

## **Informe 4to Encuentro Anual de Plantas Saludables y Buen Vivir**

### **27 y 28 de Octubre, 2018**

El Encuentro comenzó el sábado 27 de Octubre alrededor de las 11 de la mañana, tras haber ambientado para la ocasión el corazón de **Velatropa Eco**, el Centro Experimental Interdisciplinario de Prácticas Sustentables ubicado en Ciudad Universitaria (CBA, Nuñez).

En esta oportunidad la Red de Plantas Saludables y Buen Vivir eligió **Velatropa Eco** como sede para su encuentro anual en apoyo y defensa del espacio, que se encuentra actualmente en **peligro de desalojo** por parte de las autoridades de la UBA.

Una hermosa y completa instalación de libros y espacio de lectura, rebozante de apuntes, fanzines y literatura relacionada a la temática que nos convocaba y a otras tantas afines nos acompañó durante toda la jornada del sábado, vistiendo, facilitando e invitando a les presentes a consultar diversidad de material bibliográfico.

Cerca de las 11 de la mañana les presentes nos dispusimos en ronda para agasajarnos con una bienvenida diferente, en la cual pusimos motores en marcha a través de la Bioenergética, de la mano de Rita Merlo. Al finalizar nos sentamos en círculo para dar lugar a la palabra y conocer un poco más a cerca de cada uno de nosotres.



**Presentación de Velatropa Eco:** Velatropa es un Parque Natural y un Centro Experimental Interdisciplinario de desarrollo ubicado en el predio de Ciudad Universitaria (UBA) en CABA.

**Presentación de HuMeCCU:** El Huerto Medicinal Comunitario Ciudad Universitaria nace a partir de la invitación de Velatropa Eco a Warmipura Red Herbolaria (grupo autogestivo de mujeres amantes y aficionadas de las plantas medicinales) a ocupar un espacio dentro de Ciudad Universitaria en defensa del colchón de amortiguación de la Reserva Costanera Norte. HuMeCCU tiene como propósitos conocer de cerca y vivenciar el proceso vital de las plantas, familiarizarnos con ellas a través de la observación de sus ciclos, recuperar sabiduría ancestral en cuanto al cuidado natural de la salud y su estrecha relación con la preservación de nuestro entorno natural y revalorizar las prácticas saludables que pueden colaborar con nuestro bienestar integral.

### **Presentación Red de Plantas Saludables y Buen Vivir**

La Red de Plantas Saludables y buen Vivir se organizó hace unos cuatro años con organizaciones y personas interesadas en las plantas saludables, el conocimiento popular asociado a ellas y las culturas que las sustentan.

### **Algunos de los Participantes**

**Ezequiel / La Mixturanza, Marcos Paz:** Este lugar generó, como las colmenas, enjambres. Todo lo que vivencié acá, en Velatropa, no lo pude dejar de lado. Me crié en la ciudad, la comida venía en cajones. Este lugar me abrió un mundo.

**Florencia / La Mixturanza, Marcos Paz:** Estoy contenta de estar acá, me gustan mucho las reuniones porque aprendo mucho y lo que pueda realmente incorporar. De a poquito el cambio se va haciendo.

**Graciela / Biblioteca Tupac Amaru, Castelar:** Hace poco que formamos parte, damos talleres ad honorem. La biblio es autogestiva. Vamos a Chaco a las comunidades originarias a ayudarlos a independizarse.: talleres de costura, de ladrillos.

**Nora / Warmipura Red Herbolaria, Huerto Medicinal Comunitario Ciudad Universitaria y Red de Plantas Saludables y Buen Vivir.**

**Liliana / Bibliotecaria del Mugica, Retiro:** Promocionamos la lectura y tenemos un espacio de huerta. Empecé a conocer gente que me contactó con otra gente. Es un camino sin retorno. Enriquecedor. Voy viendo distintos caminos de aprendizaje. Colaboro con un espacio de huerta en la Villa 31 que lo maneja Nieves. Llevan adelante ese espacio con biblioteca, salón, taller de preparados con plantas medicinales.

