sin embargo las prendas saltan de la vanidad al significado ecológico y político puesto que son parte de la iniciativa **#RedCarpetGreenDress**, que apoya a las marcas que hacen moda de una forma ética y con compuestos ecológicos.





Fotografía: Tomada de la red

Pulgas y garrapatas

Siempre pensamos en las afectaciones del cambio climático en nuestra vida diaria, en la política y economía mundial, pero pocas veces pensamos en cómo afecta a nuestras queridas mascotas y ¡claro que sí les afecta! por eso hay que tener cuidados preventivos

Antes la temporada de pulgas y garrapatas era estacional, pero ahora con los cambios de clima las hay todo el año y aunque ahora son más pequeñas se ha visto que comen con mayor frecuencia, dañando con ello la piel de perros y gatos. Cabe señalar que por ejemplo, las garrapatas –y otros insectos- provocan en perros y humanos la enfermedad de Lyme, una infección provocada por su picadura que de no atenderse podría provocar problemas cardíacos o neurológicos. Los bichos son más activos en meses cálidos, pero los dueños de perros ya no pueden basarse en el calendario para saber cuándo deben preocuparse y cuándo pueden relajarse. Así que más vale prevenir que lamentar, baña seguido a tus mascotas y observa su comportamiento habitual.



Fotografía: Tomada de la red



Estrenamos parques en la ciudad de México

Luego de una intensa rehabilitación a cargo de la SEMARNAT, por fin han sido inaugurados los parques Ecológico, cultural y deportivo Huayamilpas, la Cuenca del río Magdalena, el Bosque de San Juan de Aragón y la Zona de chinampas de Xochimilco. En el caso de los trabajos realizados en el parque Huayamilpas, se renovaron alrededor de 17 hectáreas, se rehabilitó el lago, el jardín botánico de cactáceas, se creó un sendero didáctico y se puso en marcha una planta de tratamiento que opera con energía renovable. Asimismo se mejoraron las cachas deportivas, el área de juegos infantiles y los sanitarios.



Fotografía: ONU Mujer

Pinta tu día de naranja

A lo largo de 2016, el Día Naranja pondrá de relieve los Objetivos de Desarrollo Sostenible específicos y cómo están relacionados con la violencia contra las mujeres y las niñas.

2016 Año internacional de las Legumbres

Bajo el lema de "Semillas nutritivas para un futuro sostenible", la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) pretende incentivar el consumo de las leguminosas debido a que además de ser altamente nutritivas son baratas de producir, por ello este año se ha declarado como el Año Internacional de las Legumbres.

Con la finalidad de mejorar la dieta y reducir el consumo de carnes rojas, la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda comer de cuatro a cinco porciones semanales de legumbres, con lo cual un humano promedio garantiza la cantidad de proteínas suficientes para desarrollarse sanamente.

Las legumbres son recomendadas en casos de patologías como la anemia debido a su alto contenido de minerales y oligoelementos como el magnesio, el hierro, el yodo, el potasio, el calcio, el fósforo, el zinc y una serie de vitaminas del complejo B. Son perfectas para combatir el sobrepeso y la obesidad y, por su bajo contenido de glucosa, son ideales para la dieta de personas diabéticas.

1 Etimología

Legumbre
La palabra *legumbre* procede directamente del latín *legumen*, *legumina*, que designaba a semillas comestibles como habas, guisantes, lentejas, alubias, etc.

2 Legumbres y leguminosas

Leguminosa
hace referencia a aquellas plantas cuyo fruto se encuentra dentro de una vaina.

Legumbre
Subgrupo de la familia de las leguminosas; hace referencia únicamente a la semilla seca.

3 Un antiguo cultivo

Las legumbres han sido una parte esencial de la dieta humana durante siglos.

La producción agrícola de frijoles, garbanzos y lentejas se remonta al 7000 - 8000 a.C.

4 Un ingrediente versátil de larga duración

Las legumbres se pueden almacenar durante meses sin que pierdan su elevado valor nutricional, aumentando la disponibilidad de alimentos entre cosecha y cosecha.

Un ingrediente clave en numerosos platos nacionales y regionales como:

- Frijoles cocidos
- Falafel
- Dal

5 Parte de la red vital de la biodiversidad

El cultivo intercalado con las legumbres incrementa la biodiversidad vegetal y crea un paisaje más variado para animales e insectos.

6 Fomentan la agricultura sostenible y la protección del suelo

Como fijadoras de nitrógeno, las legumbres pueden mejorar la fertilidad del suelo, mejorando y alargando la productividad de las tierras agrícolas.

7 Necesitan poca agua

Consumo de agua para producir legumbres en comparación con otras fuentes de proteínas:

1 kg de dual (lentejas o guisantes sin piel)	1 kg de pollo	1 kg de cordero	1 kg de ternera
50 litros	4 325 litros	5 520 litros	13 000 litros

8 Un aliado inesperado frente al cambio climático

La amplia diversidad genética de las legumbres permite seleccionar variedades adaptadas al cambio climático.

Al tener una menor huella de carbono, las legumbres reducen de forma indirecta las emisiones de gases de efecto invernadero.

9 Asequibles y polivalentes

Los agricultores que cultivan legumbres tienen la opción de consumir y/o vender su cosecha.

Las residuos de cultivos de leguminosas de grano también pueden utilizarse como forraje animal.

Legumbres como el guandú y el bambará se pueden cultivar en suelos muy pobres y ambientes semiáridos.

10 Un poderoso súper alimento

- Cero colesterol
- Alto contenido en hierro y zinc
- Ricas en nutrientes
- Sin gluten
- Fuente de proteínas
- Bajo índice glucémico
- Bajo contenido en grasa
- Ricas en minerales y vitaminas del grupo B
- Fuente de fibra

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura

#IYP2016

fao.org/pulses-2016



FESTIVAL
CENTRO
HISTORICO
2016

MÉ
XI
CO

LAS MUJERES EN LA ECOLOGÍA

Desde 1975 se celebra el Día Internacional de la Mujer con la finalidad de avanzar hacia sociedades más equitativas entre hombres y mujeres. Como es costumbre en este tipo de celebraciones, cada año está dedicado a un tema en particular, y para este 2016 el tema es "*Por un Planeta 50-50 en 2030: Demos el paso para la igualdad de género*", por lo cual durante este mes se desarrollarán varias actividades orientadas a reflexionar sobre cómo acelerar el cumplimiento de los compromisos de los gobiernos bajo la iniciativa "Demos el paso" de ONU Mujeres y otros en materia de igualdad de género, el empoderamiento de las mujeres y los derechos humanos de las mujeres.

En este sentido y respecto al tema que nos corresponde: la conservación del entorno ecológico, en esta ocasión deseamos hacer un reconocimiento a todas aquellas mujeres que contra todo pronóstico y marco ideológico, han logrado transformar ambientalmente sus comunidades, sociedades y gobiernos.



Un breve recuento

El papel de las mujeres en las luchas y debates no sólo ecológicos sino de otros aspectos sociales, económicos y políticos, frecuentemente ha quedado supeditado a alguna figura masculina. Así por ejemplo, aunque la química y ecóloga estadounidense *Ellen Swallow Richards* fue la primera persona en utilizar la palabra "Higiene ambiental" para referirse a la ecología como la ciencia del medio ambiente en sus relaciones con los seres humanos, el crédito de la palabra 'ecología' se le da al alemán Ernest Haeckel, quien definió a la ecología como "el estudio de las relaciones entre los organismos y su medio", definición sin duda más sintetizada aunque alejada de la conexión directa entre la vida doméstica cotidiana y el medio ambiente, propuesta por Swallow.

La misma suerte corrió la bióloga marina *Rachel Carson*, pionera del movimiento verde y autora del libro *Primavera Silenciosa* (Silent Spring). Carson advirtió en 1962 sobre el peligro de la acumulación de pesticidas y herbicidas (DDT) y su relación con la muerte de aves e incluso de la posible muerte futuro de seres humanos. En respuesta a sus observaciones, el gobierno estadounidense, la industria química y la comunidad científica se burlaron de ella tachándola de 'sensiblera' y de 'solterona preocupada por los pájaros' (Mellor Mary, *Feminismo y ecología*, Siglo XXI, 2000). Tiempo después, gracias al movimiento ecologista la obra *Primavera Silenciosa* se ha convertido en un referente mundial y científico y Carson ahora es considerada referencia básica para el tema ambiental.

