

1ER FESTIVAL SALUDABLE: CONSTRUYENDO SALUD POPULAR

CON ALEGREMIA Y ESPERANZA

Dra. Vivian T. Camacho Hinojosa

Salud de los Pueblos – Bolivia

“Tenemos que obligar a la realidad a que responda a nuestros sueños, hay que seguir soñando hasta abolir la falsa frontera entre lo ilusorio y lo tangible, hasta realizarnos y descubrirnos que el paraíso estaba ahí a la vuelta de todas las esquinas”

(Julio Cortázar)

LO QUE HICIMOS

El domingo 28 de septiembre, 2014; hemos dado otro paso importante construyendo Salud Popular en Bolivia, inició el ciclo anual de nuestros festivales de alegremia.

En este espacio ejercemos el intercambio de saberes que nos cuidan, el flujo libre de información, la construcción social de la salud con "Alegremia" y las "A de la esperanza: Agua sana, Aire sano, Alimento sano, Albergue vivienda digna, Aprendizaje, Arte y Amor... con prácticas y técnicas que promueven salud con un@mism@, con el entorno, con las relaciones en el mundo que vemos y que no vemos.

Algunas actividades:

- Presentación y Videoconferencias de integrantes del Movimiento Por la Salud de los Pueblos www.phmovement.org
- Para Niñ@s: Feria del trueque de juguetes, proyección de cortos animados y reflexión, animalitos de globos, actividades diversas.
- Intercambio de saberes y técnicas saludables a través de Conversatorios y Talleres
- Prácticas autogestivas para la Salud Integral: Corredor del Cuidado, Isopatía y Homeopatía
- Sesiones prácticas de Hatha y Kundalini Yoga, Reiki, Tai Chi, Danzaterapia, Canto Curativo, Teatro – Construcción de Poder Popular.
- Flujo libre de información (textos, videos a cerca de una vida saludable)
- Feria de experiencias con fotos y carteles (cuéntanos lo que haces)
- Salud de la Pachamama: Agroecología, Huertos Urbanos y Jardines, Saberes Campesinos, Vida libre de transgénicos y agroquímicos.
- APTHAPI Comunitario, todos aportamos para la mesa del almuerzo.
- Expresiones artísticas para el cierre

Tuvimos la presencia de voluntarios y voluntarias de Salud de los Pueblos Bolivia que colaboraron con toda la organización, todos contribuimos cariño y tiempo para hacer de este uno de los eventos más memorables este año para quienes estuvimos presentes,

por ser el primero y por gran magnitud lograda con solidaridades y apoyos libres de costo. Sin financiamiento alguno, logramos que esto funcione, logramos convocar a talleristas que nos brindaron su saber en este espacio donde todos fuimos maestr@s y aprendices, donde es tan importante quien cocina, quien hace el aseo del lugar, quien enseña; todos somos necesarios para la vida, las jerarquías ya no son parte de esta nueva forma de organizarnos colectivamente a favor de la vida.

¿CÓMO TRADUCIR EN PALABRAS Y ACTOS TANTO CARIÑO?

Salud de los Pueblos Bolivia inicia las jornadas saludables de reunión, aprendizaje y organización en Agosto 2013, compartimos reflexiones sobre salud popular, sobre la importancia del cariño en la relaciones, del alimento sano, de la vivienda digna, de las políticas económicas que someten a enfermedad en el mundo. Con gran esperanza y grande necesidad de transformar lo necesario, logramos llegar a nuestro primer festival este Septiembre 2014. Básicamente nos sumamos a construir la “otra salud” de aquel “otro mundo posible” por el enamorado amor por la vida que nos hace encontrarnos.

Desde una fuerte perspectiva política cuestionamos a las corporaciones farmacéuticas, al complejo médico-industrial, al lenguaje bélico de la medicina, denunciando el racismo en salud, la mercantilización medicalización de la vida. Y ante esto la propuesta para devolver la Salud a manos de los Pueblos se hace realidad con este festival.

