



Programa Curso Febrero 2024

DE LA TIERRA AL CUERPO



Centro de Educación y Permacultura | www.raicesdelviento.org

DESCENTRALIZACIÓN, EDUCACIÓN, ALIMENTO Y ALMA

@raicesdelviento

@raicesdelviento

/centrorraicesdelviento

Contenido

Objetivo del  curso



3

Facilitadoras

4

Contenidos

6

Información general

Fecha	8
Valor	8
Inscripción y pagos	8
Observaciones	8



Objetivo del curso



Conocer, Cultivar y utilizar la medicina que la tierra nos provee

Este curso está diseñado para entregar conocimientos y experiencias acerca de las plantas medicinales desde su cultivo, preparación hasta su aplicación en tratamientos, con el objetivo de obtener el mayor beneficio que ellas nos brindan.

Las plantas contienen una gran variedad de principios activos que son beneficiosos para nuestra salud física y emocional. También son seres vivos, por lo tanto, tienen su propia energía, la cual nos ayuda y nos acompañan para equilibrarnos a niveles más profundos y sutiles.

El uso de plantas para mantener y recuperar nuestra salud requiere de conciencia, aprender a vernos y descubrir lo que necesitamos.

Te invitamos a conectar contigo a través de las bondades que la tierra nos brinda. Aprendamos a través de nuestro desarrollo personal y autoconocimiento a tomar

mejores decisiones para nosotros mismos, utilizando las plantas medicinales como vehículo para sanar y las manos en la tierra para cultivar-nos.



Contenidos

- 1.- Salud y empoderamiento
- 2.- Plantas Medicinales.
- 3.- Recolección, secado y preparados medicinales
- 4.- Diseño y cultivo de huerta
- 5- Construcción, preparación de un espacio de cultivo
- 6- Sanar nuestros vínculos y conexión con la tierra



Itinerario

A continuación, se presenta un itinerario general por día. Las actividades corresponden a la parte práctica, las cuales complementan la teoría para aplicar

contenidos y aprender haciendo. Habrá espacios de conversatorio y tiempos para compartir conocimientos y habilidades y también de silencio y observación para reforzar lo aprendido. Todos los días habrá una apertura y cierre concordantes a las necesidades diarias para facilitar la integración de la información en todos los niveles.

Día 0

Llegada 17:00 – 18:00 aproximadamente.

Recibimiento

DÍA 1

Presentación grupal.

Meditación diaria

Qué es Salud. Nuestra conexión con estar vivos, nuestro cuerpo nos habla.

Integración y empoderamiento para un buen vivir en armonía con nuestro cuerpo.

Actividad



DÍA 2

Meditación diaria

Plantas medicinales, sanar con plantas, vincularnos con plantas a través de su campo de información utilizando las herramientas de constelaciones familiares

Actividad

DÍA 3

Meditación diaria

Tour de las plantas medicinales en Raíces, recolección y secado.

Preparados medicinales externos e internos. Elaboración, usos, dosificación y contraindicaciones

Actividad

DÍA 4: [25 de Febrero de 2023]

Meditación diaria

Diseño de tu propio huerto medicinal y **cultivo** de las plantas medicinales

Actividad

Día 5 [26 de Febrero de 2023]

Meditación diaria

Construcción y preparación de un espacio de cultivo

Tratamientos herbales

Actividad

Día 6 [27 de Febrero de 2023]

Meditación diaria

Como cultivar en nosotros

Baño de bosques y trabajo con constelaciones familiares sanando el vinculo con nuestra madre y la madre tierra.

Actividad

Día 7 [28 de Febrero de 2023]

Entrega de diplomas y cierre del curso.

Desayuno y partida.

¡Hasta pronto!



Facilitadoras



Riina Rintala, Co-fundadora de Raíces y de la ONG Permacultura Río Puelo, permacultora certificada y la huertera de Raíces del Viento. Nativa de Finlandia, desarrolló sus estudios de Instrucción en Drama y Actuación en su país natal, para luego formarse como permacultora en centros de aplicación y estudios de la permacultura en Tailandia y Nepal. Riina ha llevado a cabo, en paralelo, una constante indagación en el bienestar humano a través de la alimentación saludable y el desarrollo espiritual, con énfasis en las prácticas de meditación, habiendo realizado diversos cursos y formaciones

internacionales.

“En el camino hacia adentro he pasado por muchas fases, donde he sentido que algo me causa fricción y me hace sentir angustia o me genera algún síntoma en mi cuerpo. Muchas veces he mirado hacia otro lado, cuando mi ser quería que mirara lo que me estaba mostrando desde dentro.

Estudiando teatro empecé por primera vez en mi vida a trabajar la conciencia corporal, mental y emocional. Pero todavía algo me faltaba. Al mismo tiempo que

conocí la permacultura empecé a meditar e ir a retiros y cursos para alimentar mi hambre de encontrar quien soy. Y así encontré otra dimensión: el espíritu.

Desde muy joven tenía muchas preocupaciones del planeta, la naturaleza y cómo nosotros humanos lo estamos destruyendo. A través de los años, lentamente empecé a entender que nosotros somos parte de la naturaleza y todo lo que hay o pasa en la naturaleza de alguna manera pasa en nosotros mismos. A través de la permacultura descubrí que trabajar con, y no en contra de la naturaleza es volverse parte de ella. Cuidar al planeta es cuidarnos a nosotros mismos y cuidar a nosotros mismos es cuidar el planeta.