Por su parte, la británica *Barbara Ward* desde la década del sesenta apuntó su crítica hacia los efectos adversos que la modernización tenía sobre el Sur del mundo. Su obra tuvo tal impacto que Naciones Unidas accedió a celebrar una conferencia sobre Asentamiento Humanos - existente hasta la fecha- y a crear el Programa de Medio Ambiente de las Naciones Unidas (PNUMA, por sus siglas en inglés).

Por otra parte, ahora en el escenario de la vida cotidiana, también encontramos a muchas mujeres que han marcado pautas en la defensa ambiental. A finales de la década del setenta el movimiento ecofeminista resaltó la necesidad de anteponer la cultura del cuidado y el mantenimiento de la naturaleza frente a su dominio, concepción de larga data, con raíces en el judaísmo y luego en el espíritu científico que proclamaba el dominio de la naturaleza para fines del hombre. Así, el ecofeminismo no sólo rompió con la idea patriarcal del dominio de la naturaleza, sino del dominio mismo sobre las mujeres ejercido a lo largo de la historia.



El término ecofeminismo fue utilizado por primera vez por la escritora feminista francesa *Françoise d'Eaubonne* en su obra *Le féminisme ou la muerte*, escrita en 1974, inspirada por la defensa de los bosques del Himalaya por parte de un grupo de 27 mujeres, encabezadas por Vandana Shiva, quienes se abrazaron a ellos y lograron el cese de la tala (el famoso movimiento Chipko). *Françoise* fue una de las principales protagonistas de las luchas contestatarias de los años sesenta y setenta.

Fotografía: tomada de la red

Bajo este pensamiento de armonía con la naturaleza, fueron las mujeres de la India – las más conocidas la filósofa Vandana Shiva y la economista Bina Agarwal- quienes iniciaron la lucha por la recuperación de los hábitos tradicionales sostenibles gracias al movimiento Navdanya, una corriente que luchó en la década del setenta por acabar con el papel subordinado de la mujer en la agricultura y contra la ambición de las grandes empresas.

Casi al mismo tiempo, pero en otro continente, Europa, Petra Kelly adquirió notoriedad al ser una férrea activista del movimiento anti-nuclear y pacifista alemán, causas por las que recibió el Nobel Ambiental (Right Livelihood Award) en 1982 por su "*nueva visión al aunar ecologismo, pacifismo, justicia social y derechos humanos*".

En 1979 *Lois Gibbs* saltó a la fama por su intensa lucha contra los residuos tóxicos en el Love Canal, Nueva York. Su lucha se originó por las afectaciones a la salud provocadas por un basurero tóxico en el cual estaba asentado el vecindario de Love Canal. Siendo madre de familia Gibbs empezó una campaña de denuncia pero fue desacreditada por las autoridades locales llamándola ‘ama de casa histórica’, sólo le hicieron caso hasta que un científico puso en fórmulas matemáticas y explicaciones científicas todas sus pruebas. La batalla que libró Gibbs, la impulsó a establecer en 1981 la red nacional Centro de Información Ciudadano sobre Residuos Peligrosos (Citizen’s Clearinghouse for Hazardous Waste, CCHW) que ha apoyado a más de cinco mil campañas de comunidades locales en contra de residuos tóxicos.

Otro ícono del movimiento verde es Wangari Maathai, premio Nobel de la Paz en 2005 y promotora del proyecto “Cinturón verde” que empleando a mujeres ha conseguido plantar más de 40 millones de árboles.



Entre el 60 y el 80 % de los miembros de las organizaciones ambientalistas del mundo son mujeres, sin embargo esto no es representativo de las dirigencias de las mismas.

Luchas recientes

En los últimos años la presencia de mujeres organizadas no ha menguado para nada. En Sudáfrica ha surgido la Unidad contra la Caza Ilegal *Black Mambas*, un grupo de mujeres que desde el 2013 combaten el tráfico de marfil y en consecuencia la caza ilegal de rinocerontes, no con armas, sino con linternas, walkie-talkies, cámaras de videovigilancia y caminatas eternas para remover trampas.



Fotografía: El Universo, Black Mambas

En América Latina las mujeres no se quedan atrás, principalmente las mujeres indígenas quienes se han movilizado por la defensa del agua, la tierra los bosques o la vida silvestre. Tal es el caso de la peruana *Ruth Buendía*, de la tribu Ashaninka, quien mediante demandas judiciales nacionales e internacionales logró evitar que varios ríos peruanos amazónicos fueran represados para abastecer de electricidad a Brasil; la argentina *Sofía Gatica*, que se movilizó contra la fumigación indiscriminada de agrotóxicos en los campos de soja y en consecuencia la muerte de números niños, entre ellos su pequeña recién nacida; *Berta Cáceres*, la mujer que desde hace 23 años organizó al pueblo Lenca en Honduras contra la construcción de presas, empresas madereras y mineras que atentan contra la biodiversidad o *Marina Silva*, ex ministra de Medio Ambiente de Brasil, quien ayudó a establecer una reserva de 2 millones de hectáreas manejada por comunidades locales y quien en un ejemplo de coherencia política le renunció a Lula da Silva por considerar que las políticas públicas implementadas por su gobierno fomentarían la deforestación de la selva amazónica. Y los ejemplos siguen y siguen no sólo en Latinoamérica sino en todo el mundo...

Violencia y represión por defender la vida

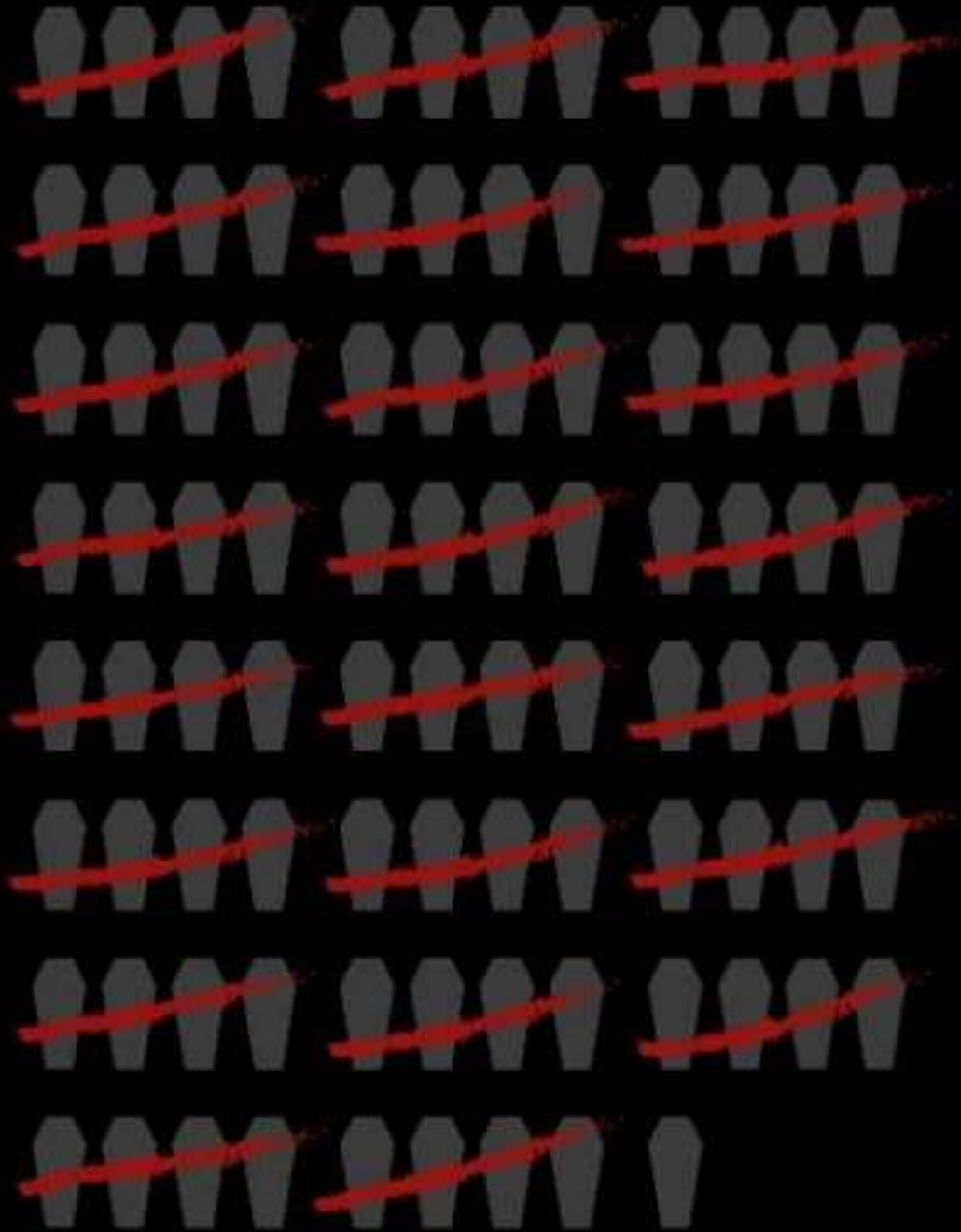
Como vemos, la presencia de mujeres en el movimiento ecologista es fundamental. Mientras que algunas mujeres plantean cuestiones ecológicas en la agenda nacional e internacional, otras hacen lo que Ellen Swallow planteó hace más de cien años: trabajan por la ecología en lo cotidiano, en sus comunidades, cuidando se sus recursos naturales y combatiendo la degradación ecológica en sus propias comunidades. Como bien señalaba “en todo el mundo, son las mujeres las primeras en advertir la degradación del ambiente. Son ellas las que primero notan que el agua con la que cocinan y con la que bañan a sus hijos tiene un olor peculiar; son las primeras en enterarse cuando el agua empieza a escasear, las primeras en enterarse cuando los niños llegan a casa contando historias acerca de misteriosos barriles arrojados a la barranca, las primeras en darse cuenta cuando los niños desarrollan misteriosas enfermedades”.

