



El Umbral

hacia la ecología, la salud natural y el conocimiento



*Solo las almas libres
pueden comprender a
las almas libres.*

*Las almas enjauladas
las juzgan a través de
sus jaulas.*

Leandro Taub

Aliviar tensiones y dolores musculares con técnicas de movimiento consciente, relajación y respiración

gimnasia

consciente
integradora

una forma diferente de conocerse, sentirse y moverse en plenitud

Patricia Finguerut
 4802-7470
 gimnasia.integradora@gmail.com

TERAPIAS HOLISTICAS
 Tratamientos de armonización energética

Sesiones individuales
 Péndulo Hebreo • Reiki
 Radiestesia • Terapias Florales

Talleres de Iniciación Reiki I y II
 Limpieza y armonización de casas y oficinas

MARIA DEL CARMEN ALTUNA
 Psicóloga Social - Consultora Psicológica Junguiana
 mariaaltuna3@yahoo.com.ar / 15 6131-2649

“El secreto no es correr detrás de las mariposas... es cuidar el jardín para que ellas vengan hacia ti”

Mario Quintana

Para emprendimiento pujante y con gran potencial
 – rubro editorial, zona Norte –

BUSCO PARTNER

Si tienes conocimientos de marketing, redes sociales, eres proactivo/a, deseas lograr algo más que contar con ingresos en dinero y quieres independizarte, tal vez esta sea tu oportunidad.

Puedes enviarme un e-mail:
tenazesperanza@gmail.com

Su Salud merece un Buen Trato

*Productos para Diabéticos,
 Celíacos, Hipertensos.
 Panificados - Legumbres
 Especias - Suplementos*

*Dietarios - Herboristería
 Comidas Naturales - Diet*

4504-3699
Cuenca 3514 esq. Beiró

TAROT
 Consultas y cursos!!

*Aclara tus dudas e inquietudes,
 la respuesta a tus conflictos.*

Telefono de contacto 15 3909-9050
Facebook: Laura Tarot

El polen reconvertido

ESPACIO DE PUBLICIDAD

En Argentina se radica la única empresa productora mundial de "polen reconvertido".

Se trata de un dietario natural que funciona como rejuvenecedor biológico y antioxidante.

Es un extracto purificado, concentrado, libre de alérgenos, sin conservadores y no posee contraindicaciones.

Compuesto por más de 110 complementos aminoácidos, vitaminas, minerales, aceites esenciales, proteínas, etc.; ayuda a los mecanismos de defensa del organismo y a su recuperación orgánica.

El producto no crea adicción, no engorda y es apto para celíacos.

Crinway lo produce hace ya más de 35 años, bajo normas estrictas de profesionales farmacéuticos.

En una conferencia para profesionales del arte de curar, realizada en el Centro Cultural Gral. San Martín, el Dr. Ciancio Cano expuso los resultados obtenidos sobre 100 pacientes tratados con polen reconvertido: Aplasia medular por leucemia

se revirtió en el 100% de los casos, estrés y depresión 100%, diabetes 70%, hepatitis pre cirrosis 100%, impotencia 100%, adenoma de próstata 100%, osteoporosis 100%, cardiopatías 100%, artrosis 80%, arteroesclerosis 80%. Se acompañó con medicación homeopática.

El Dr. Ciancio Cano (ex titular de la Dirección de Hemoterapia MCBA, ex jefe titular del Depto. Servicios Centrales de Diagnóstico y Tratamiento del Hospital Durand, ex jefe de Hemoterapia de los hospitales Rawson, Ramos Mejía, Alvear y Durand) consideró que el Polen reconvertido debería ser incorporado al vademécum clínico como elemento de gran valía médica, dada su naturaleza inocua y efectiva.

El Dr. Jorge Esteves investigó el producto con resultados beneficiosos en artrosis, reuma, asma, caída del cabello, hemorragias, pico hipertensivo, esclerodermia, colesterol elevado, lupus, esterilidad, rinitis alérgica, obstrucción de arterias, etc.

El Dr. Gerardo O. Villada, médico geriatra de la U.B.A., master psicoimmunoneuroendocrinología, osteopatía médica Universidad Favaloro, opina del polen reconvertido que reúne los requisitos moleculares para prevenir y combatir el envejecimiento. Prescribe el polen reconvertido en osteoporosis post menopausia, senil, en trastornos circulatorios diversos y edemas de causa varicosa, por su acción antioxidante y desintoxicante (en cansancio psico-físico), stress, depresión y sobrepesos, con resultados sorprendentes y satisfactorios, en poco tiempo de ingesta, con una respuesta rápida.



Rejuvenecedor biológico Energía transformada en acción

**OLEOS ESENCIALES
CONCENTRADOS DE POLEN**



Compuesto por más de 110 complementos diferentes:
Aminoácidos + Vitaminas + Minerales + Aceites esenciales + Proteínas
Complejo vitamínico de origen vegetal, hidrosoluble. **NO ENGORDA.** Totalmente atóxico. No tiene conservadores

¿A quiénes se recomienda? A personas que por su actividad sufren un gran desgaste psicofísico. Se observaron beneficios en stress, depresión, diabetes, reuma, osteoporosis, próstata, circulación, cansancio generalizado, anemias, impotencia, esclerosis múltiple, mejoramiento de la piel.

El dietario POLEN RECONVERTIDO CRINWAY® es producido por Crinway S.A.
Centro de atención al cliente: (011) 4738-4628 de 8 a 15 hs. de lunes a viernes www.crinway.com




COMIDA, sabrosa y con calidad nutritiva más el detalle de una esmerada y creativa presentación.
+ Menú del día (carne o vegetariano)
+ Platos Balanceados

DEMETRIA

Restaurante

Un nombre y un lugar para disfrutar la mejor Gastronomía

Saavedra
11 4703-0020
Ramallo 2626 (Capital)
www.demetria.com.ar

Escuela
Reiky Dar®

Sesiones - Tratamientos
Armonizaciones

- Transmisión del Conocimiento Reiky
- Iniciaciones en todos los Niveles
- Maestría Usui - Linaje

Reiky Fusión

Sistemas combinados de Sanación
Eduardo Goldin ~ Maestro Sensei
4718-3348 - 15-5013-5915
www.facebook.com/reikydar 
www.facebook.com/reikydarmono

Servicio de Reiky y Meditación

Sábados 18:00 hs - M. J. Haedo 1637
Lunes 15:30 hs - H. Quintana 1540
Florida - Vicente López (A 1 cuadra Av Maipú)
CONTRIBUCION \$ 30.-



STAFF

Propietario y Director:

Lic. Jorge Martín Kruuse

Colaboradores:

Laura Giacomassi

History Channel

Mario Petrella

Arq. Eduardo Cavallaro

Santiago Miranda

Cristina Echeverría

Héctor Torres

Claudia V. Corzo

Diseño Gráfico:

Walter Vega

11 6824-8812

El Umbral es una publicación mensual y gratuita

Las notas firmadas y el contenido de las publicidades son exclusiva responsabilidad de sus autores y anunciantes.

Todas las personas que escriben en esta publicación, lo realizan en carácter de "Ad Honorem".

