

NOVEDADES

Por favor, consultar siempre el nuevo formulario de pedido con la actualización de productos y precios.

Lo podes bajar de nuestra página:

<http://www.granomadre.com.ar/formulario.htm>

Fruta y verduras agroecológicas en el local de Martínez

Desde julio estamos ofreciendo frutas y verduras de estación, libres de agroquímicos. Recientemente incorporamos **jengibre fresco** y hierbas aromáticas (romero, albahaca, ciboulette, tomillo, orégano, etc.).

Próximamente

Cuadernillo y kit de de limpieza ecológica

Rehué y 8 estaciones están trabajando en el armado de una guía de limpieza del hogar libre de productos químicos.

Pronto estará disponible en los locales Granomadre.

Proyecto Mutuo

Sistema de intercambio local, que usa como medio de intercambio una moneda complementaria, llamada Mérito. El objetivo del sistema es ampliar las posibilidades económicas de la comunidad, uniendo las necesidades insatisfechas con los recursos subutilizados existentes.

Granomadre pertenece a este sistema de intercambio, pudiéndose efectuar compras en Méritos (moneda de intercambio utilizada).

Para más información, ver www.proyectomutuo.org o escribir a jgoglino@gmail.com

Cuaderno de sugerencias

Ya están disponibles los cuadernos donde podrán volcar sus comentarios, sugerencias, opiniones, reclamos y todo lo que crean conveniente para que podamos mejorar día a día nuestro servicio.

No más bolsas de plástico

A partir de **febrero**, Granomadre dejó de entregar bolsas de plástico.

Creemos que es importante que cada uno de nosotros contribuya a disminuir la contaminación que día a día generamos.

Realmente vemos que esta decisión es importante para todos: ustedes, nosotros y todos los niños y generaciones que continuarán nuestros caminos.

Sabiendo que para quienes están muy acostumbrados al uso de bolsas plásticas al hacer sus compras, esta medida puede chocarles, ofreceremos en nuestros locales bolsas de papel madera. Las mismas tendrán un costo de \$ 0,50 (nuestro costo). **No creemos que entregar**

bolsas de papel madera libremente sea la solución; puesto que implica un consumo innecesario de papel, por ende madera y árboles (amén de la contaminación que se genera al producir el papel).

Por esto **alentamos a que cada uno traiga su propia bolsa** y también ofrecemos distintas bolsas de compras, reutilizables.

En fin, estamos convencidos que la incorporación de las bolsas plásticas a nuestros hábitos fue una acción inconsciente y “confortable”, con consecuencias visibles. De la misma forma en que se ha incorporado ese hábito, podemos modificarlo, con grandes beneficios para todos.

Esperamos contar con vuestra comprensión y cooperación.

Bolsas de tela para hacer leches de semillas

Ya estás disponibles las bolsas de lienzo orgánico para elaborar las leches de semillas.

Unidad \$ 20.-

<http://www.granomadre.com.ar/recetas04.htm>

Retiros y charlas COSI

Clínica de Optimización del Sistema Inmunológico

nuevas fechas en:

www.novedadescosi.blogspot.com

www.cosiretiros.org

Para más información: cosi.retiros@gmail.com

alimento y conciencia

talleres de alimentación,

nuevos artículos y videos en:

www.alimentoyconciencia.blogspot.com

Artículos

Semillas con conciencia

Nota en la revista Urbano y Orgánico donde explicamos las diferencias entre orgánico y conciente:

<http://www.organicopers.net/boletin/verano10/granomadre.html>

¿Podemos confiar en los huevos que se comercializan en las dietéticas?

Ante las calidades muy mediocres que encontramos en los huevos que se venden como saludables, les contamos la forma en la que se producen los que ofrece Granomadre. También, algunos consejos para detectar huevos “supuestamente” mejores, pero que en el fondo son casi como los de criadero.

Para facilitar la disponibilidad de los productos Granomadre en distintas localidades de Buenos Aires, y también del interior del país, hemos incorporado nuevos

DISTRIBUIDORES:

CAPITAL Y GRAN BUENOS AIRES

LOCALIDAD	DISTRIBUIDOR	TELEFONO	MAIL
9 de Julio	Liz Spinacci	02317-427074 02317-15474461	lizspi@hotmail.com
Bella Vista	Fabiana Rivero	15-5736-0679	cfabianarivero27@hotmail.com
Don Torcuato	Laura Capula <i>Nutritiva mente</i>	4748-0265 15-5059-7330	lauracapula@gmail.com
El Palomar	Daniel Guenzi <i>Almacén Natural del Oeste</i>	15-4446-7878	danielguenzi@gmail.com almacenaturaldeloeste@hotmail.com.ar
Florida	Magalí Benchetrit <i>Verde Amanecer</i> Av. San Martín 1816	4791-3125 15-6047-7652	magalibenchetrit@hotmail.com
Garin Tortugas Norte	Marcela Ziadi <i>Box Orgánico</i>	15-5874-6068	info@boxorganico.com.ar
Junín	Valeria Bozzano <i>Azabache</i> 20 de septiembre nro. 92	02362-15418881	valebozzano@hotmail.com
La Plata	Amalia <i>La Kimicha Bioalmacén</i> Calle 25, esquina 496. Gonnet	0221-154287851	info@lakiwicha.com.ar
Luján	María Clara Batalla Ituzaingo 265	02323-434927	clara_batalla@yahoo.com.ar
San Miguel	Rosa Galuppo	15-5250-1342	rosigaluppo@hotmail.com

INTERIOR

Carmen de Patagones	Natalia Bosch Estrada <i>AKASHA</i> <i>Espacio Salud Natural</i>	02920 - 15448321	nataliaboschestrada@yahoo.com.ar
Gral. Roca	Carolina Fenton Fabiana Beron de Estrada	02941-15604066 02941-15638678	carolinafenton@montediner.com.ar fabiana_beron@yahoo.com.ar
La Pampa	Verónica Racca <i>El Atanor</i> Cardenal 1305 (colonia escalante) CP.6300 Santa Rosa - La Pampa	02954-410831 15523259	veronicaracca@yahoo.com.ar
Rosario	Ivana Castro <i>Almacén natural Kryon</i> Mendoza 2334. Rosario	03414240439	kryon2334@hotmail.com
Santa Cruz	Sharon Fenton	02966-15412125	sharon@montediner.com.ar

Nuevos elaborados Granomadre

- **Pan con harina de espelta orgánica.** Ahora nuestro Pan integral es elaborado con harina de trigo espelta orgánica. Así sumamos a la cualidad única de nuestros panes (**ver <http://granomadre.com.ar/elaboraciones-nuestropan.htm>**), esta variedad amasado con harina orgánica de espelta, un cereal ancestral, mejor aceptado por personas con alergias al trigo.