Lamentablemente, las mujeres se han enfrentado no sólo al descrédito o la burla por parte de colegas, gobiernos o vecinos, por mencionar algunos actores, sino también a la violencia y a la represión. Según datos del informe *¿Cuántas (muertes) más?* (How many more?, 2014) de la organización británica Global Witness tan sólo en el 2014, 116 activistas ambientales fueron asesinados en todo el mundo, pero el 90% de esos asesinatos ocurrieron en América Latina (Publicación Ecosmedia No. 61 Mayo 2015) y se vinculan con luchas contra proyectos mineros, agrícolas e hidroeléctricos. A pesar de ello, las mujeres siguen organizándose y levantando la voz para proteger esta casa donde vivimos todos, llamada Tierra.

En un informe publicado por la ONU en 2007, se señala que los **activistas ambientales y de la tierra constituyen el segundo grupo más vulnerable** de todos los defensores de los derechos humanos, después de los que se ocupan de los derechos de las mujeres, porque corren el riesgo de perder la vida. Dado que el índice de sus asesinatos se triplicó entre 2007 y 2011, es posible que ahora constituyan el grupo de mayor riesgo.



global witness



¿CUÁNTOS MÁS?

El medio ambiente mortal de 2014: intimidación y asesinato de activistas ambientales y de la tierra, con Honduras en primer plano



RECURSOS FINANCIEROS

Las mujeres reciben menos préstamos y por cantidades inferiores que los hombres

Solamente el **7%** del total de inversión agrícola fueron otorgadas a las mujeres que trabajan en los sectores forestal, pesquero y agrícola



TIERRAS Y AGUA

En los países en desarrollo, **10% a 20%** de todos los dueños de tierras son mujeres

Las fincas manejadas por familias encabezadas por mujeres representan **1/2 y 2/3** del tamaño de las fincas manejadas por familias encabezadas por hombres



RECURSOS PRODUCTIVOS

Mujeres forman el **43%** de la mano de obra agrícola en los países en desarrollo

Si mujeres y hombres tuvieran el mismo acceso a los recursos productivos, los rendimientos en sus granjas podrían aumentar entre **20% - 30%**



ACCESO A LAS INSTANCIAS DE ADOPCIÓN DE DECISIONES

En el sector agrícola las mujeres ocupan el **14%** de los puestos directivos

Sólo el **30%** de los delegados de los países en las cumbres sobre el cambio climático de las Naciones Unidas, celebradas entre 2000 y 2010, eran mujeres



CONOCIMIENTO Y TECNOLOGÍA

2/3 de los adultos analfabetos en el mundo son mujeres

Un estudio ha revelado que la educación de las mujeres contribuye en un **43%** a la reducción de la malnutrición infantil



SERVICIOS Y MERCADOS

Solo el **5%** de las mujeres que forman parte de la fuerza de trabajo agrícola en los países en desarrollo tiene acceso a los servicios de extensión agrícola

El sector de los servicios de energía en el África occidental ha:

- reducido el horario de trabajo diario de las mujeres de **2 a 4** horas
- aumentado los ingresos de las mujeres
- mejorado los índices de educación y de matriculación en las escuelas

IGUALDAD DE ACCESO A RECURSOS Y PODER

para la



SEGURIDAD ALIMENTARIA

DISPONIBILIDAD | ESTABILIDAD | USO | ACCESO

frente al

CAMBIO CLIMÁTICO

ADAPTACIÓN | MITIGACIÓN



www.fao.org/climatechange/micca/gender/es
www.fao.org/gender-home/es



Los Premio Goldman se entregan a personas que luchan por la protección de ecosistemas y especies en peligro de extinción, contra los proyectos de desarrollo destructivos, la promoción de la sostenibilidad, mejores políticas ambientales y la justicia ambiental. Los galardonados son a menudo mujeres y hombres indígenas, de pueblos aislados o ciudades interiores que optaron por tomar grandes riesgos personales para salvaguardar su entorno ecológico.



Marilyn Baptiste

2015, América del Norte

Por su liderazgo y constancia en la lucha contra uno de los proyectos mineros más grandes de oro y cobre a cielo abierto que amenazaba con destruir el Lago Fish Lake, fuente de identidad espiritual y sustento para la comunidad XeniGwet'in.

Su territorio se convirtió en zona de arranque para construir el proyecto piloto de la Mina Prosperidad, a cargo del consorcio Vancouver Taseko Mines Limited (TML). La propuesta de TML incluía drenar el lago y utilizarlo para el almacenamiento de residuos, lo que destruiría la biodiversidad local y la fuente de alimento, agua y medicina de la población. El Gobierno local aprobó la mina en enero de 2010, mucho antes de que se iniciara la revisión ambiental del gobierno federal.



Phyllis Omidu

2015, África

Después de enterarse de que su leche materna estaba enfermando a su bebé Phyllis lanzó una campaña para cerrar una fundición que arrojaba vapores de plomo y desechos no tratados en Owino Uhuru, Kenya.

Sin quererlo, al convertirse en madre también se convirtió en activista por la protección de los residentes locales contra los vertidos tóxicos. Luego de análisis de sangre en niños, descubrió que éstos tenían niveles de plomo 20 veces más altos que los niños en los EE.UU. Fundó el Centro de Justicia de gobernación y de Acción Ambiental (CJGEA).



Berta Cáceres

2015, América Latina y el Caribe

Berta organizó al pueblo lenca -la mayor etnia indígena de Honduras- contra la represa de varios ríos amazónicos, entre ellos el de Agua Zarca. La construcción estaba prevista en el noroeste del país en el Río Gualcarque, sin contar con la autorización del pueblo Lenca—una violación de tratados internacionales que rigen los derechos de los pueblos indígenas. La represa impediría el abastecimiento del agua, comida y medicina para cientos de personas y violaría su derecho a manejar y vivir de la tierra de forma sostenible.

La campaña emprendida por Cáceres logró que el constructor más grande de represas a nivel mundial, la compañía de propiedad estatal china Sinohydro, retirara su participación en el proyecto hidroeléctrico. La Corporación Financiera Internacional, institución del Banco Mundial que invierte en el sector privado, también abandonó la iniciativa.



Helen Slottje

2014, América del Norte

Activista anti-fracking, presionó para que el gobierno promulgara prohibiciones de fractura hidráulica en 172 comunidades en todo Nueva York en los últimos cinco años.