**Maxi/ Tierra Fecunda, Marcos Paz:** Vivo en el campo. estoy en la Multisectorial contra el agronegocio, La 41.

**Sofía, Ignacio y Paula de la Biblioteca Tupac Amaru, Zona Oeste**

**Paloma / Desde la Semilla, Cañuelas:** Vivo en el campo hace varios años. Hacemos preparados. Camino de la soberanía alimentaria. Muchas puertas y ventanas, caminos para seguir andando y para desandar.

**Carlos Edimpi /Sembrando Conciencia, Merlo:** Me sorprende el clima y el entusiasmo que está apareciendo en estos temas. En la biblio hicimos una sopa con buenezas silvestres y uno de los

participantes le decía que su compañera no se anima a pisar porque todos son yuyos comestibles.

**Melisa / La Reja, Moreno:** Fue difícil llegar. Está disponible para lo que suceda acá.

**Manuela / Desde la Semilla, Máximo Paz:** Colectivo de la comunidad. Está en la residencia de Medicina Gral. Es médica. Intenta integrar con los saberes que tiene la comunidad. Aprender. Escuchar. Traigo tensiones que en estos lugares se aflojan un poco.

**Bárbara:** es la primera vez que vengo. Ganas de aprender y de compartir. Muy importante la defensa de estos espacios.

**Silvia / Colectivo “Tinto, Mate y Resistencia”:** Colombiana. Y alegría.

**Lorena / Colectivo “Tinto, Mate y Resistencia”:** Proyecto en Santa María, Colombia. Me encanta este espacio. Está haciendo una formación en fitoterapia y ecología. Proyecto en cannabis medicinal. Armaron laboratorio con un compañero. Somos migrantes. Refugiades politicxs y académicxsm, trayendo nuestros conocimientos ancestrales indígenas. Apertura a otros conocimientos.

**Patricia:** maestra de grado. Me empecé a interesar por las plantas. Aprendiendo a hacer preparaciones. Eso me enganchó para venir.

Nora Iglesias: hace un tiempo que estoy haciendo un curso de fitoterapia. Artista plástica. Astróloga, cuenten conmigo.

**Aldana / Caseros:** Alegre que haya gente de zona oeste. No estoy mucho en el tema. Fui a una pasantía en el MOCASE. Fui a la universidad del MOCASE. Volví a la casa de la infancia y vi las plantas con otra óptica. Creo en lo colectivo. Feliz de estar acá.

**Taña / Martin Coronado, Zona Oeste:** Contenta viendo que hay gente para seguir tejiendo redes. Hay opciones que van surgiendo y otras que voy descartando. En este momento voy por lo que me hace bien.

**Jorge / Biblioteca Tupac Amaru, Castelar:** Reflexionaba. Milité mucho tiempo. Empecé lo autogestivo allá por el 2001. El mundo se puede cambiar de muchos lados y hace tiempo nos propusimos un proyecto autogestivo e independiente. Cerca del zapatismo. Se cambia desde pequeños lugares y haciendo pequeñas cosas. Pasa por la autogestión, era por acá.

**Analía / Mataderos:** Ceramista. Me encanta la naturaleza, acá estoy.

**Valeria / Voluntaria en Mamá Cultiva:** Vi por las redes la invitación. Hace un tiempo que vengo acercándome a las plantas. Son imanes. Es fundamental mirar la salud desde la soberanía, la alimentación, la educación.

**Rodrigo / Cresta blanca, Los Molles - Córdoba:** Problemas en la zona en que vive: sequías, terratenientes y el agua. Son Guardianes de la Semilla. Practicas saberes ancestrales.

**Inés / Capilla del Monte - Córdoba:** Hace mucho descubrí que las plantas eran mucho para mí. Siento que me mueve todo lo que dijeron Uds. Formar redes es un motor interno que hay en mí. Dando a luz: grupo de médicos y doulas. Se propusieron sembrar un árbol por cada nacimiento. Hicieron un mural en el hospital, es el ingreso de la comunidad a la institución. Quedó un mural hecho por artistas. Allá hay un movimiento de parteras. El hospital va a recibir dinero para parto respetado.

**Lucía:** presenta a su hija, ella es África. Hace dos meses que vivimos en Velatropa. Gracias por brindarse y brindar estos saberes para compartir.