R.N.P.I. en trámite

PUBLICIDAD y MENSAJES:

4796-5783 / 15 5905-9570

elumbralrevista@gmail.com

www.revistaelumbral.com.ar

Permitida la reproducción con solo citar la fuente

Letras mágicas.....

La imaginación ...Una capacidad humana que no debemos dejar de desarrollar ...Para recordar...Nuestra esencia...

"El alma del ser humano tiene una inextinguible necesidad de que la sustancia dentro de los cuentos de hadas fluya a través de sus venas, de la misma manera en que el cuerpo necesita de sustancias nutritivas fluyendo dentro de sí mismo." – Rudolf Steiner

Contar cuentos es una forma ancestral de transmitir conocimientos, valores, fantasías y recuerdos. Lo hemos hecho desde tiempos inmemoriales, a través de Mitos y leyendas, El ADN humano está hecho de historias, de guerreros, de Seres maravillosos, de lugares mágicos..., pero la historia convencional, académica, tiene que ser re-significada, reconstruida desde otras verdades más amplias.....

Un cuento es una recreación de imágenes a través de las palabras. Los niños son especialmente sensibles a los cuentos, pues viven en un mundo en el que las imágenes tienen una tremenda influencia para ellos. La era de la tecnología, la TV, la PC, la telefonía, atenta contra esta capacidad si no se desarrolla el mundo interno....

Las imágenes mentales creadas por uno mismo al escuchar una historia o al leer, perduran en la memoria a través del tiempo. Los cuentos siempre han sido una fuente que ha nutrido a los niños a nivel emocional y también han ayudado al desarrollo de capacidades cognitivas como son la memoria y la atención, pero ante todo, a esta imprescindible capacidad de imaginar y recrear imágenes interiores mentales, capacidad que es la base de muchas otras funciones. En esta era plagada de imágenes externas que bombardean al niño, ya sea a través de TV, tables, Pc, móvil o incluso ilustraciones, cada vez los niños presentan más dificultades en crear imágenes mentalmente. A mayor consumo exterior, menor creación interior. Esto está acarreado graves problemas de aprendizaje y también sociales. Para interesarme por lo que me cuenta otra persona y empatizar con ello, necesito ser capaz de imaginármelo. Puedo recordar con facilidad solo aquello que se transformó en imagen, aunque solo sea un esquema de la pizarra. Respecto a esto, en estos días una maestra me comentaba de la dificultad de los niños en copiar de la pizarra sin errores. Vemos que incluso la retención corta de la imagen de la pizarra al cuaderno, está fallando. También hoy día se habla mucho del desinterés por la lectura. Pero es que sólo puede interesarme leer, si soy capaz de ir imaginando lo que leo. Si carezco de esa capacidad, leer es solo descifrar letras vacías

Actualmente en este mundo han nacido y siguen naciendo niños con una conciencia más abierta y más evolucionada que la nuestra, esto se debe a que muchos de ellos traen consigo una sabiduría de otras vidas integrada en la historia de su ADN, que ha permanecido activa y no olvidada. Sin embargo, hay quienes no han nacido con esta conciencia abierta, pero a lo largo de su crecimiento esta se despierta con un solo recuerdo enfocado a la misión de vida, esto sucede con personas que en un momento dejan su lado racional para llegar a su silencio interno. Existen lamentablemente casos en que las personas despiertan esta conciencia al pasar por momentos emocionales fuertes como estados de depresión, traumas o estados de shock por pérdidas



o por errores cometidos y que en ese momento al pasar por ello y despertar, realmente cambia en ellos la forma de ver su vida.

Hoy existen muchas definiciones de tipos de niños refiriéndonos a las nuevas generaciones, pero acoplándome a ello, tengo que contarles sobre algunos datos erróneos y por ejemplo el hecho de que nazcan niños de un determinado tiempo no significa que todos sean de ese tipo y que los de ahora ya no sean llamados así, aun así siguen naciendo niños índigo y los demás tipos de niños son solo más generaciones despiertas encasilladas en grupos como los cristal, arco iris, dorados, plateados, celestiales, entre otros que irán apareciendo.

Lo importante no es la clasificación, lo importante es estar preparados para recibir estas nuevas consciencias que nacen con propósitos de unidad, amor y protección, rompiendo todos los esquemas mentales que hemos programado durante muchas generaciones ancestrales con relación al control, la carencia y la ambición.

Estos niños son la nueva generación hacia la unión de la humanidad con el universo y son quienes nos ayudarán a recordar nuestra verdadera esencia y misión de vida, ya que la resignación es la muerte de los sueños.

Dr. Salomón Rafael Szapiro

HOMEOPATÍA UNICISTA • TERAPIAS BIOENERGÉTICAS

MEDICINA SINTERGÉTICA

una medicina integrativa, sintética e individualizada.

ATENCIÓN: BELGRANO / OLIVOS

Tel.: 4787-4051 e-mail: srszapiro@hotmail.com

WWW.DRSALOMONSZAPIRO.COM.AR

PAOLA LOSPINOSO

Licenciada y Profesora de Psicología (UBA)

Psicología orientada al Budismo.
Tratamientos con profunda contención humana.

Cel. 15-2170-1534
paalalosp@gmail.com



Osteopatía Fisoenergetica

osteopatiaqi.wix.com/home

15.6189.8545

Osteopatía Qi

osteopatiaqi@gmail.com

Psicologa Lic. Analisa F. Mena

Psicologa U.B.A
MN. 45528

Formación Psicoanalítica
Terapia individual
Adultos - Adolescentes

Tel: 011- 15 6568-4358
Consultorio en Florida - Vte. Lopez

Lic. Norma Gurri

Psicóloga UBA
Terapeuta floral - lectura corporal

- * Atención pacientes oncológicos y flia.
- * Talleres de reconocimiento corporal
- * Talleres de relajación

Villa Urquiza 4523-3141

PSIQUIATRIA Dra. Silvia De La Fuente

PSICOTERAPIA
MN. 121989 - M.P. 450443

Adultos y Adolescentes

Tel: 011-15 4405-6663
Consultorio en Florida - Vte. López



YOGAVALOM Escuela de Vida

CLASES-YOGA TERAPIA-DANCE YOGA-YOGA PRENATAL
HATHA YOGA-YOGA DE LA SALUD
INSTRUCTORADO-PROFESORADO-ESPECIALIZACION

ESCUELA DE AURA

CURSO AURA I
16-23/02/16

LECTURAS DE AURA-MEDITACION-SANACION-MASAJES
AYURVEDICOS-CONSTELACIONES FAMILIARES
BIODECODIFICACION DE SINTOMAS Y ENFERMEDADES
NUMEROLOGIA ALQUIMICA

www.avalom.com.ar ~ FB: Avalom Centro ~ avalomcentro@gmail.com
H. de la Quintana 1540 / 47963122-1559449534



LIC. JOAQUIN GALLART

Terapia floral, numerología pitagórica (alquímica), psicología antropológica, cartas numerológicas.

Reiki, magnified healing, regresiones, akasha registros, lectura corporal. Tarot Rider.

Sanación de campos, casas, negocios.

Tratamientos personales: baja estima, parejas tóxicas, depresión, ansiedad, impotencias, estrés, miedos, fobias.

Análisis cuántico bioeléctrico, chequeo total de tu cuerpo y zapeado electrónico, basta de virus y bacterias.