Una vez por mes, generamos el espacio para compartir una nueva herramienta saludable. El Corredor del Cuidado, replicado desde la Educación Popular en Salud promovida por los compañeros Freyrianos brasileiros, ahora es parte de nuestro hacer saludable y nos acompañó también aquel día. Con los ojos cerrados recorres en medio de una doble hilera lentamente recibiendo masajes, caricias, abrazos, contactos de energía, manos sanadoras que nos dicen que no estamos solos que es importante saberte conectado a la vida que somos juntos y juntas.



Nuestras sencillas manos acogedoras, compartidoras enlazadas en rondas nos tejieron los corazones en watanas (amarres) en-red-ándonos y sosteniéndonos, cada participante regaló palabras de bendiciones para la comida que con tanto cariño de preparó y se trajo para compartir en una mesita común (Apthapi). Durante la comida

agradecemos a la Tierra que recibe la semilla, al Agua que la alimenta, al Sol que le regala vida, al Viento que fortalece, a las manos que siembran y cosechan, a quienes la transportan, a quienes cocinan y agradecemos por tener que comer y compartir con gente querida.



LA CONSTRUCCIÓN DE LA SOLIDARIDAD COLECTIVA

La Alegremia, entendida como la alegría en sangre, nace de una historia de un médico y una mujer campesina, al revisar los indicadores hemáticos (glicemia, uremia, etc.) ella pregunta...y dónde está mi alegremia, acaso ustedes los médicos no saben que cuando una está contenta está sana? (Relato del Dr. Julio Monsalvo en Saludables Vivencias)
De allí que la alegremia deriva en una construcción social con las “A de la Esperanza”

A..... Aire sano

A..... Agua sana

A..... Alimento sano

A..... Albergue – vivienda digna

A..... Aprendizaje

A..... Arte

A..... Amor

La Alegremia, entendida como la alegría en sangre, deriva de una construcción social con las “A de la Esperanza”. Cuidar cada una de ellas aporta para elevar nuestra alegremia en la vida, y esto es precisamente construir SALUD POPULAR, la salud entendida como acción colectiva que involucra el cuidado integral de la vida.

Abrimos el espacio con aporte voluntario para la participación con la “Cajita de la Abundancia”, para promover la autogestión de nuestro movimiento por la salud de los pueblos en Bolivia, significando que el dinero no es una limitante y que cada aporte generoso envuelto en el cariño es importante más allá de la cantidad.

Entendiendo esto es que se sumaron voluntades, arte y trabajo para lograr este festival. Desde Colombia nos mandan el video que nos sirve para promover el evento, nuestras diseñadoras gráficas circulan bellos y coloridos afiches por el ciber espacio. Llegan delegaciones desde El Alto y Achocalla de la ciudad de La Paz, de Samaipata de la ciudad de Santa Cruz para participar aportar construyendo Salud Popular. Recibimos a cientos de personas durante el día, el asombro y la alegría fueron demasiados, en el abrazo y la mirada compartida se afianza la construcción social de poder popular desde la salud.



ANEXOS Y GRATITUD

_ Video: Gracias al compañero Gabriel Bettin, de corporación Nuestra gente en Medellín-Colombia, quien aportó con nuestro video de difusión. Va link:

<https://www.youtube.com/watch?v=-GboWi6GBR0>

_ Afiches: Gracias a nuestras diseñadoras gráficas por su aporte libre de arte y color, que nos demuestran que se construye salud desde las habilidades propias.

1ER FESTIVAL SALUDABLE
CONSTRUYENDO SALUD POPULAR
CON ALEGREMIA Y ESPERANZA

Aire sano • Agua sana • Alimento sano • Albergue - vivienda digna • Aprendizaje • Arte • Amor

28
DOMINGO
DE 10:00 A 18:00

En el espacio de la Primera Jornada Saludable: "CONSTRUYENDO SALUD POPULAR CON ALEGREMIA Y ESPERANZA", todos somos maestr@s y aprendices.

Abrimos inscripciones para quienes quieran participar compartiendo herramientas, prácticas y técnicas que promueven salud con un@mism@, con el entorno, con las relaciones en el mundo que vemos y que no vemos. Es decir puedes venir a compartir algún taller que quieras ofrecer libremente, y también puedes venir para aprender o recibir algún saber saludable.