Unidad de 700 grs. aprox. \$ 15,75

- **Mezcla de shiitake, hierbas aromáticas y algas kelp.** Este preparado, elaborado en Granomadre, constituye **un condimento con alto valor nutricional** y sabor similar a los condimentos italianos. Al aporte de los hongos, se suman las propiedades terapéuticas de las hierbas y algas kelp (*Macrocystis pyrifera*), dando como resultado un alimento con alto contenido de mucílagos (fibras), vitaminas A, B, E y minerales como el hierro, potasio, calcio, yodo, zinc y magnesio. Las algas kelp protegen contra los efectos de las radiaciones, metales pesados y afecciones cardíacas. Contienen un componente denominado alginato de sodio que evita en un 90%, la absorción de estroncio radioactivo en el organismo.

Ingredientes: hongos shiitake (*Lentinus edodes*) molidos, algas kelp (*Macrocystis pyrifera*), orégano, romero, tomillo, albahaca, perejil, salvia, enebro.

Usos: adicionarlo a guisos, sopas, aderezos, salsas, etc.

Sugerencia: colocar en un recipiente 2 cdas. de la Mezcla de shiitake con 1 cda. de vinagre de manzana orgánico, 4 cdas. de aceite de oliva orgánico y sin refinar, 1 cda. de salmuera de sal rosada (o ¼ cta. sal rosada molida) y 2 cdas. de agua. Mezclar y dejar reposando unos 30 min. Luego utilizar para aderezar verduras, cereales, etc.

100 grs. \$ 19,50

- **Chocomadre.** Deliciosa chocolatada en polvo, elaborada con azúcar mascabo, cacao puro, vainilla y canela.

Sugerimos utilizar 3 cucharadas soperas por taza de leche y si bien puede utilizarse con cualquier leche, **recomendamos emplearla con leches de semillas**. Si todavía no hiciste una leche vegetal, podés ver la receta en: **www.granomadre.com.ar** – Recetas - Leches de semillas u “horchatas”.

La chocolatada puede mezclarse a mano, con lo cual la preparación quedará más grumosa, con cacao en la superficie. A algunas personas les gusta así, para sentir el sabor del cacao. Sino, pueden licuar la chocolatada con la leche y quedará bien homogénea e integrada.

200 grs. \$ 16.-

Ahora también en envase de 1 kg. \$ 67.-

- **Galletas saladas de avena orgánica.** Elaboradas con avena orgánica, aceite de oliva de primera prensión en frío, orgánico y sin refinar, castañas de cajú, semillas de girasol y chía molidas, harina de centeno orgánica y sal rosada. Sin trigo, ¡crocantes y exquisitas!

150 grs. \$ 12,50

Promoción Galletas

Durante el mes de **diciembre, 15% de descuento**

llevando 3 paquetes de nuestras galletas.

Galletas saladas de avena	3 PAQUETES \$ 37,50
	Precio durante diciembre \$ 32.-
Galletas de avena y algarroba	3 PAQUETES \$ 39,75
	Precio durante diciembre \$ 34.-

- **Barritas sin cocción.**

Esta nueva línea de barritas comparte la característica de estar **elaboradas en frío**, sin exposición al calor. **No poseen cereales, ni agregado de aceites o endulzantes** (azúcares, miel, etc.) y la mayoría de sus ingredientes son orgánicos o libres de agroquímicos.

TRES SABORES

MAYA: rescatando la sabiduría de los pueblos precolombinos.

Nueces libres de agroquímicos, pasas de uvas orgánicas, sésamo orgánico, espirulina, maca, polen libre de agroquímicos y extracto natural de vainilla.

DELHI: aromas de oriente.

Castañas de cajú, chía, manteca de cacao puro, pasas de uvas orgánicas, canela y jengibre.

QUITO: cacao con la fuerza de la cayena.

Nueces pecán libres de agroquímicos, pasas de uva orgánicas, chía, manteca de cacao puro y pimienta cayena.

Unidad de 41,5 grs. \$ 6,25

Ahora también por más de 20 u., \$ 5,75 c/u.

- **Budincitos dulces SIN trigo.** Otra alternativa dulce, para aquellas personas que no quieren consumir trigo. ¡Deliciosos!

Ingredientes: avena arrollada, sarraceno y harina de algarroba libre de agroquímicos, azúcar mascabo y manzanas orgánicas, huevos caseros, ghee y extracto natural de vainilla.

Bandeja de 6 u. \$ 18,25

- **Pizzetitas de harina de centeno orgánico.** Otro producto libre de trigo. Las presentamos en bolsitas con 6 pizzetas individuales.

Bolsa con 6 u. \$ 13,50

Kéfir de agua, listo para consumir

- **Kéfir.** Es un producto de reconocida reputación como fuente de salud. La palabra kéfir en turco, significa “bendición”. Constituye un alimento básico en la dieta de los pueblos del Cáucaso (Armenia, Georgia, Turquestán) y era utilizado por los antiguos sumerios. Los habitantes de los pueblos del Cáucaso viven más de 100 años, conservan buena salud y notable estado físico.

Presenta propiedades antivirales, antifúngicas, antibióticas y estimula el sistema inmunológico. Ha sido utilizado con éxito en enfermedades tales como cálculos renales, hipertrofia prostática, diabetes, artritis, reuma, infarto de miocardio, esclerosis múltiple, anemia, asma y bronquitis. En uso externo, por ser un poderoso antiséptico, se lo utiliza en acné, psoriasis, eccemas y alergias. Es preventivo y ha sido efectivo en la cura del virus del herpes.

Posee efectos aperitivos, estimula funciones orgánicas mejorando el estado de la piel y el cabello. Todas las propiedades terapéuticas asociadas al kéfir, se manifiestan cuando se lo ingiere en forma continuada.

Para leer el artículo completo ver: <http://www.granomadre.com.ar/otros-otros03.htm>

1. Sobre con nódulos secos, para iniciar 1 lt. de cultivo (con instrucciones para la preparación): \$ 18.-
2. Botella de 1 lt. de kéfir de agua listo para consumir: \$ 12.- (envase retornable).

Importante: el kéfir de agua lo hacemos por pedido.

NUEVOS PRODUCTOS

- **Arroz basmati.** Cereal básico en la dieta ayurvédica, de delicado aroma y exquisito sabor. Proviene de las laderas del Himalaya (India, Pakistán).

500 grs. \$ 12.-

- **Trigo espelta Campo Claro.** Incorporamos la **harina orgánica** de este grano ancestral (Triticum spelta). Este cereal tiene una antigüedad de por lo menos 7.000 años y es probable que haya sido uno de los primeros cereales en utilizarse, pudiendo ser además, el grano que dio origen al trigo actual. En textos de las antiguas civilizaciones China y Egipto se menciona al espelta.

Si bien estuvo a punto de desaparecer, debido a su escaso rendimiento productivo (el trigo actual es más fácil de segar y trillar), hace ya unos pocos años que ha sido “rescatado” por naturistas y vegetarianos.

Según los estudios el espelta ha sufrido pocas variaciones (hibridaciones) y modificaciones en el grano. Esto hace que sea mejor aceptado por personas con alergia al trigo.

Es a diferencia del trigo común, más resistente a las plagas y a los climas adversos como frío o calor excesivos. Con lo cual es considerado un cereal muy valorado en la agricultura ecológica.