Hipnosis Clínica Reparadora:

regresiones a otras vidas y regresiones a la niñez.

Terapias Neuro-Lingüísticas.

Reprogramación Neuronal.

"La solución a tu problema se encuentra en tu ser, sólo te ayudo a encontrarla explorando tu interior."

Tel.: 4572-0555
joaquinagallart@hotmail.com



El Tarot

El Tarot...un arte adivinatorio. Las artes adivinatorias han sido utilizadas por el ser humano desde siempre. Desde las culturas antiguas el ser humano ha recurrido a ella, por diferentes motivos, a veces de suma importancia, a veces tan solo superficiales.

Gracias al tarot podemos conocer el pasado, el presente y el futuro y así, escoger el camino más acertado para ser felices.

El tarot es una baraja de naipes a menudo utilizada como medio de consulta e interpretación de hechos (presentes, pasados o futuros), sueños, percepciones o estados emocionales que constituye, además, un tipo de cartomancia.

Sus orígenes datan al menos del siglo XIV. La técnica se basa en la selección de cartas de una baraja especial, que luego son interpretadas por un lector, según el orden o disposición en que han sido seleccionadas o repartidas.



Tantos años de experiencia me han dejado ver lo injusta que puede ser la vida. Desafortunadamente, en muchas ocasiones aquellos que merecen encontrar la tranquilidad en sus vidas y ser felices, son aquellos a los que la suerte no les sonríe y la vida les pone grandes obstáculos en el camino.

Acabar con este paradigma de la vida, es la razón principal, por la que ofrezco mis servicios a todos aquellos que posean problemas reales que les impidan alcanzar la felicidad y sus sueños.

Triunfar siempre depende de nosotros, nuestras ganas, nuestros sueños, nuestra fuerza. Cuando nos tropezamos y nos parece inalcanzable llegar, es cuando el Tarot nos revela el secreto, nos ayuda a no desviarnos, nos da con exactitud la energía que necesitamos para que nuestro viaje sea mas liviano, quien ya consulto alguna vez a los Arcanos sabe que no hay error....siempre depende de nosotros.

Laura Giacomassi
15 3909-9050

garbis

COIFFEUR

disfrutá tu pelo natural, un buen corte e hidratación

Tel. 4784-3216
Virrey Arredondo 2548 (Belgrano)
coiffeurgarbis@yahoo.com.ar

(Mencionando este aviso ganas una nutrición gratis)

Clases en Vicente Lopez, La Lucila.
Consulta días y horarios!

ahora yoga

Clases regulares y a domicilio.

15 3011-6908

info@ahorayoga.com.ar

ahorayoga

Presentan plan para colonizar Marte

El multimillonario emprendedor sudafricano Elon Musk, director de la firma aeroespacial SpaceX, acaba de anunciar un ambicioso plan para colonizar Marte. Según explicó durante el último Congreso Internacional de Astronáutica, el primer paso consistirá en mandar una nave tripulada al planeta rojo en el transcurso de la próxima década.

La empresa planea allanar el camino para la colonización enviando a Marte en 2018 una cápsula no tripulada. Los primeros humanos arribarían en 2024.

Aunque diversas entidades dedicadas a la exploración espacial muestran reticencia hacia los planes de SpaceX, voceros científicos han calificado el proyecto como innovador y emocionante.

Para poder ser puesto en marcha el programa requeriría asociarse con entidades gubernamentales capaces de aportar los miles de millones de dólares necesarios para su implementación. Marte se encuentra a una distancia promedio de 225 millones de kilómetros de la Tierra, por lo que lograr llevar seres humanos hasta allí sería una verdadera proeza científica y exigiría una inversión exorbitante.

Tanto la NASA como la Agencia Espacial Europea están desarrollando proyectos de acercamiento a Marte, pero ninguno de ellos posee la grandilocuencia de lo anunciado por Musk.

SpaceX ya ha sufrido varios reveses en su intento de colonizar los cielos. Recientemente su cohete Falcon 9 explotó durante su lanzamiento en Florida, EE.UU.; sin embargo la firma posee un récord excelente de aterrizajes exitosos.

Que el hombre llegue a Marte es una posibilidad cada vez más cercana. Durante el Congreso Internacional Aeronáutico de Guadalajara, en México, el físico y creador de la empresa de transporte aeroespacial Space X, entre otras, Elon Musk, presentó un sistema de transporte interplanetario para llegar al planeta rojo.

“O nos quedamos en la tierra y nos extinguimos; o nos volvemos una especie interplanetaria”, afirmó Musk. Su ambicioso proyecto tiene el objetivo de transportar a la primera tripulación de seres humanos, en 2024, y cada pasaje costaría unos 200 mil dólares.

La nave, cuyos cohetes serán reutilizables, medirá 122 metros de alto y pesará 450 toneladas. Estará compuesta por la nave, el motor y el propulsor. De acuerdo a las propias declaraciones del físico, esta será tres veces más potente que el motor Raptor del Falcon 9.

Fuente: History Channel



VERDADERA PLATA COLOIDAL

S650

- La plata coloidal mata e inhibe la presencia de microorganismos patógenos: bacterias, virus, hongos, gérmenes y parásitos.
- Su uso incrementa la energía y proporciona una sensación de bienestar.
- Refuerza el sistema inmunológico, aumenta el fluido y drenaje linfático que retira las toxinas de los tejidos.
- Mejora la oxigenación, la regeneración de las células y recuperación de los tejidos dañados.



Distribuye El Umbral:
4796-5783 // 15-5905-9570

¡NUEVO!!! La maravilla verde...
CLOROFILA
10 Razones para incorporar CLOROFILA:

- 1 Oxigena y desintoxica el organismo.
- 2 Favorece la eliminación de toxinas.
- 3 Ayuda a limpiar el colon y a mantenerlo en buen estado.
- 4 Considerada un anticancerígeno efectivo.
- 5 Excelente para fortalecer el sistema circulatorio.
- 6 Previene enfermedades cardiovasculares y mantener una buena salud en general.
- 7 Fortalece el sistema inmunológico, protegiendo las defensas.
- 8 Destacado alcalinizador (regula el Ph) de la sangre.
- 9 Beneficioso para el sistema digestivo.
- 10 Solución efectiva natural para quienes sufren de halitosis.

Deliciosa sabor lima-limón, sin conservantes ni agregados!!!

Distribuye El Umbral: Tel. 011 4796-5783

“Preceptos pitagóricos”



CONOCERÁS A LOS HOMBRES,
VÍCTIMAS DE LOS MALES
QUE ELLOS MISMOS SE IMPONEN,
CIEGOS A LOS BIENES
QUE LES RODEAN,
QUE NO OYEN NI VEN:
SON POCOS LOS QUE SABEN
LIBRARSE DE LA DESGRACIA.
TAL ES EL DESTINO
QUE ESTORBA EL ESPÍRITU
DE LOS MORTALES,
COMO CUENTAS INFANTILES
RUEDAN DE UN LADO A OTRO,
OPRIMIDOS POR MALES INNUMERABLES:
PORQUE SIN ADVERTIRLO
LOS CASTIGA LA DISCORDIA,
SU NATURAL Y TRISTE COMPAÑERA,
A LA QUE NO HAY QUE PROVOCAR,
SINO CEDERLE EL PASO
Y HUIR DE ELLA.