Esta abogada corporativa se convirtió en activista por accidente cuando asistió a una reunión de su comunidad en Ithaca en rechazo al fracking. Luego de las imágenes mostradas y del conocimiento sobre la proliferación de contratos de arrendamiento por parte de empresas de exploración, decidió emprender la lucha contra este tipo de prácticas.



Ruth Buendía

2014, América Latina y el Caribe

Líder de la tribu Ashaninka, en la zona amazónica de Perú. Mediante demandas judiciales nacionales e internacionales logró evitar que varios ríos amazónicos fueran represados para abastecer de electricidad a Brasil y con ello el éxodo de más de 24 mil nativos amazónicos.

Es Presidenta de la Central Asháninka del Río Ene (CARE), organización que agrupa a 17 comunidades nativas y tiene como finalidad defender los derechos de los nativos en esa región.

<http://www.goldmanprize.org/prize-recipients/>

Fotografías: Tomadas de la red



café ruta de la seda
ecopâtisserie&té



NUESTRA ESPECIALIDAD EN REPOSTERÍA

Calle Aurora 1, Coyoacán, Del Carmen, 04010 Ciudad de México, D.F

www.caferrutadelaseda.com

La Era de la Sostentabilidad

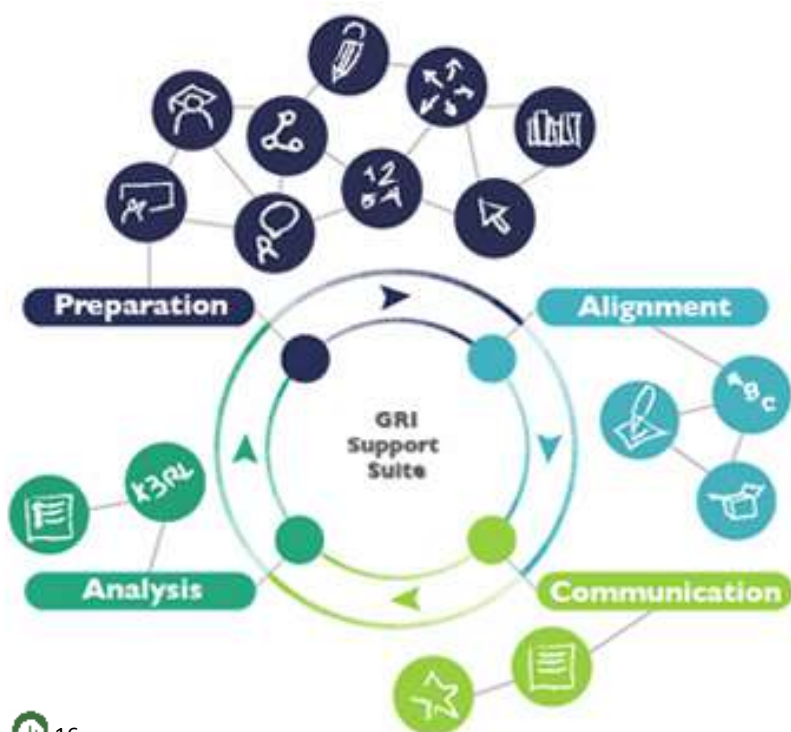
No cabe duda: el cambio climático es EL tema del siglo XXI. Organismos internacionales organizan eventos alrededor del mundo para impulsar debates y establecer compromisos entre naciones y continentes; gobiernos implementan políticas públicas orientadas a reducir sus impactos en lo social, económico y ambiental; ciudadanos se organizan para proteger la biodiversidad local y nacional; para reducir la contaminación del aire, agua y territorio; líderes religiosos se suman al llamado a cambiar los modos de consumo ¿y las empresas? ¿Qué pasa con la responsabilidad empresarial en contextos de cambio climático?

Para Klaus German, Director General del Grupo Editorial ACCSE (Acción Social Empresarial), el mundo empresarial está viviendo la *Era de la Sostenibilidad*, en la cual ya no es suficiente hablar de metas financieras, por el contrario, ahora las empresas tienen que mostrar claramente su contribución a la sociedad y las acciones que están realizando respecto a los temas de mitigación y adaptación al cambio climático.

En la *Era de la Sostenibilidad* la contribución de las empresas en la sociedad va más allá de simplemente dar trabajo y tener utilidades para sus inversionistas, en esta época los productos y servicios que brindan deben atender aspectos como la huella de carbono, la cadena de valor, la procedencia de los insumos utilizados en su fabricación, la manera en que los empleados se involucran en los procesos de desarrollo y distribución y el impacto que la empresa o industria tiene en las comunidades aledañas.



Fotografía: Klaus German, Director General del Grupo Editorial ACCSE



Pintarse de verde

Aunque muchos creen que volver a una empresa sustentable es fácil y que basta con hacer una intensa campaña publicitaria con términos como orgánico, sustentable, respetuoso con el medio ambiente, ahorrador, etc., en realidad se trata de un proceso complejo y de largo aliento que debe mostrar resultados claros en el ámbito económico, social y ambiental y, para tener esos resultados primero se tienen que establecer programas que se puedan medir tanto a un nivel cuantitativo (indicadores, políticas, procedimientos, convenios, códigos, cursos de capacitación) como a nivel cualitativo (impacto). Una vez teniendo resultados ya se puede elaborar un informe de sostenibilidad bajo estándares internacionales como es el *Global Report Initiative*. Hasta entonces una empresa puede ser catalogada como sostenible y puede entonces considerarse como una empresa “con propósito” y no simplemente una empresa que apoya ciertas causas sociales por hacerse de determinada imagen.

¿Responsabilidad Social o Desarrollo Sustentable?

Para el consultor en temas de responsabilidad social corporativa, si las empresas no empiezan a involucrar dentro de sus estrategias de negocio temas de Responsabilidad Social y Desarrollo Sustentable (RS y DS) no van a lograr a tener el impacto, la reputación, el crecimiento o el desarrollo que deberían tener en contextos globales. Sin embargo, no se trata de elegir entre una u otra responsabilidad, van de la mano. No se puede llegar a ser responsable en Desarrollo Sustentable si antes no se cuenta con una base sólida en temas de Responsabilidad Social

Corporativa, primero hay que empezar a crear políticas, procedimientos, convenios y programas orientados a tener un buen clima laboral y una buena presencia en las comunidades donde opera la empresa, para luego dar el paso a campos más complejos y éticos como es el DS donde confluyen actores tanto internos y externos.

En este sentido, para Klaus German la mejor forma de impulsar cambios es a través del modelo de Ganar-Ganar, modelo que tras 15 años de difusión e implementación ha logrado hacer que tanto empresas como organizaciones de la sociedad civil trabajen de manera conjunta en beneficio de todos.

Lo mejor de la Responsabilidad Social
y la Sostenibilidad

PREMIOS GANAR-GANAR



10 MARZO 2016



www.ganar-ganar.mx

LA CULTURA CULINARIA DE LAS FLORES



ESPECIAL DE
PRIMAVERA



Con el intenso movimiento gastronómico que se está generando en todo el mundo y el rescate de viejas tradiciones y costumbres parecería que la *florifagia* (el acto de comer flores) es una nueva corriente, pero no es así, las culturas antiguas de China, India, Grecia y Mesoamérica ya utilizaban las flores para aderezar sus platillos.

La culinaria mexicana no se entendería sin la relación con el mundo floral comestible, su magia, y quizá, sus poderes afrodisíacos, los cuales han quedado plasmados en provocativas y sensuales recetas. Antes de la llegada de los conquistadores, los mexicas, mayas, mixtecos, zapotecos, etc., tenían una alimentación equilibrada y muy diversa en la cual combinaban el maíz, frijol y amaranto con proteínas de origen animal de diversas especies como aves y peces y una importante ingesta de insectos, huevo, verduras, flores, algas y gran variedad de frutas. A la fecha se siguen consumiendo los cabuches o flores del cactus Biznaga de espina roja, nativas de la zona semidesértica de San Luis Potosí, los colorines y la Sak-nikté o Cacaloxóchitl, por mencionar algunas flores de uso prehispánico.