**Daniel / Colectivo Velatropa:** Hace unos tres meses que vivo acá. Llevo un año trabajando una parcela. Trajo de intercambio en permacultura, agricultura. Juntar esos conocimientos y aplicarlos en el conocimiento diario. Trabajar con el adentro. Eres lo que comes, eres lo que piensas.

**Francisco:** soy chileno. Hace 5 meses que vivo en Velatropa. Como un imán uno atrae cosas. Tuve contactos con mapuches, con pampas viejos, tehuelches. Estudio antropología. Traigo silencio, respeto, escucha, agradezco que existan estos lugares de resistencia.

**Gabi / Warmipura Red Herbolaria, Huerto Medicinal Comunitario Ciudad Universitaria, Red de Plantas Saludables y Buen Vivir:** soy jardinera. En Santiago del Estero conocí la UNICAM. Amo a las plantas.

**Rocío:** amo las plantas. Me encanta Velatropa. Mis experiencias en granjas y huertas orgánicas en otros países.

**Vero/ Rosario:** Vinculándome en el barrio haciendo huerta. Ahí apareció el interés por las plantas medicinales.

**Rosana / Zona Sur:** Uruguay y también boliviana. Estoy viviendo sola. Enfermera en Uruguay. Estudio apicultura. Busco reestructurar mi vida. Replanteando mis valores.

**Gabriela:** vine a conocer Velatropa. Todo lo que sea naturaleza, vegetarianismo.

**Estefanía / Colectivo desde la Semilla:** Se consolidó en Máximo Paz. Aprendiendo un poco de todo esto. Compartir. Aprender. Repicar.

**César / Merlo:** Siempre estuve interesado en la naturaleza, en las plantas. Compartir saberes, la autogestión. Tengo un pequeño huerto. Para compartir, conocer la resistencia de este espacio. Silencio. Paz. Compartir.

**Gabriel:** conozco el espacio. Este es un lugar muy hermoso para compartir saberes. Tengo bastante conocimiento de las plantas. Artista plástica.

**Tati / Bajo Flores. Villa 11-14:** Trabajamos con soberanía alimentaria. Con comunidades bolivianas, paraguayas, peruanas.

**Nieves / Centro Cultural “El Campito”, Retiro. Villa 31:** Vivo ahí con mi marido. Estamos peleando por los espacios. Estoy participando en la Red desde el año pasado. Nací en el campo, busco eso. Por ciertas circunstancias fui a para ahí. Vengo a aprender y a aportar. No es lo mismo sembrar en la ciudad que en el campo.

**Alfredo / Parque Saavedra. Semillas de Libertad:** Me considero un tejedor. Compré un campo en San Luis para hacer una escuela agroecológica, todavía no lo conseguí pero en eso estoy.

**Gisela / Tierra Fecunda, Marcos Paz**

**Rita / Marcos Paz. Integrante de la Red de Plantas Saludables y**

**Buen Vivir:** Formo parte de la organización de la Feria de Intercambio de Semillas de Marcos Paz y de Las Floras Libertarias. Me interesa el conocimiento popular en plantas y cómo mantener vivo ese saber.

**Ezequiel / “La Aldea”, La Reja, Moreno:** Trabajo como profesor de música en secundaria y con abuelos en un geriátrico. Está junto con otras personas activando una propuesta colectiva de aprendizajes llamada Comunidad de aprendizaje libre. También participa de una biblioteca popular autogestiva llamada El Cobijo. A partir de este verano comenzamos a abrir el espacio donde vivimos y donde estuvimos haciendo encuentros en los cuales se integraban propuestas relacionadas con las plantas, la educación y el arte.





Recorridas de Observación y Recolección de Plantas Silvestres  
Tras el abundante y generoso almuerzo a la canasta, repleto de  
buenezas y alimentos saludables, nos dispusimos en grupos para  
realizar **Salidas de Observación y Recolección de Plantas  
Silvestres** presentes en los diferentes espacios de **Velatropa Eco**.  
Una vez finalizadas las recorridas nos reunimos para disponer sobre  
una gran mesa todos los ejemplares recolectados, para luego  
conversar sobre los conocimientos populares y científicos que cada

unx pudo aportar sobre las plantas en cuestión. El resultado de esta actividad fue muy enriquecedor y nos brindó muchísima información medicinal y alimentaria sobre hierbas que habitan de forma silvestre nuestro paisaje Bonaerense.