PITÁGORAS

OK Technology ?

Milenios pasaron para que te descubrieras en
nosotros, tecnología

La necesidad fue tu motor,

La curiosidad descubrió tus trucos,

Juntos trajeron la inventiva que dinamizó al
mundo.

Fuiste la herramienta que sacó al hombre de la
superstición e igualó las creencias.

Pero...creciste, creciste, creció tu dominio y al
mismo tiempo

Desaparecía el orgullo y vergüenza del hombre.

¿Dónde quedaron las manos de los virtuosos?

¿Dónde quedó la imaginación de los niños?

¿Dónde quedó la sabiduría del anciano?

Espero no vivir para ver una generación de idiotas

Y sabes qué? Tu rutina NUNCA dará como frutos

El Amor y las Bellas Artes.

*Mario Petrella
(desde Córdoba)*



Trigo Limpio

Almacén Naturista



Bucarelli 2687 - Capital



Mensaje genético

No tengo dudas que lo más importante que hice en mi vida fueron las hijas que traje al mundo. Y para mis abuelos, de 10 o 100 generaciones pasadas, también sus hijos habrán sido lo más importante, porque crearon vida y "se continuaron" en sus herederos. ¿Qué tengo yo en mi ser si no pequeñas partecitas de todos ellos? Así como siento en mí, a mis padres, siento a muchos otros abuelos que me "hablan y dicen" cosas. Yo solo no hice mis sentimientos, mis habilidades, mis gustos, sueños, miedos.....lo hice yo con todo lo que ellos me pasaron en sus genes.



Hice un cálculo inesperado. Suponiendo que yo hubiese nacido en 1950 y que mis padres tenían 25 años, o sea que hubiesen nacido en 1925 y que mis abuelos en ese momento tenían 25 años o sea que nacieron en 1900, y así sucesivamente, cada 25 años nació una generación nueva. De tal forma en 1950 yo, en 1925 mis dos padres, en 1900 mis 4 abuelos, en 1875 mis 8 bisabuelos, en 1850 mis 16 tatarabuelos..... y en 1600 mis 16.384 abuelos de la decimotercera generación. O sea que si hubiesen vivido mis últimas 13 generaciones de abuelos, hoy todos ellos sumarían 16.384 personas. Esto puedo visualizarlo imaginando que cada uno de ellos son una muy delgada fibra que se fue enlazando de a dos, resultando en mi un manojo de 16.384 fibras. También podría pensar matemáticamente que de cada una de las 13 generaciones tengo una 16.384 aba parte, lo cual no creo que sea correcto, porque no todos los genes son distintos ni se transmiten con la misma intensidad o de la misma manera. Pero como sea, algo tengo de todos ellos, y que me impide creer que incluso de generaciones anteriores pueda tener un porcentaje importante. ¿Es por casualidad que me emociono con un dibujo hecho en una piedra por un hombre (o mujer) de la prehistoria, no será que me emociona porque siento de la misma forma que él (o ella)?

Qué lindo es sentirse uno y al mismo tiempo un montón de otras buenas personas, gente de campo, artesanos, cazadores, obreros ingeniosos, curiosos de la naturaleza que los rodeaba, tristes por sentirse viejos, alegres por sentirse vivos, en familia, miedosos por saberse frágiles, trabajadores, comerciantes, inocentes.

Hoy yo tengo mucha más información y tecnología que ellos, no obstante mis sentimientos no son más, ni más importantes que los de ellos. Eso que se genera en el cerebro y "nos fluye" a través del corazón, no ha cambiado.

Arq. Eduardo Cavallaro
cavallaro@hotmail.com



**FARMACIA
"PORTEÑA"**

Horacio Romero
FARMACEUTICO

Homeopatía
Recetas Magistrales
Flores de Bach y California
Polen Reconvertido

OLAZABAL 5297
Tel.: 4521-6539 - Fax: 4523-1604



FARMACIA
Santa Catalina

RECETAS MAGISTRALES
HOMEOPATIA - ALOPATIA
ACCESORIOS - PERFUMERIA

Tel/Fax: 4521-0036/5481
Av. Triunvirato 4900 - C.A.B.A
santacatalina@hotmail.com.ar

FARMACIA "ROMA"

Fernando Rossi
FARMACEUTICO

HOMEOPATIA

Monroe 3195 - Esq. Freire
Envíos a Domicilio 4542-7780

Portal
Alternativo

Guía de Medicinas y
Terapias Alternativas
Profesionales, Cursos
Presenciales y a Distancia,
Notas de Interés, Foros,
Agenda de Actividades, y más.

Por costos, calidad y resultado, el mejor servicio
de publicidad por Internet del mercado.

www.portalalternativo.com
Tel. 4629-3916 (Gabriel)

Dietética Integral

Alicia de los Olivos
de Alicia Paganelli

- Herboristería - Aromaterapia
- Cosmética natural: Just - Weleda - OMS
- Alimentos orgánicos:
Pollos - Huevos - Yogurt - Miel pura
- Milanesas mijo - Algas - Seitán
- Lentejas y garbanzos
- Purificadores de agua
- Asesoramiento Alimentación Terapéutica

Nueva dirección:
Ricardo Gutiérrez 1136 - Olivos
Tel.: 4711-5664

DIETÉTICA
ZAZEN

Orgánico y Natural
Hierbas, legumbres y harinas
Frutos secos y cereales
Vegetarianos y veganos
Celíacos y diabéticos
Aceites esenciales, aromaterapia y arte

Holmberg 3606 (esq. Crisólogo Larralde)
Tel.: 4545-4654

Dietética Angélica

Productos Orgánicos
Prod. para Celíacos
Prod. para Veganos
Prod. Naturales

Av. Maipú 3105 Tel. 5788-8132

Dietética 25 años respetando tu salud
Canela Productos de primerísima calidad
De Sandra Comesana

Herboristería - Semillas
Alimentos para celíacos y diabéticos
Comidas diet naturales y frescas
Postres y golosinas diet

Conde 2512, casi Av. Monroe - Tel. 4541-6108

Teoría del Sistema: El huevo o la gallina ?

Un sistema, es un conjunto de principios o medidas que se relacionan entre si.

En lo social es un conjunto de normas y procedimientos que regulan el funcionamiento de un grupo o colectividad.

El Señor Mario Bunge desarrollo una corriente filosófica llamada: " El Sistemismo". El autor afirma que TODO es un sistema, o un componente de un sistema. Para él, el Mundo es un sistema de sistemas. Toda cosa concreta es un sistema o componente de uno.

Que te parece lector si jugamos un poquito con esto? : Yo (mi cuerpo) es un sistema, y dentro de el hay varios sistemas, como el respiratorio, el cardiovascular, digestivo, etc.

Pero cuando hay muchos cuerpos o sistemas individuales, formamos una sociedad, que esta compuesta por muchos sistemas: Politicos, jurídicos, económicos y sociales. Si hay muchas sociedades o sistemas (podrían ser provincias), son distintos sistemas que componen un país. Varios países son sistemas que componen un continente. Los cinco continentes, más el agua, forman otro sistema, el planeta Tierra.

Sigamos jugando: En un edificio (sistema completo), hay distintos vecinos que ocupan departamentos (partes del sistema). Había dos vecinos que se llevaban mal...