COMPARTIREMOS:

- Presentación y Videoconferencia del Movimiento Por la Salud de los Pueblos www.phmovement.org
- Para Niñ@s: Feria del trueque de juguetes, proyección de cortos animados y actividades diversas.
- Prácticas autogestivas para la Salud Integral: Corredor del Cuidado
- Intercambio de saberes y técnicas saludables a través de Conversatorios y Talleres
- Secciones prácticas de Yoga, Reiki, Tai Chi, Danzaterapia, Teatro
- Flujo libre de información (textos, videos a cerca de una vida saludable)
- Feria de experiencias con fotos y carteles (cuéntanos lo que haces)
- Salud de la Pachamama: Agroecología, Jardines, Huertos Urbanos, Saberes Campesinos
- APTHAPI Comunitario, traer algo para aportar a la mesa para el almuerzo.
- Expresiones artísticas para el cierre

Alegremia **¡Salud para Todos y Todas, Ahora!**
Movimiento para la Salud de los Pueblos

_ Equipo de coordinación de SALUD DE LOS PUEBLOS – BOLIVIA: Su compromiso, su trabajo y su tiempo inspira para seguir organizados construyendo nuevas y bellas posibilidades para el “Otro mundo posible” que soñamos.

_Familia Camacho Hinojosa, apoyo fundamental, que cedió el lugar libremente para la realización del festival.

_Todos y todas quienes asistieron, cada uno y cada una nos trajo su sonrisa, su saber, su arte, su habilidad, su conocimiento, su abrazo y su cariño, todo esto compartido nos ha fortalecido elevando altamente nuestra Alegremia.

COMPARTIENDO AQUELLO QUE NOS CUIDA – REGISTRO FOTOGRÁFICO:

“Son cosas chiquitas. No acaban con la pobreza, no nos sacan del subdesarrollo, no socializan los medios de producción y de cambio, no expropián las cuevas de Alí Babá. Pero quizá desencadenen la alegría de hacer, y la traduzcan en actos. Y al fin y al cabo, actuar sobre la realidad y cambiarla, aunque sea un poquito, Es la única manera de probar que la realidad es transformable.” (Eduardo Galeano)



Letreros hechos a mano por las compañeras de El Alto



Letrero explicativo de presentación de quiénes somos y las actividades del día.



Viajaron de lejos, 30 mujeres de El Alto, compartiendo su organización y lucha social dentro de la Univ. De El Alto.



Altar central para acompañarnos durante el evento, con las declaraciones de Bangladesh y Cuenca. Para descargar en la red www.phmovement.org



Letrero de la Marcha contra los transgénicos con mensaje de Dra Vandava Shiva. Bandera palestina, representando las marchas que hemos acompañado este año.



Mesa central de Salud de los Pueblos – Bolivia, con los símbolos que acompañan nuestra construcción de salud popular.



Taller de Hatha Yoga

De todas las edades participamos construyendo salud, Shanti participa de las reuniones desde que estaba en la barriga de su mami. Dominik apoyó coordinando y participando.



Niños de la "Casa de los niños" comparten los remedios naturales que ellos elaboraron.



Luego de la Proyección de Cortos animados, se hace la ronda de reflexión con los niños.



Panel sobre mundo libre de agroquímicos y transgénicos.



Feria de Trueque de juguetes y animalitos de globos.



Taller de teatro y expresión corporal para el Encuentro con el Otro



Taller teatro del oprimido: Construyendo Poder Popular



APTHAPI: Mesa común de comida en los Andes



De la posibilidad y del cariño se trae lo que uno quiere compartir durante el almuerzo, la abundancia siempre se manifiesta en el Apthapi.



Taller sobre Alimentación Sana como alternativa a la Automedicación.



Taller de Herbolaria y preparados artesanales a base de plantas andinas.



Compañeros de Tierra de Fuego, con quienes compartimos en Laicrimpo 2010 en Formosa-Argentina, comparten Taller de Tintura de Romero y sus usos medicinales.



Taller sobre elaboración de Isoterapia. La Homeopatía. Algunos medicamentos homeopáticos de urgencia.



Taller de Tai-Chi



Taller de Kundalini Yoga.



Taller conversatorio sobre Alimentación Consciente.