Por ser de la misma familia que el trigo estamos hablando de un grano que contiene gluten y por lo tanto, no es apto para celíacos. En comparación con el trigo, el espelta posee un mayor nivel de proteínas, minerales, vitaminas y oligoelementos. Contiene los ocho aminoácidos esenciales y es rica en magnesio, hierro, fósforo, zinc, vitaminas B1, B2, E y ácido silícico.

Harina de espelta, 1 kg. \$ 11.-

Fideos “Nido” de espelta 500 grs. \$ 17,50

- **Sésamo negro.** Semilla rica en minerales (en especial calcio y hierro), proteínas y ácidos grasos insaturados (monoinsaturados y omega 6).

250 grs. \$ 9,75

- **Castañas de cajú libres de agroquímicos.** Proviene de Misiones, de cultivos ecológicos y **no están tostadas.**

100 grs. \$ 16.-

- **Aceite de Sacha Inchi “Agroindustrias Amazónicas”.** Este aceite, de origen peruano, es obtenido por primera prensión en frío de semillas de sacha inchi orgánicas (Plukenetia Volúbilis). Es una de las fuentes más importantes de ácidos grasos **omega 3** (48% de su contenido graso).

Usos: sugerimos utilizarlo en frío, como aderezo de ensaladas, pastas, cereales, etc. **No usarlos en cocciones ni exponerlo a altas temperaturas.**

Botella de 250 cc. \$ 80.- (producto importado)

- **Levadura nutricional “Sauvage”.** Suplemento nutricional con alto contenido en minerales, vitaminas de complejo B y proteínas. No posee aditivos (ni saborizantes) y es secada por debajo de 50°C para preservar sus nutrientes.

150 grs. \$ 22.-

- **Yerba mate, té verde y mate cocido orgánicos “Kraus”.**

Yerba mate orgánica x 500 grs. \$ 9,75

Mate cocido en saquitos (caja con 25 u.) \$ 6.-

Té verde en saquitos (caja con 25 u.) \$ 7,50

Té verde en hebras (caja con 25 u.) \$ 7,50

Té verde con cedrón en saquitos (caja con 25 u.) \$ 9,75

Té verde con menta en saquitos (caja con 25 u.) \$ 9,75

- **Agua Palau.** Proviene de Rosario de la frontera, provincia de Salta. Se extrae de un yacimiento de 2.700 mts. de profundidad, no sujeto a la influencia de aguas superficiales como lluvias, arroyos o ríos que la impurifiquen. Es un agua hipertermal que surge a más de 72°C

Botella de vidrio de 500 c. 5,80 + (\$ 1,20 envase retornable)

Bidón de 5 lts. \$ 19,50

• **Aceite de Krill “Nature’s Way”.** El krill es un pequeño crustáceo, parecido al camarón pero de solo 1 a 5 cms. de largo, que habita en las aguas frías del antártico. Allí se encuentra en grandes masas o bancos siendo el alimento preferido de las ballenas y focas.

A principios de los años 90 se descubrió que el aceite de krill tiene un alto contenido de **ácidos grasos omega 3 de cadena larga (EPA y DHA) y antioxidantes**. A diferencia de los que sucede con el aceite de pescado (también rico en DHA y EPA pero en forma de triglicéridos), en el caso del aceite de krill los omega 3 tienen mayor biodisponibilidad ya que están presentes en forma de fosfolípidos que transportan los ácidos grasos directamente a las células del cuerpo. Todas las membranas activas de nuestras células están formadas de fosfolípidos, de ahí su importancia.

El krill es rico en astaxantinas, un antioxidante más activo que la vitamina A, la vitamina E, la luteína, la coenzima Q10 y el licopeno. El **poder antioxidante del aceite de krill es 48 veces mayor que el del aceite de pescado y 300 veces mayor que la vitamina E y A**. Por otra parte, el aceite de pescado no solo tiene menor contenido de antioxidantes, sino que se deben ingerir antioxidantes adicionales para evitar la rancidez u oxidación de los ácidos grasos en nuestro organismo.

El consumo de ácidos grasos omega 3 de cadena larga, docosahexaenoico (DHA) y eicosapentanoico (EPA) puede ayudar en una gran cantidad de situaciones:

- Equilibran el colesterol y los triglicéridos, reduce el riesgo de infarto, la presión arterial y problemas cardiovasculares.
- Reducen el dolor en la artritis.
- Mejoran los cuadros de inflamación como colitis ulcerosa, inflamación intestinal, asma, afecciones pulmonares y enfermedad de Crohn.
- Mejoran la concentración, la irrigación cerebral y la memoria. Útil en problemas de aprendizaje, depresiones, demencia, irritabilidad y Alzheimer.
- Contrarrestan los efectos del envejecimiento.
- Promueven una función y desarrollo óptimos del cerebro y del sistema nervioso (de especial importancia durante el desarrollo del bebé).
- Protegen de las membranas celulares.
- Ayudan a la función hepática.
- Reducen las menstruaciones dolorosas y los síntomas del síndrome premenstrual.
- Optimizan el sistema inmune.

Presentación: envase de 500 mg de aceite de krill (en cápsulas – 60 unidades). No contiene solventes, azúcares, almidón, colores artificiales, sabores o conservantes

Uso: 1 o 2 cápsulas por día, con el desayuno y/o almuerzo. No deja sabor a pescado, reflujo u otros efectos secundarios.

Conservación: puede durar 2 años fuera del refrigerador y 4 años adentro del mismo.

Envase de 500 mg (60 cápsulas) \$ 265.- (producto importado)

• **Suplemento vitamina B activa “Max Stress B”.** Este suplemento, del complejo de vitaminas B activas, es elaborado por el Laboratorio Quantum Nutrition (www.healthline.cc). Incluye las importantes vitaminas B5, B6, B9 (ácido fólico) y B12. Es líquido, obtenido a partir de cultivos de probióticos. No es sintético y no posee aditivos.

El complejo de vitaminas B mejora el funcionamiento hepático, el estado de ánimo, el funcionamiento de las glándulas adrenales y del sistema inmunológico.

Uso: 1/2 cucharadita de té, disuelta en agua o jugo, 2 veces por día.

Envase de 59 cc. \$ 272.- (producto importado)
(23 porciones por envase)

• **Suplemento vitamina D “D3 Gold”.** Este suplemento, de vitamina D3 activa, es elaborado por el Laboratorio Quantum Nutrition (www.healthline.cc).

La vitamina D3 mejora la absorción del calcio, el funcionamiento cardiovascular y del sistema inmunológico.

Ingredientes: aceite de oliva extra virgen, D-alfa tocoferol.

Uso: 1 gota con las comidas.

Envase de 15 cc. \$ 127.- (producto importado)
(166 gotas por envase)

• **Harina de quínoa, libre de agroquímicos.** Incorporamos la harina de esta semilla, rica en aminoácidos y minerales, ideal para enriquecer cualquier masa (pan, galletas, budines, etc.). Recordamos que la quínoa no tiene gluten, por ende no leuda sola. Por esta razón, se la suele usar mezclada con harina de trigo o de centeno. Por ejemplo: un 20 – 30 % de harina de quínoa y un 70 – 80 % de harina de trigo.