Ahora siento la alegría de invitarles a conectar con lo que nuestro Ser necesita, con nuestra naturaleza. Cultivando los alimentos y hierbas para nutrir y mantenernos sanas/os y utilizando el bosque y sus productos de una manera versátil para generar productos de uso interno y externo que no dañan y que nos da una oportunidad de ser creativos y responsables de nuestro bienestar que es bienestar de todos”.

Riina

Valentina Rosas, Co-fundadora de Raíces y la ONG Permacultura Río Puelo, se tituló como Terapeuta en Salud Integral, desarrollando las técnicas de la acupuntura, fitoterapia, flores de bach y masaje terapéutico. Emprendedora y viajera, ha sido parte del desarrollo de Raíces en su visión sistémica. Es además, terapeuta certificada en Constelaciones Familiares.



“Soy terapeuta integral formada en constelaciones familiares. Por muchos años de mi vida me dediqué a estudiar, leer y ejercer diferentes técnicas y saberes que nos ayudan a volver al equilibrio.

La tierra siempre ha estado ahí, en mi convicción que desde ahí parte y ahí está la salud en todas sus formas. Finalmente, la tierra nos da todo lo que necesitamos, siempre.

Siempre intenté aprenderme todas las plantas medicinales y sus principios activos y nunca lo logré a través de esa vía: soy una persona visual y aprendo a través de la experiencia, en mi camino de autoconocimiento he ido descubriendo que el aprender a escucharnos es lo que nos guía a saber exactamente lo que necesitamos mediante el contacto y la experiencia con las plantas y la ayuda –

complementaria – de la información teórica como apoyo.

Las plantas medicinales han estado disponibles para nosotros siempre y nuestros ancestros lo sabían, la información primordial es dada por personas que al estar en contacto con la tierra y la observación de ella han sabido intuitivamente para qué sirven y cómo utilizarla.

Mi intención y propósito en este taller es entregar herramientas y recursos para que a través de nuestro empoderamiento con nuestro cuerpo y con nuestra salud aprendamos de la tierra y sus bondades y los múltiples usos que podemos obtener de ella.

En este taller les invito a descubrirse y saber distinguir qué planta necesitamos y qué uso beneficioso podemos darle según el momento en el que estamos atravesando, cuidando que el proceso no pase a través de la cabeza si no de nuestro Ser.

Soy una convencida que nuestro cuerpo sabe exactamente lo que necesita y cuándo lo necesita, y nuestro trabajo es aprender a escucharlo.
Pues, a trabajar”.

Valentina

Conoce más del equipo de Raíces del Viento en <https://raicesdelviento.org/el-equipo/>

Información general

Fecha

- ✓ Jueves 22 a Jueves 29 de febrero de 2024
Las fechas consideran llegar al lugar la tarde del jueves 22 de febrero y partir del lugar la mañana del Jueves 29 de marzo de 2024.

Valor

- ✓ Este curso tiene un **costo de inversión de \$220.000 CLP**. Este valor incluye el curso, las preparaciones y materiales, alojamiento en camping, alimentación completa, diploma. (ver en [nuestra web](#)).

Inscripción y pagos

- ✓ En el siguiente link ([click acá](#)) encontrarás el **formulario de inscripción** y toda la información para inscribirte. Al llenarlo se te solicitará pre-pagar el 30% del costo del curso como mínimo para tu reserva (\$66.000), con lo que quedarás automáticamente inscrito/a (El 70% restante puedes abonarlo inmediatamente, o puedes cancelarlo hasta 1 mes antes del comienzo del curso).

- ✓ **Tu pago** lo puedes realizar online mediante WebPay (con débito o crédito con 3 cuotas sin interés). También, puedes realizar una transferencia electrónica¹, o pagar por plataformas internacionales mediante TransferWise, PayPal, WeTransfer. Para cualquier consulta sobre la inscripción y el costo del curso, no dudes en escribirnos a nuestro correo (contactoraicesdelviento@gmail.com) y podremos guiarte y conversar.

Observaciones

- ✓ El taller tiene aproximadamente 6 horas diarias de **teoría y práctica**, completando aproximadamente 36 horas cronológicas del taller completo.
- ✓ El taller incluye Desayuno – Almuerzo – Cena y algunos snacks intermedios. Para la información completa de las condiciones del lugar, alojamiento, salud, higiene, seguridad, indicaciones de cómo llegar, entre otras, **favor leer la Guía del Visitante (click acá)**. Labores comunitarias generales serán responsabilidad de todas las personas que estén en el lugar, incluido en ello los miembros del grupo participante del taller. ¡Seremos un gran equipo habitando en Raíces!
- ✓ **Cupos máximos** por curso: 12 personas.
En caso de no cumplir con el mínimo de inscritos (5 personas) el curso se suspenderá y tu cuota de inscripción será devuelta en un 100% con previo aviso.
- ✓ Si te inscribes y por cualquier motivo debes **retractarte**, conoce los plazos y condiciones para poder recuperar tu pago escríbenos para conocer las políticas de devoluciones.



¹ Cuenta Rut Banco Estado | rut 16.369.041-1 | Juan Pablo Rosas | contactoraicesdelviento@gmail.com

El curso será re-confirmado 10 días antes de la fecha. En caso de cancelación, el dinero se te devolverá en un 100%.

Para cualquier duda escríbenos a contactoraicesdelviento@gmail.com