Talleres en Simultáneo

- **Taller de Plantas Silvestres Comestibles**

Facilitado por Carlos Edimpi // Colectivo “Sembrando Conciencia” e integrante de la Red de Plantas Saludables y Buen Vivir, Nodo Oeste

“Carlos comienza a desplegar sobre la mesa ramitos prolijamente preparados de distintas especies que habitualmente vemos como

“yuyos”. Enseguida empezamos a mirar, a reconocer algunos, otros no. Luego abre un recipiente repleto de bocaditos que empieza a convidar. Saboreando esa delicia nos cuenta cómo la preparó... con todas esas especies, 16 (cerraja, ortiga, diente de león, borraja, capiquí, mastuerzo, cebollín, violeta, malva, llantén, lengua de vaca, trébol blanco, vinagrillo, alfalfa, hoja de parra, quinoa blanca), les agregó huevo, harina, algo de pan rallado y listo! Todas crecen en su terreno, cuenta que muchas familias podrían alimentarse de ellas. Él prueba todo y consume esas buenezas. Recuerda a Rapoport y su tarea de poner en valor la flora silvestre comestible que tan diversa y nutritiva es. Pregunta cuántas especies consumimos a diario y la mayoría referimos que muy pocas, pero hay más de 20.000 especies, y en la Patagonia alrededor de 500. Donde caminamos está lleno de comida. Hay que volver a la naturaleza, nos da todo, nos fuimos/fueron alejando tanto que cuesta volver a este camino de la abundancia. Hacemos un consumo desmedido de comida desnaturalizada, chatarra, enfermando también por ello.

Recuerda que hace unos días hicieron una sopa de primavera en Castelar y que se acercó mucha gente. Salieron a reconocer y recolectar los ingredientes-plantas que le pondrían; estaba muy contento con la actividad y con que se hayan tomado todo! Después de esa experiencia andan todos sin querer pisar, o cuidando cada paso porque todo es comida.

Plantea que sería bueno poder llevar esto a las escuelas y trabajarlo con los chicos. Ahí una compañera opina que es muy complejo hacerlo desde la escuela, muchas veces por la resistencia de padres y de la misma institución. Habría que empezar por cada uno.

Los compartires siguen circulando y antes de concluir el taller, nos despedimos con otra delicia: tortillitas de diente de león, perejil y cerraja. Ésto es sólo un punteo de algunos de los puntos tratados en el taller, que fueron muchos y extensos. Amoroso y sabroso encuentro”.

### Sobre las especies

- Cebollín (hay otra especie en la mesa circulando, la lágrima de la virgen, que no sabemos si es comestible).
- Lengua de vaca, buena para anemia.
- Tupinambur, se como el tubérculo, se cepilla bien, se corta en tiritas y se puede hacer un salteado con otros vegetales.
- Diente de león, compartimos la receta del vino del estío, y sus propiedades (entre ellas que es la quinta verdura más alimenticia del planeta, tiene el doble de vitamina B que la espinaca, mucho más calcio que la leche, etc, etc). Para quitar el amargor, lavar y dejar en agua una hora. Combinar con otras especies menos amargas: ortiga, malva, capiquí. Con las raíces secas y molidas se puede hacer un gustoso café. Y con los pimpollos una especie de alcaparras.
- Malva.
- Llantén, es antibiótico, bueno para lavaje de heridas; para la circulación.
- Quimpe o mastuerzo.
- Ortiga, una vez cortada cuando se lava ya no pica, se puede consumir en ensaladas.
- Violeta.
- Amaranto.