Flores en la dieta prehispánica

Alrededor del año 7000 A.C., habían desaparecido los animales de gran tamaño como el mamut, el caballo, los camélidos y el antílope. Antes de tal pérdida, los ancestros consumían carne en un 80%, pero al convertirse en pueblos sedentarios y escasear la caza empezaron a desarrollar la agricultura y con ella el cultivo de especies vegetales. Para el año 3500 A.C. ya se cultivaba el frijol, la calabaza y el mezquite, por mencionar algunos alimentos. Para el siguiente milenio, la variedad alimentaria ya incluía flores como las del maguey, el izote, el nopalxochitl o flor de nopal, y de huahuzontle.

Respecto a las flores usadas en los platillos salados, los indígenas comían principalmente: la flor de calabaza o ayoxóchitl, la flor de *icizote* o yuca; la flor del maguey llamada gualungo; la flor de la biznaga que al fructificar es llamada borrachita; flor del nopal nopalxochitl o pocha; la flor del tule o espadaña, flor del frijol y la de colorín o pichoco; el cacaaxochitl o flor del cacao usada en la bebida llamada pozonqui o espuma de cacao y la orejuela o ucinacaztli. Además hay dos orquídeas utilizadas en las bebidas: la flor de jamaica cuyo uso se extendió con la colonización española y la vainilla o tlixochil (flor negra), llamada así por el color que adquiere el fruto o vaina cuando se seca, pero es sólo su vaina la parte útil en bebidas, postres y repostería. (albertoperalta.com/e_books/Flores_insectos_dieta_prehispanica.pdf).

Una de las flores más significativas para nuestro país es la Dalia, nuestra flor nacional, la cual comprende 41 especies endémicas concentradas en nuestro territorio. En la alimentación prehispánica, la Dalia, conocida con el nombre de “acocoxóchitl”, “acocotli”, o “cohuanenepilli” (acoco=hueco, xóchitl=flor, flor de tallo hueco) entre otros nombres autóctonos otorgados por los indígenas de México, ya se usaban los pétalos y bulbos en la preparación de tostadas, tacos, sopa, agua y numerosos guisos nacionales silvestres. Además, dada su importancia para el país, varias universidades y centros de investigación biológica empezaron a estudiar sus propiedades, con lo cual determinaron que la raíz de esta planta no sólo se reproduce con facilidad, sino que es comestible y un alimento funcional que en sus raíces tienen una concentración de carbohidratos superior al 70%, un aporte de proteínas que llega al 12% y fibra cruda de hasta un 17%, además de los usos medicinales para el alivio de la tos crónica, como tónico diurético y contra los cólicos.



Árbol del cacao. Detalle pagina 1 del Tonalamatl de los pochtecas. (Codice Fejérváry-Mayer)



El Códice Badiano donde aparece una planta denominada “Cohuanenepilli”, Flor Sencilla (cabezuela) que se supone es *D. coccinea*.



Las flores en las cocinas del mundo.

En la cocina andaluz y en los manuales de los cocineros de los reyes españoles de los siglos XVI y XVII, la utilización de las flores también era algo habitual. En la época clásica se preparaban las ambrosías (banquete de gran calidad preparada para dioses) más sabrosas a base de pétalos de rosa, aromas de violeta y salsas de alazor. Carlo Magno, por ejemplo, sentía predilección por las ensaladas de flor de malva.

La cocina china también experimentó en sus platos con la flor de loto, magnolia y jazmín. En la japonesa, es el crisantemo el que tiene un lugar de honor y en Oriente Medio, la rosa y el naranjo. Con la flor del mastuerzo o la capuchina originaria de Perú se elaboraban ensaladas, acompañando carnes y helados. Los egipcios, árabes e indios, usaban la caléndula para dar color y sabor a sus platos. La llamaban el azafrán de los pobres.

Los insectos y las flores eran complementos alimenticios de la dieta indígena, su uso se pierde en el tiempo y el espacio, sin embargo, algunos antecedentes quedaron plasmados en códices prehispánicos y en documentos históricos de la conquista y la colonización española (Códice Mixteco, Códice Tro-Cortesiano).

Otro ejemplo de flor simbólica en la cultura mexicana es la Flor de Nochebuena. Su origen es mexicano, y su nombre proviene del náhuatl, Cuetlaxóchitl que significa "flor de pétalos resistentes como el cuero". Para los mexicanos era una flor ritual y se utilizaba en múltiples celebraciones, simbolizando la pureza y la nueva vida de los guerreros muertos en batalla.

En la época de la Colonia la Nochebuena se comenzó a utilizar para decorar los nacimientos en iglesias y conventos debido a que florece en el mes de diciembre y su uso se arraigó tanto que a la fecha es uno de los símbolos más representativos y hermosos de la Navidad.

Pero no sólo los europeos se maravillaron con la cantidad de colores, aromas y tamaños de las flores prehispánicas, también los indígenas conocieron nuevas flores que integraron a su vida diaria, tal es el caso de las rosas, la bugambilia, el crisantemo, el azahar y la lavanda, entre otras.



La alcachofa en un cartel del siglo XIX



Las cualidades de las flores

Como vemos, desde siempre las flores han formado parte de nuestra dieta, la alcachofa, la coliflor, el brócoli, el clavo de olor y el azafrán son una muestra de ello. Lo habitual desde el punto de vista gastronómico es que esta práctica culinaria, se emplee más como guarnición o acompañamiento de carnes o pescados que como plato único.

El principal componente de las flores es el agua que constituye más del 80% de su composición, esto las hace ser alimentos calóricamente bajos pero altos en otros nutrientes como proteínas, vitaminas, minerales, grasas, almidones, aminoácidos, algunos ácidos grasos como el palmítico, oleico, linolénico y pantoténico y azúcares como la fructosa. Además contienen algunos compuestos biológicamente activos, como los fenólicos (los responsables del color). Los beneficios de los compuestos fenólicos está en los carotenoides y las antocianinas principalmente, por ejemplo los pétalos de flores amarillas como la de la calabaza, son ricos en vitamina A, además de que posee riboflavina, niacina y minerales como calcio, fósforo, hierro y potasio. Por todas estas cualidades y componentes, las flores pueden considerarse como alimentos funcionales.



Entre los principales atributos a considerar cuando se eligen las flores para su utilización es el color, el cual influye en el consumo y apetito de los consumidores. Por ejemplo el rojo puede sugerir al consumidor que el producto tiene un sabor dulce a cereza o fresa. El color amarillo puede estar asociado a un sabor cítrico o agrio, mientras que el azul se relaciona a alimentos que tienden a ser azucarados.

Precauciones del consumo.

Al utilizar las flores para consumo se debe tomar en cuenta que no todas son comestibles, algunas pueden ser tóxicas o venenosas cuando se mastican y degluten, otras pueden causar alergia en la piel. Otros puntos a considerar es que algunas variedades son nocivas durante alguna época del año, o bien, pueden haber estado expuestas a contaminación ambiental.

En México se considera a las flores como un derivado de las frutas y hortalizas.

Consejos para preparar las flores

- Cortarlas por la mañana, antes de que el sol esté alto
- Escoger las que estén en perfecto estado y las de mejor olor
- Desechar los pistilos y la base blanca de los pétalos porque suelen tener un sabor amargo
- Lavarlas bien con agua fresca y con cuidado para no estropear los pétalos
- Para que se sequen hay que colgarlas por el tallo o secarlas con papel absorbente
- La lavanda, el brezo y las rosas, entre otras similares, pueden secarse para ser usadas en otros momentos
- No pueden conservarse por mucho tiempo, pierden rápidamente sus propiedades
- En el refrigerador se conservan frescas durante una semana.

Bibliografía:

<http://petryknorberto.blogspot.mx/2011/01/flores-comestibles.html>
http://deliciasprehispanicas.blogspot.mx/2010_05_01_archive.html

Cocinando con Flores: Recetas con historia, Autor Sebastián Verti, Publicado por Panorama Editorial, 2006

Edible Flowers from garden to palate. Cathy Wilkinson. 1993. Fulcrum Publishing. Golden, Colorado. USA

Los libros Insects as human Food de Bodenheimer, Butterflies on your stomach, Edible Flowers from garden to palate de Wilkinson o Comer insectos de Arana, r

Remesal, A. 1993. Un banquete para los dioses. Alianza Editorial. México. Novo, S. 1967. Cocina mexicana. Porrúa. México.