- **Probióticos “Ultra probiotic formula”.** Esta combinación de 7 microorganismos (Bifidobacterium bifidus, DDS-1 acidophilus, Lactobacillus bulgaricus, Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus casei, Streptococcus faecium, Bacillus subtilus), es la que el Dr. Gabriel Cousens utilizó en el seminario de Alimentación viva, en su visita a la Argentina.

Estos Probióticos permiten fermentar semillas y vegetales, lográndose quesos y fermentos como el chucrut.

Para realizar un queso, se utiliza ¼ de cta. de la fórmula, por cada 3 tazas de semillas activadas. Luego de unas 8 a 12 hs. de fermentación, obtenemos un queso cremoso o si lo deseamos, podemos escurrir el suero, y dejar macerar la pasta para obtener un queso duro. Para más información, sugerimos ver el Taller “Alimentos vivos II” (ver programa en el Blog: www.alimentoyconciencia.blogspot.com).

Envase de 50 grs. \$ 290 (producto importado)

- **Chlorella “Source naturals” orgánica.** Es un alga unicelular de agua dulce, rica en proteínas (60% de su peso), con presencia de los ocho aminoácidos esenciales (bajo contenido en metionina). La Chlorella contiene más clorofila por gramo que cualquier otra planta terrestre o acuática (3 o 4 veces más que la Espirulina). Además es rica en vitamina C, betacaroteno (provitamina A), vitaminas B1, B2, B6, B12, niacina, ácido pantoténico, ácido fólico, biotina, colina, inositol, vitaminas E y K. Su composición mineral incluye fósforo, potasio, magnesio, azufre, hierro, calcio, manganeso, cobre, zinc, yodo y cobalto. También es una fuente de ácido lipoico, factor importante para el crecimiento microbiano.

La Chlorella ejerce un efecto altamente importante sobre los intestinos: mejora la función intestinal, estimula el crecimiento de bacterias aeróbicas benéficas y promueve el peristaltismo.

Contiene el C.G.F (Factor de Crecimiento de la Chlorella), que promueve de forma natural el crecimiento en niños y compensa los efectos del envejecimiento en adultos.

Posee propiedades desintoxicantes. Neutraliza y elimina sustancias tóxicas como el mercurio, dioxinas, BPC (bifenil policlorado), cadmio, uranio, plomo, pesticidas y herbicidas. El efecto desintoxicante de esta alga se debe tanto a su contenido clorofílico como a la estructura de su membrana celular.

La Chlorella fortalece el sistema inmunológico, protege contra contaminantes tóxicos, estimula el crecimiento y la reparación de los tejidos, aumenta la producción de glóbulos rojos, retarda el proceso de envejecimiento y protege contra los efectos de la radiación.

Uso: se sugiere el consumo de al menos 2 grs. diarios (1/3 cta. de té), disuelta en jugos, licuados, sopas, etc.

Envase de 85 grs. \$ 124.- (producto importado)

- **Algas verde-azuladas Klamath** (Aphanizomenon Flos-Aquae). Son algas silvestres de agua dulce que crecen en abundancia natural, en las aguas puras del Lago superior Klamath, al sur de Oregón, Estados Unidos. A 1.200 metros de altura, la calidad del aire dentro de la cuenca Klamath es extremadamente limpia, sin la polución de ciudades, autopistas y contaminantes industriales. Cada año, la lluvia y la nieve que caen sobre los miles de kilómetros cuadrados de las cascadas del Lago, arrojan millones de toneladas de tierra muy rica en minerales. Este ecosistema único de agua pura rica en minerales y luz solar muy intensa, convierten al Lago superior Klamath en el entorno de crecimiento perfecto para las algas.

El descubrimiento de esta antigua especie de microalgas verde-azuladas (Aphanizomenon Flos-Aquae), ha aportado un **nuevo súper alimento** con el **mayor contenido en clorofila**. Por citar un ejemplo, 10 grs. de algas Espirulina (un alimento con alto contenido en clorofila), contienen 120 mg. clorofila. La misma cantidad de algas Klamath contienen 300 mg.

Estas algas tienen la particularidad de metabolizar el nitrógeno molecular directamente del aire. Este esquema de crecimiento permite la biosíntesis de cuatro grupos de péptidos de bajo peso molecular: Alfa, Beta, Gamma y Epsilon. Estos péptidos son los precursores de los neurotransmisores, que son utilizados por diferentes regiones del cerebro y del cuerpo para iniciar la secreción de otras sustancias (como las hormonas) que influyen en las funciones metabólicas. De alguna forma, los neurotransmisores son alimentos cerebrales y las algas Klamath estimulan su producción. De aquí que estas algas sean **ampliamente utilizadas en problemas del sistema nervioso (depresión)**.

Solo las proteínas de bajo peso molecular como las de las algas Klamath son lo bastante pequeñas para atravesar la barrera sangre/cerebro y realmente alimentar el cerebro. Por otra parte, las Klamath contienen 60% de proteínas con todos los aminoácidos esenciales y en un perfil prácticamente idéntico al que necesita el cuerpo humano.

Estas algas verde-azuladas, tienen una pared celular blanda que el cuerpo digiere con facilidad. Esto permite la rápida absorción de nutrientes vitales con una asimilación del 95%. A su vez, son ricas en enzimas, vitaminas del complejo B, beta-caroteno (precursor a la vitamina A), calcio, hierro, magnesio, fósforo y oligoelementos (zinc, manganeso, cobre, etc.).

El color azulado se debe a la presencia del antioxidante ficocianina. El mismo **ayuda en el funcionamiento hepático, en la formación de los neurotransmisores, es antiinflamatorio, inhibe e desarrollo tumoral y protege contra los radicales libres.**

Otro elemento destacado, es el aporte de ácidos grasos: palmítico, linolénico, linoleico, palmitoleico y oleico. **Las Klamath son uno de los pocos alimentos vegetales ricos en el ácido graso docosahexaenoico (DHA), un ácido de la familia omega 3 de cadena larga.**

El tratamiento de las algas, resulta tan importante como el producto en sí. Las algas Klamath deben ser secadas por congelación, nunca mediante calor, para retener intactos y biológicamente activos todos sus nutrientes.

Uso: se sugiere el consumo de al menos 1 gr. diario (1/4 cta. de té), disuelta en jugos, licuados, sopas, etc.

Klamath envase de vidrio, de 80 grs. \$ 239.- (producto importado)

- **Goji Heaven Mountain “Dragon Herbs”.** Las bayas de Goji (*Lycium barbarum*), también conocidas como cerezas Goji, crecen de manera natural en las montañas del Tíbet, en pleno corazón de la cordillera Himalaya y en diversas provincias de China.

Las **Goji Heaven Mountain (“Dragon Herbs”)** que ofrecemos en Granomadre, provienen del norte de China, de la región de Xin Jiang. Son cultivadas en esta región montañosa, donde reciben el agua de deshielo, libre de contaminación. El secado es al sol, totalmente natural, sin el agregado de ninguna sustancia química.