Un día uno de los vecinos, debido a un súbito corte de luz, se quedo encerrado en el ascensor. El otro vecino, lo ayudó. Solo hizo falta un poquito de empatía, buena voluntad, y un cambio en la calidad de pensamiento: SOLO pensaba en ayudar al otro vecino.

Cuando un país no funciona, SIEMPRE, le echamos la culpa al sistema. Sin darnos cuenta que nosotros somos y componemos el sistema ;!

Con un solo paso, cambiando la calidad de pensamiento, empatía, acción, y mucho dialogo, seguramente podremos salir adelante.

Así mismo como Nación (siendo un sistema), podremos ser de ayuda a otros países o sistemas, y seguramente al sistema entero, EL MUNDO.

Dejo constancia de que este artículo fue escrito luego de colapsar el sistema eléctrico, de gran parte del Partido de San Martín, y que me fui a un bar con wi-fi y aire acondicionado para poder pasarlo en limpio y pasárselo al editor.

Si cada individuo (o sistema) hubiera puesto el aire en 24 grados, este corte, no hubiera sucedido.

Entonces queridos amigos, les dejo como moraleja que como seres humanos somos responsables de lograr un SALTO en la empatía, calidad de pensamiento y acción.

La culpa no es del sistema, porque el sistema SOMOS TODOS: ;!
Hasta la próxima ;!!!!

Santiago A. Miranda
Ciencias Políticas

La medicina de Santa Hildegarda (parte II)

Como ya he comentado en el artículo anterior, la ciencia curativa de Hildegarda y la medicina convencional tienen una diferencia que estriba en el origen de los conocimientos, del efecto que estos producen en su aplicación, del proceder humano, las reacciones ante los tratamientos, etc. etc. etc.

En Hildegarda se apoyan en los escritos referidos a las visiones; la medicina convencional casi exclusivamente en valuación de datos y hechos en pacientes, ó a través de experimentos en laboratorios.

Otro punto muy interesante de remarcar es que en Hildegarda – hace ya 800 años de esto- la medicina la encara como un tratamiento holístico dentro de lo posible ya que no solo cura una enfermedad, sino que procura establecer una terapia completa como por ejemplo: dieta alimentaria con un ritmo específico según las etapas lunares, reposo, ayuno, abluciones.

Con la alimentación Hildegarda considera la potencia activa albergada en el interior de cada producto o planta y de que manera actúa en el humano, sea de forma provechosa o dañina. Quizás no se entienda lo de “potencia activa”, pondré un ejemplo:

Frutillas: “la planta que produce las fresas-frutillas es más caliente que fría. Produce flema a quien las coma y no sirve como medicina a igual que sus frutos, por lo que no convienen ni al sano ni al enfermo, porque crecen cerca de la tierra, incluso en un aire podrido.”

En la medicina actual se recomienda las frutillas-fresas en parte como cura de primavera, ya que son diuréticas, contienen vitaminas, minerales y más aún.

La ciencia de Hildegarda advierte del consumo de esta fruta por las flemas; y cómo actúan en el organismo humano? Primero y principal dicha flema que producen tanto la planta como la fruta perjudica a los órganos linfáticos como el apéndice y las amígdalas. Tras el consumo de frutillas aparecen a menudo reacciones alérgicas en la piel como enrojecimiento, pruritos, fiebre del heno, e hinchazón del tejido conjuntivo.

Asimismo se observan empeoramiento en enfermedades de la piel ya existentes, como psoriasis y ecemas.

Muchos pacientes confirman que se sienten mucho mejor desde la abstención del consumo de los denominados “VENENOS DE LA COCINA” de Hildegarda. Por lo tanto al elegir nuestros alimentos diarios, se puede dar preferencia a aquellos a los que santa Hildegarda ha atribuido efectos saludables.

Los cuatro pilares de la ciencia curativa de Hildegarda

- La dieta que incluye forma de vida y espiritualidad aplicada en forma conciente.
- Procedimientos de derivación externa: ventosas, barros, hidroterapia, etc.
- Los medios curativos: mucho más eficaces posterior a “una profunda purificación del cuerpo y la mente”.
- El ayuno: puede ser de gran utilidad “para eliminar defectos del alma y malas costumbres-vicios o adicciones que pueden



causar enfermedades orgánicas”

Cada ser humano tiene SU PROPIA “JUSTA MEDIDA”. Por lo tanto no tiene sentido “copiarse” de las formas de vida de otros:

- “Si Pepe puede trabajar de madrugada yo también puedo.”
- “Yo puedo caminar 20 cuadras sin cansarme vos también podés”

Como pueden ver, la forma de tratamiento de Hildegarda es totalmente personalizada, individual, estimulando a cada paciente a buscar SU propia medida.

Les suena conocido?

Hasta la próxima!

M. Cristina Echeverría
Master y terapeuta holística vibracional
(11) 4553-0026
E-mail: delta_cristina@yahoo.com.ar
www.terapiasdel3milenio.com.ar

Terapias del 3º Milenio

By Cristina Echeverría

Bach - Korte PHI - Bush - Delphs
Saint Germain - Whales - Goddess

**orientación y tratamientos
inclusive mascotas**

Talleres y cursos 2016
Consultorios zona Belgrano - Nuñez



informes - turnos - inscripciones
(011) 4553-0026 C.A.B.A.

Email: delta_cristina@yahoo.com.ar

www.terapiasdel3milenio.com

Algunas Dietéticas, Farmacias Homeopáticas, Librerías, Restaurantes, etc. donde pueden conseguir nuestra revista:

- **Rincón Natural**
Av. Maipú 3239 (Olivos)
Tel. 4799-5548
- **Conjuro de los Aromas**
Ciud. de La Paz 1389
(tel. 4781-7266)
- **Dietética Arrayanes**
Av. Congreso 2514 (tel. 4783-0163)
- **Küne**
Av. San Isidro 4722 (C.A.B.A.)
(tel. 4702-9634)
- **Sabores y Secretos de la India**
Ciud. de La Paz 1739 (tel. 4783-3424)
- **Casa Polti**
Juramento 2455 (tel. 4784-3081)
- **Dietética Cumelén**
Juramento 3084 (4781-1944)
- **Dietética Nutrición Natural**
Av. Cabildo 3610 (tel. 4701-8989)
- **Korín Do**
Ciud. de La Paz 754 (tel. 4553-6112)
- **Diet. Canela**
Conde 2512, casi Av. Monroe
Tel. 4541-6108
- **Dietética Bulnes**
Bulnes 1869 (tel. 4826-3055)
- **100 % Natural (Almacén Gourmet)**
Bulnes 2042 (tel. 4821-1674)
- **Dietética Cuenca y Beiró**
Av. Cuenca 3514
(tel. 4504-3699)
- **Trigo Limpio**
Bucarelli 2687
- **Dietética BuenaVida**
Bauness 2210
- **Dietética Cerviño**
Agüero 1621 (tel. 4821-2216)
- **Dietética El Ángel**
Ugarte 1863 (Olivos)
(tel. 4794-8360)
- **Dietética Alicia de los Olivos**
Ricardo Gutiérrez 1136
(Olivos) (tel. 4711-5664)
- **Todo Natural**
H. Yrigoyen 1418 (Vte. López)
(tel. 4795-7946)
- **Dietética El Patriarca**
Av. San Martín 2185 (Florida)
(tel. 4797-6325)
- **Dietética Porteña**
La Pampa 5095
(cel. 15 6438-1803)
- **Dietética Nocciole**
B. Victorica 2324 (tel. 2074-0982)
- **Farmacia Porteña**
Av. Olazábal 5297 (tel. 4521-6539)
- **Farmacia Santa Catalina**
Av. Triunvirato 4900
(tel. 4521-0036)
- **Dietética Zazen**
Holmberg 3606 (tel. 4545-4654)
- **Centro de Yoga Vida Natural**
Charcas 2852 (tel. 4826-1695)
- **Farmacia Belladonna**
Ramallo 2568 (tel. 4704-4700)
- **Restaurante Demetria**
Ramallo 2626 (tel. 4703-0020)
- **Librería del Norte**
R. Saénz Peña 1519 (Olivos)
(tel. 4794-5773)
- **Dietética Angélica**
Av. Maipú 3105 (Olivos)
(tel. 5788-8132)