FLORES COMESTIBLES DE MEXICO

NOMBRE COMÚN	GUSTO	NOMBRE CIENTÍFICO	USO
Alhelí	Dulce	Matthiola incana	Usada en postres.
Arugula	Picante (de medio a intenso)	Eruca sativa	Ensaladas, pizza, panes y carnes rojas.
Begonia Dragón	Acido	Begonia semperflorens	Ensaladas.
Begonia	Acido	Begonia X tuberhybrida	Se puede consumir en cocteles d efrutas.
Maravilla	Amargo y picante	Calendula officinalis	Infusiones, ensaladas, tortillas y como acompañamiento de quesos.
Capuchina	Ligeramente picante con dejo dulce al final (como el berro)	Capuchina Trapae Olimajus	Para ensaladas, va bien con legumbres, papas, arroz, sopa y mantequilla.
Cebollin	Picante	Cebolin alium	Carnes rojas, moles, pastas y mariscos.
Cempazuchitl	Ligeramente amargo y picante	Tagetes erecta	Arroz, ensaladas y pastas.
Cuchunuc	Dicen que sabe a carne	Glinicida sepium	Tamales y postres.
Flor de Chicharo	Picante (ligero)	Pisum sativum	Arroz, ensaladas y pastas.
Clavel	Picante (medio como la pimienta)	Dianthus caryophyllus, Dianthus barbatus, Dianthus plumarius	Se puede consumir en cocteles d efrutas.
Crisantemo	Ligeramente amargo y picante	Chrysantemum spp	Para ensaladas, sopas, salsas, vinagretas con huevo y pico de gallo.
Dalia	Fresco (como la jícama)	Dahila imperialis	Mermeladas, harinas para frituras.
Geranio pelargonium X	Almendrado	Pelargonium spp	Postres, bebidas, ensaladas y agua fresca.
Fuchsia	Picante (medio)	Aretilo Fuchsia	Infusiones, helados y postres.
Lavanda	Dulce, floral con toque picante	Lavanda angustifolia	Crema, ensaladas, va muy bien con carnes blancas. Con las hojas se preparan infusiones. Postres y helados.
Primula Alaulis	Dulce	Primula Alaulis	Ensaladas, postres y carnes.
Rosa	Dulce	Rosa spp	Reporteria, sopas y cremas, ensaladas e infusiones.
Violeta	Dulce	Viola odorata	Caramelos, repostería, infusiones, sopas, ensaladas, mantequilla, bebidas.
Jamaica	Acido	Hibiscus sanariffa	Infusiones, agua fresca, extractos, postres.
Pensamiento	Dulce	Viola Wittrockiana	Ensaladas, postres y carnes.
Flor de Calabaza	Algo amarga	Cucurbita	Rellena, sopas y cremas, carnes.
Nochebuena	Ligeramente amargo	Euphorbia pulcherrima	Crema, postres, ensaladas, carne de puerco.
Girasol	Algo amargo	Helianthus annuus	Capulos sin abrir se pueden hacer al vapor como las alcachofas. Postres.
Jazmin	Dulce	Jasminum	Infusiones, bebidas, reposteria y helados, arroz y mariscos.
Flor de Azar	Dulce	Citrus aurantium	Postres, infusiones y arroz.
Manzanilla	Dulce	Matricaria recutita	Infusiones, vinagretas, helados y en cocción de verduras du kes.
Bugam bilia	Acido	Bougainvillea glabra	Infusiones, postres y chiles rellenos.
Izote	Ligeramente amargo	Yuccafilifera	Guisados salados y con carnes rojas
Colorin	Ligeramente amargo	Erythrina coralloides	Capeados, verduras y panes.
Huauzontle	Ligeramente amargo	Huauzontle	Capeados, carnes rojas y moles.
Moringa	Ligeramente amargo	Moringa oleifera	Ensaladas y con huevo

Comosito Pañal Ecológico

Si creías que la moda ecológica es de ésta época, te equivocas. Desde hace poco más de 20 años la cooperativa de mujeres. *Mujeres para Hoy* elabora productos ecológicos y de menor impacto ambiental en el rubro de maternidad y bebés, tal es el caso de los pañales de tela 100% de algodón llamados *Comosito*.

Se trata de unos pañales ecológicos con diferentes capas de material absorbente que en su parte exterior tienen una capa impermeable, lo cual los hace reutilizables, además es unitalla y resistente a la lavadora. Los pañales de tela son mucho más saludables para los bebés ya que

En México se consumen casi 2,200 millones de pañales anualmente, que es una cantidad gigantesca.

El pañal COMOSITO es 100% algodón, unitalla y se sujeta con cintas de velcrom.

Diseño anatómico con elástico en las piernas

Cinta de contactel o velcrom

Se puede ajustar al tamaño del bebé doblando el extremo delantero

Limpieza: Se puede utilizar lavadora y secadora como cualquier otra prenda de algodón. Se recomienda utilizar jabón neutro y sin blanqueador.

Lleva un refuerzo de franela 100% algodón con tres capas de tela para hacer más absorbente el pañal.



Los pañales de paquete tardan hasta 500 años en degradarse, al contener plástico y otros materiales no biodegradables se vuelven realmente contaminantes una vez usados y desechados.

La cooperativa además de tener fines ecológicos promueve el autoempleo y la generación de conciencia política y de economía solidaria entre las mujeres. Desde sus inicios las integrantes se han capacitado en temas de cooperativismo y educación popular. Al respecto, Ma. Teresa Hernández, fundadora de la cooperativa señaló a *Ecosmedia* que “la mentalidad de las compañeras ha cambiado, ahora son mucho más participativas y tienen la convicción de contribuir a revertir el daño que le estamos causando al planeta a través de la confección de productos ecológicos”.

Actualmente la cooperativa cuenta con 7 productos y está en la búsqueda de poder establecer alianzas con organizaciones y establecimientos que trabajen la economía social y solidaria.

Contacto 5695-4086.
mujeresparahoy@gmail.com



comosito®

Coop. Mujeres para Hoy

TURISMO RELIGIOSO EN MÉXICO

La Semana Santa o Semana Mayor es la conmemoración de la Pasión, Muerte y Resurrección de Jesucristo. Esta época es la más importante para la comunidad católica e inicia con el Domingo de Ramos.

Ya se acercan las vacaciones de Semana Santa y en nuestro país existen varios destinos que conjugan el turismo y la religión, escenificando el drama de la Pasión y Muerte de Cristo, tal es el caso de las ciudades coloniales de Taxco, Guerrero; Santiago de Querétaro; San Luis Potosí y San Cristóbal de las Casas, en Chiapas. En todos estos sitios las celebraciones son muy solemnes, como es la Procesión del Silencio, donde los penitentes se someten a rudas cargas, como símbolo de su autosacrificio, sin embargo, la visita más allá de la carga simbólica es una experiencia que no debes dejar pasar.



TAXCO

La celebración de Semana Santa en Taxco es una de las más realistas, aquí el sacrificio se vive desde los años 1600 fecha en que comenzó a celebrarse esta tradición, ahora tan arraigada como su bagaje minero.

El calendario de actividades empieza 40 días antes, con el carnaval, donde ya se deja ver la algarabía y colorido que llena las iglesias, parroquias y poblaciones aledañas al Templo de Santa Prisca.

El martes santo corresponde a la “Procesión de las Ánimas” donde los participantes van divididos en tres grupos: encruzados, flagelantes y ánimas. Los hombres llevan el rostro cubierto con una capucha negra llamada *capirote*, que se ciñe por el exterior de la cintura con un lazo tejido con la crin de caballo, llamado cabestro, de 15 cm de ancho; van descalzos, arrastrando cadenas y el torso descubierto. Los encruzados cargan un rollo de 2.5 m de largo compuesto por 144 varas de zarzas con espinas, de un peso aproximado de 50 kg, lo amarran con el cabestro a sus brazos pasando por el cuello y entre la boca como mordaza, haciendo sangrar su cuello y espalda; los flagelantes cargan

una cruz de madera de 3 por 2 m y 6 kg de peso, un rosario en una mano, y en la otra una disciplina hecha con crin de caballo y clavos con la que azotan sus espaldas, que lucen maceradas y sangrientas. Las mujeres van en otro grupo; cubiertas de negro y descalzas caminan completamente encorvadas llevando en los antebrazos un crucifijo de madera y un rosario; otras, velas o cirios encendidos en ambas manos, arrastran cadenas que les aprisionan manos y pies, produciendo un tenebroso sonido.