La literatura sobre medicina tradicional china, informa que estas bayas se consumen desde hace cientos de años y les atribuye **propiedades energizantes, regenerativas y de longevidad.** Entre los diversos componentes identificados se destaca un complejo polisacárido-proteína (LBP), al que se deberían sus beneficiosas propiedades, en especial su cualidad antioxidante y estimulante del sistema inmunológico.

Las Goji contienen todos los aminoácidos esenciales, son ricas en zinc, hierro, calcio, cobre, selenio, germanio, fósforo, vitaminas B1, B2, B6 y E. Tal vez sea el fruto rojo contenido en antioxidantes (2 a 4 veces más que la cantidad contenida en los arándanos), entre los que se destacan los betacarotenos, zeaxantina, betaina y luteína.

Uso: para aprovechar las propiedades antioxidantes, se sugieren unos 15 a 45 grs. diarios. Al igual que cualquier otra fruta pasa, es conveniente hidratarla previamente con poco agua.

Las **Goji Heaven Mountain**, no están secas al punto de quedar duras, sino que conservan cierta humedad que les transfiere mayor sabor y pueden ser consumidas a modo de golosina.

Pueden utilizarse en desayuno, meriendas, licuados (combinadas con cacao puro, polen, espirulina, etc.), granolas, etc.

“Dragon Herbs”, bolsa de 227 grs. \$ 127.- (producto importado)

Otra variedad: “Navitas”, bolsa de 454 grs. \$ 183.- (producto importado)

- **Aceite de coco (prensado en frío y orgánico) “Now Foods”.** Este aceite es obtenido por primera prensión en frío y sin refinar de cocos orgánicos (cocos nucifera). Si bien durante muchos años el coco (y su aceite) gozaron de mala prensa por tener grasas saturadas, hoy se sabe que esos ácidos grasos saturados son de cadena media, no aumentan el colesterol y contrariamente a lo que se pensaba, tienen propiedades nutricionales y medicinales muy importantes para el organismo. Los ácidos grasos de cadena media no necesitan de enzimas pancreáticas ni de la bilis para digerirse. Pasan directamente al hígado, donde se transforman rápidamente en energía. Es por esto que **se sugiere el aceite de coco a las personas que no tienen vesícula o que tienen problemas digestivos y hepáticos.**

Gracias a sus **ácidos grasos de cadena media, es un aceite muy estable y soporta bien las cocciones** (mejor aún que el aceite de oliva).

Tiene **propiedades bactericidas, funguicidas y desintoxicantes del organismo.** Es probable que esto se deba a la presencia del ácido láurico (hasta un 56% del contenido graso del aceite), ácido graso presente también en la leche materna.

El aceite de coco (prensado en frío, sin refinar y orgánico) se está utilizando con éxito en problemas de sobrepeso, enfermedades cardiovasculares y hepáticas, hipotiroidismo y SIDA.

Uso: aderezos, rehogado de alimentos, repostería, licuados, etc.

Conservar en un ambiente fresco y al reparo de la luz. A temperatura ambiente inferior a 26°C solidifica. En ese caso, se lo puede utilizar untándolo como una manteca o crema.

Frascos de 355 cc. \$ 118,50.- (producto importado)

- **Hongos shiitake.** Estos hongos (*Lentinus edodes*), originarios del este de Asia, contienen de un 15 a 30 % de proteínas, con la presencia de todos los aminoácidos esenciales. Además aportan fibras (el doble que los champiñones), vitaminas del grupo B y minerales como el hierro, zinc y magnesio.

Son hongos apreciados por su **capacidad de estimular el sistema inmunológico**, siendo de ayuda en problemas víricos y bacterianos (herpes, gripes, resfríos). También se los emplea en tratamientos de cáncer, ya que además de estimular el sistema inmunológico, tienen **efecto antioxidante**, por la presencia de lentinan,

betaglucano, la enzima superóxido dismutasa, selenio, vitaminas A y E. En problemas cardiovasculares ayudan a controlar la presión, reducir el colesterol y disminuir la viscosidad de la sangre. Contienen ergosterol, nutriente que cuando estamos en contacto con la luz solar, se convierte en vitamina D, contribuyendo en la asimilación del calcio y fósforo.

50 grs. \$ 12,50

- **NUEVA variedad de frutas deshidratadas libres de químicos.** Incorporamos **duraznos, peras, damascos y ciruelas**; cultivadas sin agroquímicos y secadas naturalmente, a la luz del sol.

Las frutas desecadas convencionales (las que se venden en casi todos los comercios), se encuentran cargadas de sustancias muy tóxicas como dióxido de azufre, sulfato de cobre, sulfuro de carbono, óxido de etileno, ácido cianhídrico y otros productos; a fin de tiernizarlas y preservarlas de insectos, mohos, etc. También se las sumerge en soda cáustica para agrietarlas y se utiliza glicerina y vaselina, para abrillantarlas o blanquearlas.

En Granomadre sólo comercializamos frutas desecadas naturalmente, sin todos estos tóxicos, por ello es que la disponibilidad varía a lo largo del año.

Ciruelas Stanley 250 grs. \$ 7.-

Ciruelas Presidente (más grandes) 250 grs. \$ 8,25

Damascos 250 grs. \$ 15,50

Duraznos 250 grs. \$ 14,50

Higos 250 grs. \$ 13,50

Peras 250 grs. \$ 13,50

- **Vinos orgánicos.** Incorporamos diferentes variedades de vinos, todos elaborados con uvas orgánicas certificadas, en Mendoza, cerca de la Reserva de la Biosfera de Ñacuñán.

“Vinecol” **malbec** **750 cc. \$ 28,50**

“Vinecol” **cabernet rosé (rosado)** **750 cc. \$ 28,50**

“Vinecol” **cabernet reserva (6 meses de roble)** **750 cc. \$ 52.-**

“Santa Irene” **malbec** **750 cc. \$ 24,50**

“Médanos” **cabernet sauvignon** **750 cc. \$ 35,50**

“Médanos” vino espumante extra brut (**champagne**) **750 cc. \$ 45.-**

Vino orgánico, **libre de sulfitos**

“Kaina” **malbec** **750 cc. \$ 33,50**

- **Bayas de enebro.** Estas bayas seleccionadas, son ideales para adicionar a la preparación del chucrut y vegetales fermentados.

50 grs. \$ 7,75

- **Aceite de jojoba orgánico “Dessert Essence”.** La jojoba es un producto natural que se extrae de las semillas de la planta que lleva su nombre, un arbusto originario del desierto de Sonora, al norte de México. Durante cientos de años, fue reconocida y utilizada por los Aztecas quienes le atribuyeron propiedades mágicas.

El aceite de Jojoba, es más bien una especie de cera que a temperatura ambiente es líquida. En su compleja composición hay un 96% de ceramida, lo que hace que resulte extremadamente estable al calor y a la oxidación, conservándose perfectamente con el paso del tiempo y manteniendo íntegras sus propiedades.