- Caá piquí o quilloy quilloy, es una planta energética, la comen los pájaros (mistoles, gorriones), se puede agregar a una ensalada de diente de león para contrarrestar el amargo, los soldados la han consumido para tener energía.
- Cerraja, se puede dar un hervor a los tallitos y consumir como una especie de espárragos.
- Trébol blanco, puede consumirse de todas maneras, con la flor también se puede hacer vino.
- Vinagrillo, trébol con flor rosada tiene sabor avinagrado, bueno para mezclar con otras hojas.
- Alfalfa, “padre” de todos los alimentos, su flor es violácea, tiene alto valor nutricional, aporta aminoácidos. No confundir con melilotus, con éste se hacen venenos para ratas (la flor es como una varita amarilla).
- Quinoa o yuyo blanco, muy nutritivo
- Borraja, se consume la hoja y la flor, recordamos a los abuelos haciendo ravioles con sus hojas.
- Hojas de parra, también vinieron al recuerdo nuestros mayores con niños envueltos.
- Zanahoria silvestre, se puede comer la raíz, el aroma es agradable, y el tallo es maciso. NO confundir con la cicuta que es parecida, pero su olor es desagradable, el tallo es hueco y tiene pintitas moradas.
- Verdolaga, consumir en ensaladas, sopas, guisos, encurtidos (los tallitos en vinagre).



- **Taller de Herbario**

Facilitado por Mariana Costaguta // Vice Coordinadora Red TRAMIL

### Elementos necesarios para recolección de material para herbario:

- Libreta de campo. Se escribe con lápiz negro, porque si se moja no se borra.
- Tijera
- Cinta métrica
- Buen calzado, sombrero, repelente.
- Guantes de jardinería.
- Sobres de papel
- Tarros de boca ancha. Botella de alcohol
- Lapicera indeleble
- Cartones acanalados
- Diario

Pasos a tener en cuenta:

- Sacar foto de la planta in situ
- Registrar olores, sabores, texturas

Medida del Herbario: 28 x24 es una convención internacional

### Herborización

Hábito: me tengo que fijar si es una hierba, un árbol o un arbusto. Se pone una parte de lo que se repite. En el caso de los árboles se puede poner un pedacito de corteza

El ejemplar a herborizar tiene que estar podado de manera que quede registro de lo que había. Cómo están dispuestas las hojas, por ejemplo, dejando el tallo y cortando la hoja.

Capas para poner en la prensa:

1. Paño de pañolenci o fieltro
2. Trapo secante

3. Hojas de diario con la planta dentro, la ficha y el número que se va anotando en la libreta

4. Filtro

5. Cartón

Anotar si está en fruto, en flor. El color de la flor.

**Frutos:** se guardan en el frasco con alcohol. También flores complejas: pasionaria. A los frutos se les hace un corte sagital y otro longitudinal. Frasco con alcohol al 70 %

**Flores raras:** en un tupper con polenta

**Hoja suculentas:** se corta la punta y la base. Se guard por tercio en recipiente con alcohol. Dentro se le pone un cartón escrito con lápiz negro con el n° de la libreta. En la libreta se pone MC (material conservado)

En la libreta se anotan números correlativos. No se empieza de 1 con cada recolección.

### **Modelo de ficha:**

**FICHA N°** origen: silvestre/culivo/comprada

Localidad: (de mayor a menor)

Fecha: Recolector/a:

Nombre común:

Color de la flor: Color del fruto:

Aroma:

### **IDENTIFICACIÓN TAXONÓMICA**

Especie:

Dibujo: Si/No Foto: Si /No Scan: Sí/No

### **DATOS ETNOBOTÁNICOS**

Parte usada: forma de uso: VO/TO

Preparado: INF/COC/Otro cuál:

Precaución: SI/NO Emb/Niñxs/Ancianxs/DBT, etc

Tiempo de uso:

Origen de la información:

Otros datos:



- **Taller de Desodorante Natural en Crema**

Facilitado por Virginia Gobbi // Talleres para la Salud Natural.  
Integrante de Warmipura Red Herbolaria y del Huerto Medicinal  
Comunitario Ciudad Universitaria (HuMeCCU)

**Consistencia Apta para llevar a molde y hacer barritas / Derretir  
y reciclar un desodorante en barra.**

### ***Coriandro***

Por sus propiedades bactericidas y antisépticas impide el desarrollo de bacterias en las axilas, por lo que, aunque no impide que haya sudor, no permite el mal olor. Se puede aplicar mezclado con alcohol o un aceite base después de la ducha.

### ***Salvia***

Es un fuerte astringente natural que regula la sudoración y elimina el mal olor.

### ***Lavanda***

Tiene un agradable aroma floral y propiedades antibióticas, antisépticas y desodorantes.