QUERÉTARO

En Santiago de Querétaro el mejor lugar para comprar y bendecir las palmas es el Convento de la Santa Cruz de los Milagros, pues aquí se coloca el mayor número de vendedores y por su gran tradición religiosa es uno de los lugares más visitados. Una vez bendecidos los ramos o palmas, la gente pasa a visitar el claustro, donde es posible admirar el famoso arbusto de las espinas en cruz y el último arco del añejo acueducto.

Desde hace aproximadamente treinta y cuatro años, en Santiago de Querétaro se lleva a cabo la Procesión del Silencio, la cual tiene lugar el Viernes Santo por la tarde en las principales calles del Centro Histórico de la Ciudad, donde diferentes grupos de Hermandades y Cofradías realizan un recorrido manifestando su gran dolor por la muerte de Jesucristo. Ese mismo día por la mañana, se celebra el Viacrucis Viviente, que representa las Tres Caídas y la Crucifixión de Jesús.



SAN CRISTOBAL DE LAS CASAS

La Semana Santa se celebra con gran entusiasmo en este barrio con un desfile de la representación de la Pasión y Muerte de Cristo y gran variedad de fuegos artificiales, parte de su inconfundible carácter. El Templo está dedicado a la Asunción de la Virgen, que celebra cada año el tránsito de la muerte física y la elevación al cielo, así como la coronación de la Virgen María como Reina de la Creación, que se celebra el 13, 15 y 18 de agosto.

SAN LUIS POTOSI

La Procesión del Silencio de San Luis Potosí se realiza durante la noche del Viernes Santo en la capital potosina desde los tiempos de la colonia, aunque en su versión moderna data de 1954. Consiste en un desfile masivo de cofradías, que son asociaciones de fieles católicos. Cada cofradía está vestida con su atuendo propio y suele variar en colores y motivos. Como la procesión es de carácter penitencial, muchas de las cofradías participan con el rostro cubierto por una capucha y algunas incluso llevan cadenas atadas a los tobillos.

Más allá del trasfondo religioso, este ritual une a cientos de familias potosinas que salen a las calles a encontrarse unos con otros y compartir estos momentos. La celebración adquiere así un carácter social que la hace aún más especial.



IZTAPALAPA

La representación de la Pasión de Iztapalapa es uno de los más populares y uno de los más grandes, celebraciones religiosas más importantes de la Ciudad de México.

Durante la Semana de Pascua, cada habitante abandona su vida normal como trabajador, estudiante o ama de casa, y se olvida de sus tensiones diarias y conflictos. Toda la gente del pueblo se unen con un objetivo común, y se convierten en actores que representan a Jesús, la Virgen María, los nazarenos, los guardias, los apóstoles, y la gente de una ciudad, toda la comunidad se convierte en el reparto.

La pasión de Iztapalapa se realizó por primera vez en el año 1833, cuando una epidemia de cólera atacó la región y la mayoría de la población murió. Sólo unas pocas personas sobrevivieron. En agradecimiento, y como un acto de fe en el Señor de la cueva, una estatua de Cristo que se venera en este lugar, los sobrevivientes realizaron la primera representación de la Pasión de Cristo.

Año tras año, la intención de hacer la presentación cada vez mejor, la gente de la ciudad comenzó a organizarse con el fin de crear el vestuario de acuerdo con la costumbre, incluyendo las lágrimas y sufrimiento.

Todas las fotografías de este artículo fueron tomadas de la red



Temporada de Conciertos de Primavera 2016

En el Jardín Botánico
del Instituto de Biología
de la UNAM

Música tradicional
veracruzana

5 de marzo

Caña Dulce y Caña Brava

Difundiendo y recreando
la música tradicional
veracruzana

12 de marzo

Los Cacomixtles

El Fandango, música
tradicional del oriente
Veracruz

19 de marzo

Los Vega

Son jarocho tradicional

Área de Difusión y Educación
del Jardín Botánico del IBUNAM
Tel. 5622 9047

Email: jbdifusion@ib.unam.mx

Twitter: @JBUNAM

Facebook: Jardín Botánico
del IB-UNAM

Jardín Botánico
Exterior

Entrada Libre
12:00 h



 **ECOFEST 2016**

FESTIVAL VERDE · [ECOFEST.COM.MX](http://ecofest.com.mx)

12 & 13 DE MARZO · ENTRADA GRATUITA

**CORREDOR CULTURAL ÁLVARO OBREGÓN
& PLAZA RÍO DE JANEIRO · COL. ROMA**

ORGANIZA:
 las páginas verdes.



Estafiate, la planta para la mujer



El *estafiate* es considerado la planta de la mujer debido a que su principal uso es para regular el ciclo menstrual y calmar los dolores anteriores al parto.

Es una planta originaria de México que se da prácticamente en cualquier tipo de clima, además su cultivo es muy fácil por lo tanto es muy recomendable para huertos familiares.

El estafiate es una hierba que alcanza un tamaño de hasta de 1 m de altura, las hojas con forma de listón parecen divididas en tres partes, por el envés son peludas y blanquecinas y verdes en el anverso. Las flores son amarillas acomodadas en numerosas cabezuelas que al tocarlas despiden un olor característico.

Otros nombres: Ajenjo, ajeno del país, altamiza, altaniza, artemisia, azumate de Puebla, cola de zorrillo, epazote de castilla, estomiate, hierba maestra, incienso verde.





Calz. de los Jinetes 102, Las Arboledas, 52950 Atizapán de Zaragoza, Méx.

www.restauranteraiz.com



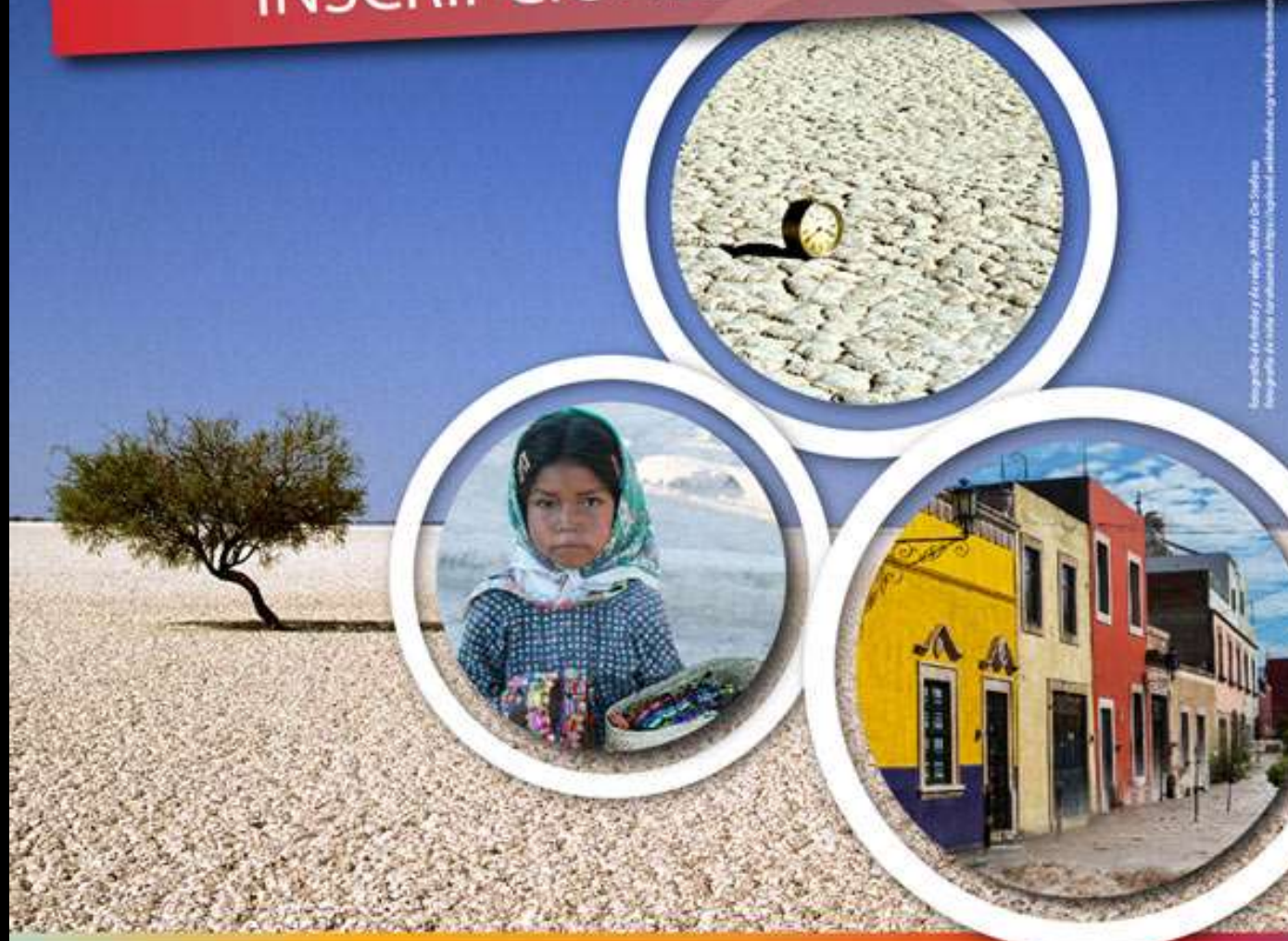
2º Congreso Interamericano de Cambio Climático