Las ceramidas son sustancias que recubren las células de la epidermis regulando su hidratación. Las ceramidas del aceite de jojoba son muy similares a las de la piel, ejercen una profunda hidratación y reestructurando el equilibrio graso de la piel.

La jojoba también posee ácido linoleico y vitamina E, antioxidante que neutraliza los radicales libres de la piel, responsables del envejecimiento prematuro.

El aceite de jojoba tiene la capacidad de disolver el sebum, una especie de cera que se deposita en los folículos pilosos y que es causante de la caspa y la seborrea del cabello, pelo partido, pelo excesivamente seco o graso, frente aceitosa, picazón y finalmente la pérdida de cabello. En ese sentido, el aceite de jojoba penetra y disuelve

los depósitos siendo importante para la regulación de la secreción sebácea excesiva de la piel y del cabello, estimulando así el crecimiento rico y abundante del cabello.

La jojoba humecta de la piel, regula el paso de agua del interior hacia el exterior y viceversa, ayudando a prevenir las arrugas, otorgando tersura y juventud a su piel. Actúa como tratamiento cosmético efectivo y natural contra las espinillas, barros, puntos negros, seborrea, irritaciones, sarpullidos y otras afecciones de la piel.

Usos:

Hidratante facial: se aplica por las noches. Primero limpiar el cutis y luego aplicar el aceite de jojoba.

Pieles grasas: su uso en personas con pieles grasas y problemas de espinillas ayuda a emulsionar el sebum y eliminarlo. En los tratamientos contra el acné es preferible añadirle unas gotas de aceite esencial de tea tree o tomillo.

Piel seca: la jojoba deja la piel suave, humedecida y con su brillo natural.

Embarazo: el uso del aceite de jojoba aumenta la elasticidad de la piel y previene la flacidez y las estrías tan comunes durante la gestación.

Baños de inmersión: añadir al agua de la bañera dos cucharadas de aceite de jojoba ayuda a amortiguar los efectos de desecación del agua de red.

Cabello quebradizo: untarse todo el cabello con aceite de jojoba y cubrirse con una toalla caliente durante 20 minutos. Lavarse el cabello a continuación con un buen shampoo.

También puede añadirse unas 7 gotas de aceite al shampoo y dejarlo actuar en el cuero cabelludo durante 3 minutos antes de enjuagar.

Loción para después de afeitarse: agua y aceite de jojoba a partes iguales. Aplicar sobre la cara. Elimina el enrojecimiento y deja la piel suave.

Desmaquillante: poner en un algodón unas gotas de aceite de jojoba. Elimina los restos de suciedad y nutre la piel.

Aceites de masajes: puede usarse como aceite vehicular.

Botella de 120 cc. \$ 108.-

• **Aceites esenciales “DÁlitane”.** Estos aceites esenciales puros (no son macerados o mezclas) son ideales para aromaterapia, masajes y otros usos terapéuticos.

Variedades:

Eucaliptus (Eucalyptus Globules Leaf Oil): ayuda a descongestionar las vías respiratorias. Antiséptico, analgésico, antiviral y refrescante. Permite fluir las situaciones con serenidad y confianza. Transmite seguridad.

10 cc. \$ 45,50

Lavanda (Lavandula Angustifolia Oil): es antidepresivo, antiséptico y relajante. Armoniza y equilibra emocionalmente. Ayuda a las prácticas espirituales.

10 cc. \$ 62.-

Limón (Citrus Lemmon Leaf Oil): es antiséptico, refrescante, tónico del sistema nervioso y circulatorio. Estimulante mental, ayuda a equilibrar entre lo espiritual y material.

10 cc. \$ 46,50

Menta (Mentha Piperita Oil): es calmante, antiespasmódico y analgésico. Ayuda en indigestiones y cólicos. Descongestiona y ayuda a aliviar el dolor de cabeza. Mejora el estado de atención.

10 cc. \$ 48.-

Romero (Rosemarinus Officinalis Leaf Oil): vigorizante, estimulante, fungicida y antibacteriano. Estimula la piel, mejorando la circulación. Reduce la congestión, ayuda a prevenir infecciones y en la alopecia.

10 cc. \$ 44,50

Tomillo (Thymus Vulgaris): estimulante, hipotensor y digestivo. Mejora afecciones respiratorias y resfríos.

10 cc. \$ 53.-

Usos:

Masajes: colocar unas pocas gotas en un aceite vehicular.

Baños de inmersión: agregar 5 o 6 gotas de aceite esencial en una bañera. Puede diluirse previamente en sal o jabón, para integrarlos mejor al agua.

Anforitas o vasijas: la porosidad del material de estas piezas permite que el aceite penetre y transmita el aroma natural. Agregar unas 5 o 6 gotas

Vaporizador común con agua: se agrega 1 gota de aceite esencial cada 10 cm³ de agua.

Precauciones: solo para uso externo.

En embarazo, previo al empleo, consultar a un aromaterapeuta profesional.

Mantener los aceites en lugar fresco, oscuro y fuera del alcance de los niños.

Kits DÁlitane

Estimulante: caja con un aceite vehicular de jojoba (15 cc.) + 4 aceites esenciales de 5 cc. c/u. (bergamota, menta, pomelo y romero).

Unidad \$ 114.-

Relax: caja con un aceite vehicular de jojoba (15 cc.) + 4 aceites esenciales de 5 cc. c/u. (geranio, lavanda, manzanilla y melisa).

Unidad \$ 119.-

- **Aceite esencial de Tea tree.** El aceite del árbol del té, se obtiene de la destilación en alambique de las hojas del árbol Melaleuca Alternifolia. Originario de Australia, los aborígenes de este país la han utilizado por sus numerosas propiedades desde hace cientos de años. El aceite esencial posee un **efecto antiséptico triple**, actúa contra las bacterias, hongos y virus. **Es además, bactericida, fungicida, antivírico, cicatrizante, antiinflamatorio, desodorante, expectorante y balsámico.**

Aplicaciones: los aceites esenciales tienen un gran poder de penetración en la piel, llegando incluso al torrente sanguíneo. Todos los productos cosméticos que contengan aceite esencial de tea tree, de una u otra forma tendrán propiedades regeneradoras de la piel, antisépticas y antibacterianas. Podemos enriquecer una crema con unas gotas de aceite esencial, a modo de 4 gotas por cada cucharadita de crema que utilicemos.

Por sus propiedades, el tea tree es utilizado en tratamiento de acné. Para este caso es muy importante la limpieza diaria de la piel con un **jabón realmente natural** (sugerimos utilizar el jabón Rehue de menta y aloe, o el de naranja). Luego de limpiar la cara con el jabón, podemos añadir cuatro gotas de aceite esencial en un recipiente con un poquito de agua pura. Mezclar y/o agitar bien, impregnar un algodón y lavar bien el rostro. Repetir 2 o 3 veces por día.