### ***Aceite de Coco***

Tiene propiedades antibióticas y antimicrobianas que pueden ayudar a prevenir y combatir infecciones.

### ***Bicarbonato de Sodio***

Ayuda a absorber el sudor, a matar las bacterias, y actuar como un desodorante.

### ***Fécula de mandioca***

Muy absorbente. Útil en casos de Sudoración Excesiva.

## **Caolín**

Absorbe humedad, toxinas y metales pesados.

## **Cera de Abejas**

Emulsionante Natural. Brinda consistencia.

### **Materia Prima necesaria:**

- . Aceite de Coco.
- . Manteca de Karité.
- . Fécula de Mandioca.
- . Bicarbonato Molido muy fino.
- . Coriandro, Salvia y Lavanda mortereados.
- . Cera de abeja.

### **Procedimiento:**

- . Poner a Derretir a baño maría el aceite de Coco. Una vez unificada y líquida la mezcla, incorporar los yuyos, revolver y Mantener caliente pero sin que se queme, revolviendo durante 2 hrs. Esto hará que las plantas desprendan sus propiedades desodorantes y antisépticas).
- . Filtrar aceite y retirar Hierbas.
- . Volver a poner en baño maría el aceite filtrado y agregar la cera de abejas.
- . Incorporar Manteca de Karité y mezclar hasta que se derrita.
- . En un bowl mezclar todos los ingredientes en polvo.
- . Incorporar la mezcla de polvos dentro del aceite, tamizándola y de a poco, revolviendo para que no se hagan grumos.
- . Cocinar revolviendo unos 15 minutos.

- . Apagar el fuego y dejar que vaya bajando la temperatura, revolviendo de vez en cuando para unificar la mezcla.
- . Envasar cuando la mezcla esté aún líquida pero espesa.





Cierre de Jornada con Coplas y Leyendas

Luego de los talleres finalizamos la jornada en ronda alrededor del fuego acompañados por la música que nos acercaron Comparsas de Copleres de IMPA, FFYL, CC Haroldo Conti y las coplerxs del grupo Desde las Semillas Cañuelas todes coordinades hermosamente por Mauricio Cucien., recordando nanas que nos cantaban madres y abuelas





## **Círculo para Personas Gestantes**

**Reflexiones e Intercambio de Saberes sobre Relaciones, Plantas Anticonceptivas y Abortivas coordinado por Las Floras Libertarias.**

Comenzamos la Jornada con un trabajo corporal bioenergético de autopercepción y de contacto con nuestro útero.



Llevamos adelante la reflexión alrededor de algunas preguntas disparadoras:

- Cómo percibimos nuestro cuerpo y nuestra sexualidad
- Qué plantas conocemos como anticonceptivas
- Qué plantas conocemos como abortivas

Nos dimos un espacio de intimidad necesario para contarnos nuestros sentires acerca de nuestra sexualidad, como nos afectan los roles que nos asigna esta sociedad, la represión hacia el contacto con nuestro cuerpo, que sensualidades y sexualidades están permitidas y cuáles nos permitimos. Los distintos momentos, ciclos vitales por los que pasamos.

Cómo todos los métodos anticonceptivos están dirigidos hacia las mujeres cuando en realidad el que tiene mayor posibilidad de generar un embarazo es el varón. Sin embargo estos métodos no se difunden.

Sin embargo, vemos que con el tiempo y con estos encuentros entre nosotras, nos vamos dando permisos, abriéndonos a nuevas posibilidades de generar un mejor contacto con nuestros deseos y placeres.

### Reflexión sobre plantas anticonceptivas

Discutimos que tiene de efectividad. No sabemos si hay una concentración como para inhibir la ovulación. La mayoría impide la implantación del óvulo fecundado.

Nos planteamos no usar como rutina. Sumar cuidados. No reproducir lo de las pastillas con el uso de las plantas.

La presión está sobre la mujer, ella es la que se debe cuidar cuando en realidad es el varón el que puede dejar embarazada a varias mujeres al mismo tiempo.

Y además están los cuidados para no contagiarnos de enfermedades venéreas.

La percepción del cuidado es diferente en mujeres que en varones.