Tienda Naturista

Ventas por mayor y menor - Delivery

ALBARELLOS 1913 - MARTINEZ

5788-5145

tiendanaturista@hotmail.com

Dietética Maipú

Productos para celíacos,
diabéticos e hipertensos

Av. Maipú 2532 (Olivos)
Tel. 4794-5912



Dietética Arenales

Arenales 2040 - Martínez
4798-2087



avena & miel
alimentos sanos y naturales

Dietética Productos integrales orgánicos

Ricardo Gutiérrez 1217. Olivos
Teléfono: 4711-5402



DIETETICA ARGENTINA

Descubra la diferencia
en calidad,
surtido y precios.

Olazábal 5336
Monroe 2789

Villa Urquiza
Belgrano



PRODUCTOS NATURALES

CUMELÉN

Atendido por sus dueños
Juramento 3084 • Belgrano "R" • Tel.: 4781-1944

Frutas secas • Miel pura
Legumbres • Cereales
Especias Nac. e importadas
Mermeladas • Fitoterápicos
Cosmética natural
Productos para diabéticos,
celíacos e hipertensos

"Pensando en su salud"

Pequeña Diferencia entre TAI CHI y Tai Chi Chuan

TAI CHI (TC) es el nombre de una visión, desde la antigua China, de la Realidad y del símbolo conocido y referido con un círculo con "dos peces" dentro, uno blanco (Yang o pendiente soleada, de una montaña) con un punto negro (el "ojo" del pez), y el otro negro (Yin o vertiente que le da la sombra, de esa misma montaña) con un punto blanco. Yin se traduce como, lo negativo, lo bajo, lo denso, lo oscuro, lo lento, el frío, la quietud, etc.; Yang quiere decir lo liviano, lo alto, lo positivo, lo claro, el calor, el movimiento, etc. A nosotros nos parece fundamental describir a este símbolo como "Un Yin con yang en potencia y un Yang con yin en potencia"

Para hablar de TC como filosofía tenemos que empezar con los significados de los caracteres "TAI" y "CHI"; los mismos son, respectivamente: grande, mayor, enorme, etc., por un lado, y polo, extremo, límite, etc., por el otro; combinados estos dos sinogramas y/o ideas, dan la significación de: polaridad suprema, cúspide de todo, mayor equilibrio, balance perfecto, etc. También TAI CHI, literalmente, es el nombre de la viga principal de una casa con techo a dos aguas, en la antigua China; dando a entender que, además de ser la casa la forma humana básica de existir en la naturaleza civilizada, también, y desde el punto de vista filosófico existencial y estructural, tenemos en la Nada (o WU CHI) un elemento (la viga, el TAI CHI) que determina la creación del Espacio, donde ni siquiera había "Nada"; esto se puede entender mejor con lo siguiente: en topología de superficies "un corte" (o lo que es lo mismo, una interpretación simbólica, una creación de significado, una generación de un existente, etc.) genera algo que no "existía" (a la inversa de cortar algo, que ya existe, en partes); existencia espacial que está a la derecha de la viga, ala izquierda, adelante, atrás, arriba, abajo y... adentro y afuera de dicho TAICHI. Es decir, se organiza y crea (a la inversa es más epistemológico), al mismo tiempo la "Realidad", en donde los humanos nos... expresamos, vivimos, realizamos, etc., etc., de una manera balanceada.

Hablando un poco más de la filosofía TC y su símbolo, se puede decir que dentro del pez blanco hay un "ojo" negro y dentro del



Héctor H. Torres

Licenciado en psicología - UBA

**Profesor de Tai chi chuan,
chi kung y coordinador
de meditación tipo zazen**

Cel.: 15 2495-3375
email: taichichuanzen0@gmail.com

Carlos Gutiérrez

Peluquería para Caballeros
y Niños (CORTE 100 \$)

Av. Maipú 1814 (local 7) - Vicente López

**DESOCUPA TU VESTIDOR DE
LO QUE YA NO USAS Y OBTENE
DINERO PARA ALGO NUEVO**



**COMPRAMOS TU ROPA USADA
También Calzado y Carteras**

MUJER – HOMBRE – NIÑOS

En perfecto estado, moderno y con onda,
de marcas, nacionales e importadas.

TASAMOS Y PAGAMOS EN
EFECTIVO EN EL MOMENTO.

¡¡VAMOS A DOMICILIO!!!

Capital y Zona Norte sólo con cita previa.
ABSOLUTA RESERVA

Contacto: Mónica o Walter

Por mensaje privado a nuestra

f Compramos TU ropa usada

☎ 15-2286-6448 / 6824-8812

☎ 15-6610-9809

✉ compramosturopa@gmail.com



**Para
anunciar
en
este medio**

**Comuníquese
al tel.:
4796-5783**

**por mail:
elumbralrevista
@gmail.com**

El Umbral



pez negro hay un “ojo” blanco, significando con ello que tal visión de la realidad parece dual y contrastante cuando en realidad es profundamente unitaria con apariencia diversa. Explicando un poco qué quiere decir esto, se puede ejemplificar con un fenómeno de la naturaleza y muy caro a la cultura milenaria, y agrícola, china, de donde es oriundo el Tai Chi Chuan (TCC). Nos referimos a la estación de primavera, caracterizada por la proliferación o apogeo del reino vegetal, propiciada por la energía climática y telúrica (terrestre). Junto a esto y al mismo tiempo hay un declive del frío, característico del invierno, que no permitía el crecimiento de la vegetación. Filosóficamente (y concretamente) quiere decir que el elemento (gérmen es una excelente imagen) blanco ha crecido dentro del elemento negro (o frío dominante) para transformarse en el elemento desarrollado (y dominante).