También es útil en caso de **verrugas**. En este caso, el tea tree se potencia combinado con la esencia de limón (Citrus limonum). Aplicar por la noche una gota de cada uno de estos aceites esenciales directamente sobre la verruga y taparlo con una gasa. Por la mañana tirar la gasa y dejar secar. Cada noche repetir esta operación. El proceso hasta que desaparece la verruga, lleva de 3 a 4 semanas.

En cuanto al **cabello**, el tea tree ayuda a **regular la actividad de las glándulas sebáceas**, con lo que nos servirá tanto para cabellos grasos como secos. Podemos adquirir un shampoo que contenga aceite esencial del árbol del Té (Rehue, ver shampoo tea tree y romero) o utilizar un método muy sencillo que es añadir unas cuatro gotas de aceite esencial puro sobre la dosis de shampoo que nos ponemos en la mano para lavarnos el pelo. De la misma forma, puede emplearse en caso de liendres y piojos.

En el caso de **hongos** (micosis), se puede poner directamente unas pocas gotas del aceite esencial del árbol del té en la zona afectada. En pie de atleta u hongos en los pies, colocar los dedos o pies en agua caliente durante unos minutos. Luego secar los pies y limpiarlos con un algodón impregnado de aceite esencial del árbol del té puro. Repetir esta operación varias veces al día.

En **Aromaterapia**, es sabido que el aceite esencial del árbol del té estimula el sistema inmunitario y crea resistencia ambiental contra microorganismos. Para esto, aplicar unas gotitas en un hornillo para perfumar el ambiente. También puede agregarse a productos de limpieza hogareños caseros, como ser mezclas de vinagre y agua.

Contraindicaciones: no se le conoce ningún tipo de toxicidad, ni efectos secundarios y no irrita la piel. Como con cualquier otro aceite esencial, evitar su contacto con los ojos. En caso de que esto sucediera, lavar con abundante agua y jabón.

Aceite esencial de tea tree “Desert Essence”

60 cc. \$ 151.- (producto importado)

- **Incienso “Espíritus del Ande”.** Espíritus del Ande busca rescatar la consciencia ecológica del uso y manejo racional de los recursos naturales. Para ello ofrece sus productos elaborados en base a dichos recursos; utilizando la sabiduría y el conocimiento heredado por nuestros antepasados de origen Quechua e Inca. **Dos variedades:**

Rojo (palo santo, wiracoa y mirra) **caja con 6 u. \$ 33.-**

Azul (palo santo, wiracoa y copal) **caja con 6 u. \$ 33.-**

Azul (palo santo, wiracoa y copal)

Palo Santo: árbol de tronco aceitoso, que crece en el Perú. Fue utilizado por las culturas pre-hispánicas, en rituales de armonización con los elementos naturales. Su uso se extiende hasta el presente. Se le considera un árbol con dotes medicinales. Es utilizado en forma cotidiana por los pobladores en sus actividades espirituales; vinculada a las labores de trabajo, para atraer la suerte, limpiando el ambiente, atrayendo el cambio y mejorando el estado de ánimo.

Wiracoa: planta de origen andino, crece en zonas de altura a más de 3.800 mts. Es una planta aceitosa que se utiliza como incienso e inhalador para problemas bronquiales. Por su fuerte aroma, se sahuma en los espacios, para aligerar y limpiar la energía del ambiente. Utilizada para conservar la presencia del fuego.

Copal: es una resina que se extrae por exudación de las plantas de copal. Su origen es americano y fue muy utilizada como incienso por los andinos de la antigüedad durante los rituales que se celebraban en los santuarios. Es una de las resinas más utilizadas actualmente en Sudamérica. Muy apreciada en los trabajos de magia.

Usos: Protección - Fortalece la meditación - Clarifica el espacio

Rojo (palo santo, wiracoa y mirra):

A las propiedades del **palo santo** y de la **wiracoa**, se suman las de la mirra:

Mirra: es una gomoresina aromática compuesta por goma, resina y el aceite esencial mirrol, que es quien aporta el aroma característico. Se utiliza mucho para la elaboración de inciensos, perfumes y ungüentos. Además de sus usos mágicos, se emplea como estimulante, tónico y antiséptico bucal.

Usos: Favorece la meditación - Clarifica el espacio

• **Protectores diarios “Recibe tu luna”.** A la línea de las toallitas de tela, sumamos este nuevo producto. Se trata de un paquetito con 3 protectores diarios. Para más información, ver: <http://recibetuluna.blogspot.com/>

Kit con 3 protectores \$ 64.-

• **Arcilla serrana.** Es un antiquísimo, versátil y eficiente recurso terapéutico, tanto para ingesta como para aplicaciones terapéuticas (emplastos) o cosméticas. En caso de **desparasitación**, se toma 1 cucharadita (tamaño café) disuelta en medio vaso con agua, en ayunas, durante 14 días. Luego se descansa una semana y se vuelve a repetir 7 días más. Como **la arcilla contiene sodio**, se recomienda en personas hipertensas, con sangre espesa o bien quienes hayan tenido un infarto; consultar con su médico la cantidad que pueden ingerir. En el caso de las mujeres que tienen la menstruación deben dejar de ingerirla o de hacerse emplastos en el bajo vientre durante esos días. Luego continuar normalmente.

Para más información ver monografía en www.prama.com.ar – Sugerencias Saludables – Arcilla: usos y aplicaciones.

1 kg. \$ 31,25

• **Pañal de recién nacido.** A la línea de pañales de tela “8 estaciones”, sumamos el pañal para recién nacido, nuevos absorbentes y un nuevo diseño en el cobertor unitalla. En la página (www.8estaciones.com.ar) podrán ver más información, fotos, formas de uso y preguntas frecuentes.

8 estaciones pañales de tela

- sistema de 2 piezas,
- se lavan en lavarropas y se cuelgan al sol,
- no necesitan alfileres de gancho ni chiripá,
- se ajustan con broches a presión,
- atractivos y fáciles de usar,
- cuidan su bolsillo, a su bebé y al planeta.

**Cobertor
nuevo diseño !!**

\$ 60.-

Talle único, se ajusta mediante un sistema de elásticos al tamaño del bebé. Fabricado con tela impermeable al exterior y tela interior de algodón para que la piel del bebé sólo esté en contacto con fibras naturales. Broches a presión para evitar las irritaciones del velero. Abertura a modo de bolsillo para colocar el absorbente, si lo desea.

NUEVO DISEÑO !!

Diferentes modificaciones hacen del cobertor talle único ahora un mejor pañal: tela interior de **algodón orgánico**, elástico más ancho para un mejor ajuste, diseño más anatómico para un calce más ajustado, un nuevo bolsillo interno, y próximamente alas de telas estampadas!