Pensamos que tenemos que tener más referencias y buscar standares. También tener en cuenta cómo me siento con esa planta.





## Sentires y Pareceres

### **Ines**

“Me parece Extraordinario que nos reunamos rescatando Sabidurías Ancestrales . El lugar elegido es perfecto.

Individualmente me anima a maximizar mis acciones reencontrado valores que mi ser Agradece, y se expresa en alegría.

Me comprometo a sembrar todo lo compartido 🌱

Disfrute del recorrido . Me quede con ganas de mas en poco espacio recorrido mucho por aprender y la necesidad de mas tiempo para fijar tanta info.

Lo que disfrute muy mucho fue el Taller de Plantas Comestibles  
Compartir Experiencias de ahora y de Los Abuelos de aquí de allá y

de acuya ♡🌿♡ Recetas. Propiedades. Beneficios. Identificación.  
Olores. Sabores.

Agradecer todo. La Música. La Danza. Las Coplas. La Conciencia. La  
Común Unión del sentir y el hacer Gracias .

Tengo una Inquietud y se que no depende de ustedes solamente...  
pongo toda mi intención experimentar mas.. sacarme los miedos dar  
a conocer toda experiencia y lo hago un pedido general Dar lo  
máximo posible y compartirlo ♡🌿♡ Gracias ☐ 🌿

### **Carlos Edimpi**

FUE UN ENCUENTRO MAS QUE INTERESANTE, RICO EN  
MATICES Y EXITOSO , POR LA PARTICIPACION NUMEROSA Y  
ESPECIALMENTE POR HABER SIDO COMPARTIDO CON OTRAS  
MOVIMIENTOS Y ORGANIZACIONES SOCIALES. HABER VISTO Y  
VIVIDO LA PROFUNDA Y HERMOSA EXPERIENCIA DE  
VELATROPA, EN SU DESARROLLO AUTONOMO Y  
AUTOGESTIVO.

MENCION APARTE MERECE LA ACTIVIDAD DEL DIA 28, DONDE  
HIZO SU APARICION POR PRIMERA VEZ, EN LA RED, DE UN  
TALLER \*DEL CIRCULO DE MUJERES Y PERSONAS  
GESTANTES MAS PLANTAS ANTICONCEPCIÓN Y ABORTO\*,  
CON UNA NUMEROSA PARTICIPACIÓN Y POR LO ESCUCHADO  
EN LA EVALUACIÓN DEL ENCUENTRO FUE DE UNA GRAN  
RIQUEZA. BIENVENIDA ESA VALIOSA EXPERIENCIA QUE

MUESTRA EL EXTRAORDINARIO EMPODERAMIENTO DE LAS MUJERES EN TODOS LOS ÓRDENES, QUE ME HACE PENSAR Y REFLEXIONAR SOBRE SI ENTIENDO-ENTENDEMOS LOS HOMBRES REALMENTE LO QUE ESTA PASANDO EN LA PROFUNDA REVOLUCIÓN Y LUCHA DE LAS MUJERES CONTRA EL PATRIARCADO Y EL MACHISMO Y POR LA IGUALDAD TOTAL.

NO ALCANZO EL TIEMPO Y SIGUE PENDIENTE EL SEGUIR PROFUNDIZANDO EN LOS VALORES, NORMAS ETC QUE REGIRAN A LA RED, ASI COMO QUE POR LA SITUACIÓN DEL LUGAR NO SE PUDO LOGRAR QUE MUCHAS PERSONAS QUE ESTUVIERON EL 27, PUDIERAN QUEDARSE Y NO VINIERON EL 28 .

EL ENCUENTRO, LAS NUMEROSAS ACTIVIDADES QUE SE VIENE DESARROLLANDO EN LA RED, LOS PEDIDOS DE TALLERES, ASI COMO EL 1ER NUMERO DEL BOLETIN Y SU DIFUSIÓN ETC , LO VEO COMO UNA DEMOSTRACIÓN DEL CRECIMIENTO IMPORTANTE DE LA RED , QUE ME HACE PENSAR QUE REQUIERE VER SI LAS FORMAS ORGANIZATIVAS SON LAS ADECUADAS PARA CADA VEZ APROVECHAR MEJOR EL ESFUERZO Y LAS ACTIVIDADES Y QUE SEGURAMENTE RECLAMARÁ UNA MAYOR PARTICIPACIÓN EN LA MISMA, INDIVIDUAL Y COLECTIVAMENTE.