Conocimiento e innovación para afrontar los desafíos del cambio climático

14, 15 y 16 de marzo de 2016, Ciudad de México

www.congresocambioclimatico.org

INSCRIPCIONES ABIERTAS



Fotografía de fondo y de reloj: Alfredo De Solís
 Fotografía de niña: Karla Arce / Fotografía de edificios: Alfredo De Solís

Sistemas de Naturación de Espacios Urbanos: azoteas y muros verdes



Profesora responsable: Biol. Jerónimo Reyes Santiago

Cupo: Limitado a 25 personas. Duración: 25 horas

Fechas: del 14 al 18 de marzo de 2016

Horario: lunes a viernes de 9:30 a 14:30 hrs.

Sede: Salón de Seminarios del Edificio de Programas Universitarios, C.U.

Costo: \$3,000 público en general

30% de descuento a alumnos vigentes y profesores UNAM

15% de descuento a alumnos de otras universidades

10% de descuento a exalumnos UNAM y por pago anticipado (10 días hábiles antes del curso)



18 Y 19 de marzo



Reciclatrón CDMX

JORNADA DE ACOPIO DE RESIDUOS ELECTRÓNICOS Y ELÉCTRICOS

CENTRO DEPORTIVO - XOCHIMILCO

Taller de Elaboración de Proyectos Culturales Sustentables e Independientes

Programa "Imaginación en Movimiento,
empresas culturales".

Objetivo del Taller :

Proporcionar herramientas metodológicas, técnicas y administrativas, que le permitan al participante elaborar un proyecto cultural de carácter participativo que incida en el tejido social.

Dirigido a:

Artistas, creadores, promotores, gestores, colectivos y pequeñas empresas culturales, interesados en diseñar y desarrollar proyectos sustentables independientes.



MUSEO NACIONAL DE LA REVOLUCIÓN

Visitas guiadas descriptivas dirigidas a invidentes y débiles visuales.
Se utilizarán sistemas didáctico-comunicativos y sistemas plurisensoriales.

Actividad permanente Programa tu visita en el área de servicios educativos

5546 2115 y 5566 1902 Servicio gratuito con boleto de entrada
Entrada general \$28 pesos
\$14 pesos estudiantes
Domingo
ENTRADA LIBRE



Artistas y/o creadores individuales	Colectivos artísticos	Empresas culturales
5 años de trayectoria en el ámbito artístico-cultural	3 años de trayectoria en el ámbito artístico-cultural	1 año de trayectoria en el ámbito artístico-cultural

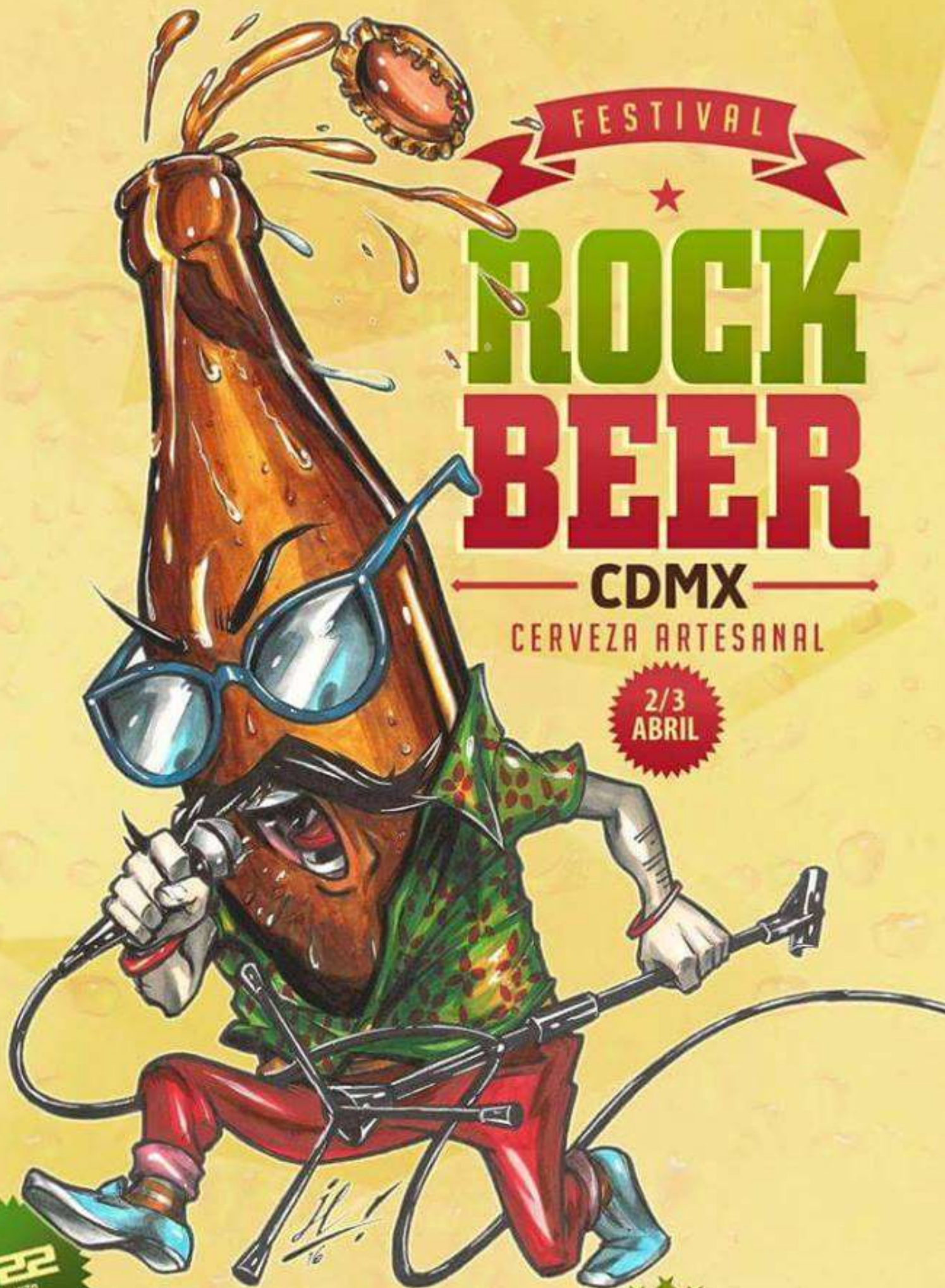
Registro en línea

Del 29 de febrero al 11 de marzo de 2016,
antes de las 14:00 horas.

Mayor información:

www.cultura.df.gob.mx
subempresasculturales@gmail.com

Sin costo
Cupo limitado
previo registro



FESTIVAL

ROCK BEER

CDMX

CERVEZA ARTESANAL

2/3
ABRIL

522
INVITA

11 HRS + 18 / \$60 HÉROES FERROCARRILEROS 18, COL. BUENAVISTA