Otro ejemplo interesante es el cambio del modo de alimentarse (aunque titular “modo de alimentarse” restringe el análisis de tal cambio alimenticio, no obstante sirve para el propósito de esta explicación). Cuando el ser humano pasó de ser recolector y cazador de sus alimentos (es tentadora también la explicación de la diferencia de éstos dos tipos de obtención de alimentos, pero no se puede abordar porque nos llevaría fuera del tema), a cultivar sus propios alimentos, además de mostrar un verdadero salto cualitativo en tanto estrategia (pensar abstracto comparado con el pensar táctico) y táctica (pensar concreto, en relación al pensar estratégico) para optimizar recursos humanos y provisiones, en la mencionada obtención de alimentos, también significó pasar de un pensamiento y actividad más fluídos con la naturaleza, a un pensamiento y actividad más estático y lineal (como queda demostrado, no siempre la actividad y el pensar, fluídos y dinámico es lo requerido). No significa esto que colocar alineados los cultivos (esto tiene la categoría de ejemplo) explique el cambio cualitativo, no, no significa eso; significa que la manera de pensar, combinando los patrones Yin con yang en potencia – Yang con yin en potencia (tomando en cuenta las combinaciones de cada situación específica), permitió ver la realidad de otro modo, más acorde con mejorar la “calidad de vida” en muchos planos. Esto es, generar una estructuración más eficaz y eficiente de la percepción, análisis, toma decisiones y acciones consecuentes, en relación a la interacción con la naturaleza, sea próxima o distante, tanto física como intelectual. Se pueden ver un sinnúmero de planos y sus respectivos ejemplos, sobre los cuales operó ese avance en el devenir humano, pero alcanza con decir que dejar de moverse (habitantes nómades) buscando árboles y plantas dejando las ya agotadas y dejar de perseguir las presas, y,

como novedad, quedarse (habitantes sedentarios) en un lugar para cultivar sus propios alimentos y criar sus propios animales, es un paso gigantesco en el acontecer humano (como lo demuestran los diversos estudios sobre este tema); para nosotros es una alternancia del Yang con yin en potencia al Yin con Yang en potencia, bastante productiva. Se reconoce que esta interpretación de los ejemplos puede ser arbitraria, pero es también arbitraria la generación de esas categorías, como todo proceso cultural histórico. Pero al mantenerse, creemos, una consistencia teórica, no se genera un abuso del análisis.

Es interesante ver cómo el Tai Chi Chuan (TCC) se desprende de esta cosmovisión (el TC). Desde nuestro punto de vista es el paso de lo que se conoce como "ciencia básica" pasando por "ciencia aplicada" y llegando a "tecnología". Dejamos de lado el nivel de ciencia aplicada (dejamos de lado?) y vamos directo a tecnología, que en este caso sería equivalente a "disciplina".

El TCC es una disciplina culturalmente marcial pero filosóficamente una disciplina terapéutica y de autoconocimiento (más abajo se detalla sobre estos tres planos). Nosotros le agregamos un plano artístico (separado del plano "arte" marcial), porque es muy interesante experimentar cómo el practicante de TCC es un...escultor y la escultura misma, es un pintor y la pintura misma, es un músico y la música misma, es un poeta y el poema mismo. Es decir, cuando nos deslizamos por el diseño de una concatenación de movimientos (ya detallaremos todo esto), al mismo tiempo somos quienes dirigimos la realización de este maravilloso arte (y ciencia) y, también el resultado mismo. Esto último se evidencia más cuando las personas observan a la distancia la coreografía que estamos realizando a conciencia plena. El practicante tiene que tener en cuenta todo el saber sobre el TCC (tecnología) y gran parte del saber sobre TC (ciencia básica y ciencia aplicada?) para ponerlos en función al mismo tiempo, pero generando una división subjetiva, cognitivamente hablando, para evitar confusión en la interacción de los mencionados niveles.

Diferencia entre TAI CHI (TC) y Tai Chi Chuan (TCC). Con todo, esta diferencia categorial (Yang con yin en potencia- Yin con yang en potencia) esta metodológicamente realizada para que se entienda mejor como opera la unidad del Tao "camino" o "sentido" (tema de otro ensayo futuro).

Hablando más específicamente sobre el TCC. El Tai (Gran) Chi (Polo) Chuan (Puño) se lo conoce, también, como Meditación en Movimiento, debido a que su práctica se realiza con una velocidad muy lenta (una distinción con cualquier otra práctica conocida), dando la posibilidad de concentrarse en lo más recóndito de nosotros, para así obtener energía Chi intrínseca (energía de la energía). Es decir, el practicante realiza una meditación (reflexión, contemplación, etc) de todo su acontecer corporal, anímico-emocional e intelectual, al moverse lentamente, en contacto con todo lo que lo rodea (en simultáneo con su "viaje interior"), al mismo tiempo que se mueve por el "diseño" de cada uno de los movimientos preparatorios y, luego, por la calistenia prefigurada, que le da forma como arte marcial (una secuencia de movimientos que representan la actividad de animales salvajes y domésticos, así como actividades de la naturaleza, como el viento, el fuego, el agua, etc., y las actividades de los antiguos habitantes de las riveras y zonas mediterráneas de China). El resultado de esto es una gran corriente de vitalidad (chi), que surge del propio practicante, como nunca antes se ha experimentado sin ayuda externa.

Continuará

Cruzando la puerta



Cruzando la puerta en la que sientes tu debilidad, encuentras tu fuerza

Cruzando la puerta en la que sientes tu dolor, encuentras tu placer y alegría

Cruzando la puerta en la que sientes tu miedo, encuentras tu seguridad

Cruzando la puerta en la que sientes tu soledad, encuentras tu capacidad de obtener plenitud, amor y compañía

Cruzando la puerta en la que sientes tu desesperanza, encuentras la esperanza auténtica y justificada

Cruzando la puerta en la que aceptas las carencias de tu niñez, encuentras la plenitud actual

La puerta ofrece la posibilidad de comunión entre dos mundos diferentes: lo interior y lo exterior, lo subjetivo y lo objetivo, lo visible y lo invisible, el despertar y el ensueño



“No camines delante de mí,
puedo no seguirte.
No camines detrás de mí,
puedo no guiarte.
Camina al lado mío y
simplemente sé mi amigo”.



El profeta loco
dijo:
“Es preferible
iluminar antes
que brillar”

Tu Cuerpo en tus Pies

La reflexología en los pies es una de las terapias manuales más antigua, ya que en China se practica hace más de 5.000 años. La utilizaban también los egipcios, indúes y otras culturas. Pero quien la introdujo en Occidente fue un norteamericano, el Dr. William Fitzgerald.

Es un excelente método preventivo, relajante, desbloqueador y equilibrador de la energía del organismo. También se puede aplicar en manos.

Si al presionar la zona refleja de un órgano, éste experimenta dolor o sensibilidad, significa que algo anda mal, esto sucede incluso mucho antes que el paciente lo manifieste en el cuerpo físico.



La reflexología alivia tensiones, dolor, mejora el sueño, entre otros beneficios que iremos viendo en los próximos encuentros.

Claudia V. Corzo

E.B. Producciones & Grupo de Artistas e Ilusionistas
presentan

La Tía de Carlos

de Brandon Thomas

Director **Marcos Víctor Pablo**

Entrada \$150

**ESTRENO
1 DE OCTUBRE**









“Una mañana diferente”, programa de RadioNet, miércoles de 10 a 11 hs. por www.arinfo.com.ar

COLUMBIA TEATRO

Todos los **sábados de octubre a las 20 hs.**
Av. Corrientes 1537, C.A.B.A. / 4371-6086

f /TiaDeCarlos

Aceite de Girasol Orgánico



El aceite de girasol orgánico Madre Savina es un producto elaborado combinando técnicas y prácticas tradicionales artesanales que permiten eliminar por completo el uso de agroquímicos y reducir el impacto agrícola en el ambiente. Las semillas seleccionadas para su elaboración, provienen de la producción orgánica biodinámica. Esta última encuentra su base filosófica en la antroposofía.