SIENTO MEREcido ENTONCES UN APLAUSO COLECTIVO PARA TODES POR EL EXITOSO ENCUENTRO Y A SEGUIR ENREDANDONOS!!!

## **Bárbara**

Me gusto la recorrida para reconocer plantas y toda la gente que conocí. Descubrí nuevas plantas medicinales y comestibles que no conocía. Me encantaron todas las plantas con flores como la vicia, el tomatillo del diablo, el boldo paraguayo. El herbario gigante quedo hermoso!

Participé en el taller que dio Carlos de plantas comestibles y medicinales. Fue muy enriquecedor y probamos cosas ricas y compartimos bibliografía.

El domingo charlamos sobre distintos conflictos con el ser mujer, la sociedad actual, la sexualidad.

Hablamos sobre la menstruación, la masturbación, la anticoncepción y nuestra relación con los hombres y la sociedad. También nos replanteamos nuestras necesidades y deseos.

## **Veronica**

Me encantó conocer y compartir con los grupos que están trabajando en la zona promoviendo la difusión de los saberes en relación a las plantas y el bienestar, y las luchas que vienen llevando adelante; también que se haya realizado en Velatropa, un hermoso espacio de resistencia en esa urbe desenfrenada. Sentí muy amoroso el recibimiento en el espacio que estaba cálidamente ambientado con

libros colgantes, cartelería, alfombritas, era muy placentero estar allí. Disfruté mucho la caminata de recolección de especies y el espacio de renacimiento de las mismas de manera conjunta, también el fogón coplero en el que una compañera compartió una canción recordada de su infancia.

La Recorrida de Recolección de Plantas Medicinales y Comestibles Silvestres fue un espacio de conexión plena, disfrutando a cada paso las especies que se presentaban, la belleza y sutileza de sus formas. La puesta en común fue muy enriquecedora porque aparecieron otras plantas que en el circuito que realizamos no vimos, porque cada uno iba recordando lo que conocía de ellas y aportando para construir conocimiento colectivamente.

Me emocionó la cantidad de llantén que había ya que es una de las plantas con la que tengo mucha afinidad, y conocí muchas que no identificaba (como la fumaria, la siete sangrías, el amor seco, la galega, la salvia guaraníca).

Participé en el Taller de Plantas comestibles y medicinales en la alimentación, pero con ganas de haber estado en todos, ya que eran muy interesantes las propuestas. Fue una experiencia muy sabrosa y divertida.

No había estado en círculos como el Circulo de Mujeres y Personas Gestantes + Plantas para Anti concepción y Aborto que tuvo lugar el domingo, fue muy amoroso encontrarnos charlando de lo que nos pasa y sentimos, de las relaciones que tenemos, de las experiencias de niñas, adolescentes y adultas, los "mandatos". En cuanto a las plantas se nombraron varias como acompañantes de anticoncepción

(sí había leído de abortivas, pero no las había pensado como anticonceptivas).

Fueron saliendo las formas como nos relacionamos, el lugar que nos damos y el lugar que damos a otros.

Charlamos cómo sentimos la primera menstruación, lo que transitó cada una, para algunas ese momento íntimo fue "festejado y divulgado" por la familia, sumando vergüenza a los cambios generados en el cuerpo, tema tabú en muchas de nosotras (40-50-60 años), la sangre menstrual vista como algo sucio, asqueroso, no aceptando con naturalidad nuestra ciclicidad. Importancia de conectarnos con ella, de entregarla a la tierra (volver al uso de toallitas de tela o copita). Importante el autoconocimiento, registrar nuestros ciclos, cómo nos sentimos, conectarnos con las lunas. Importancia de conocerme y plantear lo que quiero.

Salió el tema de la masturbación, que también fue tabú para muchas cuando éramos chicas. ¿Por qué el hombre se masturba y no es mal visto y sí si lo hace la mujer? ¿Por qué el hombre no se cuida? Sería importancia que tengan registro de su salud sexual.

Me gustó la dinámica propuesta por las Floras Libertarias.