El aceite de girasol Madre Savina, variedad alto oleico, se elabora mediante primera presión en frío, lo que mantiene intactas todas las bondades de la semilla. De esta forma, se convierte en un alimento esencial que aporta nutrientes imprescindibles para la recomposición celular como la vitamina E (lo hacen un gran aliado de nuestra piel y le otorga un gran efecto antioxidante) y ácidos grasos no saturados como el omega 3 y el omega 9, entre otros. Además de estos beneficios aporta a los alimentos un delicioso aroma y sabor a semillas de girasol.

Estos nutrientes:

- Ayudan a reducir el riesgo de sufrir problemas circulatorios, infartos y diferentes tipos de problemas cardiovasculares.
- Regulan el metabolismo del colesterol, ejerciendo una acción de drenaje en los abscesos de colesterol, en los tejidos y sobre todo ayudando a mantener "limpias" las paredes internas de las arterias. Reduce el nivel de colesterol total, LDL (colesterol malo) y los niveles de triglicéridos.

Dado que los campos deben estar libres de agro tóxicos, nuestro producto cuenta con la certificación de LETIS, empresa encargada de auditar y certificar el cumplimiento de normas y protocolos de calidad y sustentabilidad.

www.madresavina.com.ar

Distribuye El Umbral: 4796-5783 // 15-5905-9570
(en Capital y Zona Norte)



Variedad Alto Oleico
Primera Prensada en Frío



Yerba orgánica con sabor tradicional y suave. Elaborada sin uso de agroquímicos, cuidando al medioambiente. No produce acidez.

Distribuye El Umbral:
4796-5783 // 15-5905-9570



Harina de Vino



Residuos sólidos de la vinificación artesanal. Aporta la gran riqueza en polifenoles antioxidantes que posee la uva. Estos flavonoides (resveratrol) retardan el envejecimiento, neutralizan los reactivos, radicales libres, mejoran la circulación sanguínea, fortalecen los capilares, previenen afecciones cardíacas al evitar la formación de coágulos, reducen el daño de la fibromialgia, protegen del cáncer, mejoran afecciones de pie (psoriasis, eccemas), detienen la degeneración muscular y mejoran la vista.

Poderoso Antioxidante Natural

Distribuye El Umbral:
4796-5783 // 15-5905-9570

FARMACIA DUBIN

- HOMEOPATÍA
- FITOTERAPIA
- MEDICAMENTOS FLORALES
- SUPLEMENTOS NUTRICIONALES
- MEDICINA AYURVÉDICA
- HIERBAS MEDICINALES
- PRODUCTOS PARA DIABÉTICOS
- PRODUCTOS PARA CELÍACOS
- DIETÉTICA ESPECÍFICA
- VACUNATORIA

Av. Mosconi 3199 C.A.B.A.
4571-0637 4572-1198
farmaciadubin@arnetbiz.com.ar

Obras Sociales
Tarjetas de crédito



ENVIOS A DOMICILIO



IATENA

Instituto Argentino de Terapias Naturales

Cursos de cocina

Nuestra misión: Brindar herramientas para promover la salud y prevenir la enfermedad.

Escuela de cocina natural

- Vegetariana
- Vegana
- Crudivegana
- Ayurveda vegana
- Sin gluten
- Sin ingredientes refinados ni industriales

Se puede iniciar en cualquier momento del año

Informes e inscripción:

info@iatena.com.ar | Tel. 4813-2131
www.iatena.com.ar | www.iatenablog.com.ar

Cursos cortos y talleres

Teórico - prácticos

Dirigido a:

- ▶ Público en general
- ▶ Profesionales de la gastronomía
- ▶ Responsables de Almacenes Naturales



Distribuidora

El Umbral



- Aceite de Girasol Orgánico
- Plata Coloidal
- Harina de Vino (de Mendoza)
- Queso rallado Vegano (tipo parmesano)
- Graviola líquida (de Perú)
- Moringa en cápsulas y natural
- Yerba Mate Orgánica (Roapipó, Jesper, etc.)
- Aloe Vera líquido
- Veganis (cremas para manos y cuerpo)
- Polen y Maca peruana
- Clorofila líquida y en cápsulas
- Yacón en cápsulas (de Perú)

4796-5783 // 15-5905-9570

Hotel La Fontana

Brizuela 445 - Villa Dolores
Traslasierra - Córdoba - Argentina

03544 42-1773
03544 15 46-5476



En Villa Dolores, frente a la terminal de omnibus. Ofrece habitaciones con baño privado que presentan un diseño sencillo, con paredes de colores y grandes ventanales. *Instalaciones aptas para personas con movilidad reducida.* Aire acondicionado frío/calor, señal por cable en habitaciones y en amplia zona de estar. *Se aceptan tarjetas de crédito y débito.*



Mantenga su salud y su columna alineada con Quiropraxia.

Si padecés algunos de estos síntomas podrías necesitar un chequeo quiropráctico:

Zumbidos, mareos, vértigo, cifosis, escoliosis, cervicalgias, dorsalgias, hernia de disco, lumbalgias, ciático, s. del túnel carpiano, cefaleas, migrañas, pinzamientos, adormecimientos de pies y manos, espolones, contracturas, dolores articulares y en extremidades.

Recordá que la causa mental es muy potente a la hora de generar subluxaciones en nuestra columna vertebral. Si padeces Estrés o algún pensamiento negativo, es un buen momento para comenzar a liberar tus subluxaciones y permitirle a tu sistema nervioso trabajar sin interferencias entre tu cerebro y organismo.

Ajusta tu interferencia y recupera tu potencial innato!!!

Algunas preguntas frecuentes:

¿Qué significa subluxación vertebral?

Es la pérdida de posición normal de una vértebra con respecto a la de arriba, abajo o ambas. Al producirse este pequeño movimiento, lo que ocurre es que se comprimen los nervios periféricos que salen de la columna. La información que viene del cerebro y se dirige hacia los órganos y músculos no llega con la integridad que debería hacerlo.

¿Cómo se si estoy subluxado?

Básicamente todos lo estamos ya que la columna es

una unidad móvil y dinámica que se subluxa en mayor o menor medida.

¿Cómo se produce una subluxación?

Básicamente son tres causas:

- 1) **Causas Físicas.** Se producen al realizar deportes, caídas, dormir mal, todo lo que tenga que ver con el movimiento y postura.
- 2) **Causas Químicas.** Mala alimentación, exceso de drogas legales e ilegales, alcohol, tabaco, etc.
- 3) **Causas mentales.** Estrés, angustias, fobias, pánico, malos pensamientos.



- Tratamientos personalizados.
- Filosofía vitalista.
- Equipos de última generación.
- Camilla especializada para hernias discales.
- Sin dolor y sin medicamentos.

Lic. Sebastián Hodara
Quiropráctico



Solicitar turnos al 15-6203-9501. Fijo: 2046-0779
Tomas Lebreton 5825 PB "A". Villa Urquiza, CABA.