Cobertor de recién nacido	\$ 32.-	Ideales para ser usados desde el nacimiento hasta que el bebé alcanza los 6 kilos aproximadamente.
Absorbente plano simple	\$ 11.-	Tela de algodón de 70 x 70 cm. que se pliega para colocarse dentro del cobertor. Puede o no utilizarse dentro del bolsillo correspondiente. Secado muy rápido.
Absorbente plano doble	\$ 17.-	Similar al absorbente plano simple pero con doble tela. Mayor absorción.
Absorbente de franela mini	\$ 8.-	Un rectángulo de 10 x 30 para usar solo en bebés pequeños, de a varios en bebés más grandes, o como absorción extra para salidas o para la noche.
Absorbente de franela chico	\$ 15,50	Telas de 30 x 30 cms. Se dobla en 3 partes. Está formado por 4 capas de tela de algodón, por fuera franela súper suave, por dentro un tejido de algodón que retiene mucho líquido. Secado más lento.
Absorbente de franela grande	\$ 22,50	Tela de 40 x 40 cms. Se dobla en 3 partes. Está formado por 4 capas de tela de algodón, por fuera franela súper suave, por dentro un tejido de algodón que retiene mucho líquido. El tamaño grande es especialmente indicado para niños más grandes o para agregar a la noche. Secado más lento.
Manguitas de polar	\$5	Dos capas de tela polar cosidas a lo largo. El absorbente se coloca dentro y todo esto sobre el cobertor. Ayuda a la impermeabilidad, mantiene seca la cola del bebé, evita manchas, previene filtraciones.
Bolsa de papel recién nacido	\$ 85.-	Un paquete de prueba. Incluye 2 cobertores recién nacido, 1 abs de franela mini y 1 abs plano simple y 2 alfileres de gancho.
Bolsa de papel talle único	\$ 150.-	Un paquete de prueba. Incluye 2 cobertores unitalla, 1 abs franela mini, 1 abs franela chico, 1 abs plano simple y 2 alfileres de gancho.
Bolsa de tela recién nacido	\$ 511.-	La cantidad justa de pañales para un uso parcial. En caso de querer utilizar pañales de tela de forma exclusiva se recomienda adquirir 2 de estas bolsas. Incluye 4 cobertores unitalla, 4 cobertores recién nacido, 3 abs planos simples, 3 abs de franela mini, 2 abs de franela chicos, 2 abs planos dobles, 4 alfileres de gancho con seguro, 2 manguitas de polar, 2 docenas de toallitas limpiadoras 1 una bolsa impermeable.

Bolsa de tela
talle único

\$ 511.-

La cantidad justa de pañales para un uso parcial.
En caso de querer utilizar pañales de tela de forma exclusiva se recomienda adquirir 2 de estas bolsas.
Incluye 6 cobertores unitalla, 2 abs planos dobles, 3 abs de franela chicos, 2 abs de franela grandes, 3 abs de franela mini, 4 alfileres de gancho con seguro, 2 manguitas de polar, 2 docenas de toallitas limpiadoras 1 una bolsa impermeable.

Para más información visitar www.8estaciones.com.ar

• **Agua oxigenada 10 vol (PH al 3%), uso alimentario.** La medicina, en sus niveles más holísticos, ha comenzado a advertir la necesidad de mejorar la oxigenación interna y por ello se están desarrollando terapias oxigenantes basadas en el uso del ozono (O3) y el peróxido de hidrógeno (PH) o agua oxigenada (H2O2). Si bien los primeros registros del uso del oxígeno en medicina refieren al francés Caillens que en 1783 ya administraba inhalaciones de oxígeno para curar pacientes con tisis (antigua denominación de la tuberculosis), recién en 1915 el alemán Albert Wolff se convirtió en el primer médico en utilizar ozono para tratar enfermedades de la piel. Justamente en Alemania se comenzó a usar el ozono en los años 50 para el tratamiento de enfermedades como cáncer, esclerosis múltiple, diabetes, autismo, Parkinson y parálisis cerebral, desarrollándose técnicas como la cámara hiperbárica (alta presión) o las infusiones en sangre. **Para leer más acerca del uso terapéutico del agua oxigenada de uso alimentario**, ver: www.nutriciondepurativa.com.ar – Depuración Corporal – Andarivel 6: oxigenar, Artículo “Ozono y peróxido”.

envase de 250 cc. \$ 24.-

Nuevos productos **Rehue** cosmética natural

Productos artesanales, con materias primas orgánicas. Libres de perfumes químicos.

Jabón de tereré

100 grs. \$ 15.-

La misma base que los otros jabones Rehue, con el agregado de yerba mate orgánica y aroma a naranja. La naranja es un buen antidepresivo. Es un rayo de sol que revive a cualquier ser sombrío y falta de energía. Por su parte, la yerba mate le confiere una acción tónica y estimulante, justo para un buen despertar. Y como decían los indios guaraníes ..."la yerba mate alienta el trabajo, sirve de sustento y despierta los sentidos"...
Un jabón para todos los días.

Jabón rústico en pan
de 300 grs.

300 grs. \$ 30.-

Ahora en tamaño más grande y más económico para darle diferentes usos: jabón de uso corporal, como reemplazo del detergente o como jabón para el lavarropas (usarlo rallado mezclando una medida de bicarbonato y una de jabón).

Jabón de lavanda, en
barra

1 kg. \$ 226.-

Presentación que nos permite ahorrar y descartar menos (no usa envoltorio).

Shampoo y enjuague,
ahora con Tola tola

100 grs. \$ 35.-
250 cc. \$ 46,50

El tola tola, es una hierba que ayuda a prevenir o detener la caída del cabello, evitar la seborrea, caspa y otras afecciones del cuero cabelludo. Estas propiedades se potencian con la presencia de ortiga, romero y/o tea tree.

Crema de caléndula, nueva fórmula	30 cc. \$ 60.- 50 cc. \$ 97.-	A las propiedades de la lavanda y la caléndula, se le agregan las de los gálbulos de ciprés, flores de milenrama, hojas y raíz de consuelda, flores y hojas de hipérico y pétalos de rosa. Esta crema se utiliza en pequeñas cantidades y es útil para diferentes tipos de dermatitis, irritaciones en la cola del bebé, piel muy sensible y arrugas.
Crema de caléndula con propóleo y aloe	30 cc. \$ 71.- 50 cc. \$ 111.-	La misma fórmula que la crema caléndula con el agregado de aloe fresco recién cosechado y extractos blandos de propóleos. Esta crema es útil en eczemas, psoriasis, dermatitis atópica y otros problemas dermatológicos.
Loción para después de afeitar	100 cc. \$ 45.-	Es refrescante y antiséptico. Levemente astringente. No posee alcohol. Ing.: agua de hamamelis, agua de manzanilla y milenrama, agua de lluvia filtrada, macerado de romero, milenrama, caléndula y lavanda fresca en vinagre orgánico de manzana.
Desodorante	30 cc. \$ 40,50 50 cc. \$ 64,50	La transpiración ayuda a regular la temperatura corporal y a eliminar sustancias tóxicas de nuestro cuerpo. Este desodorante no es un antitranspirante, con lo cual no interfiere con la respiración natural de la piel. No posee alcohol. Ing.: agua de lluvia filtrada, aceite de girasol y oliva orgánicos, acerados de cipres y lavanda, cera de abejas, bicarbonato de sodio, caolín patagónico y aceites esenciales de ciprés, tea tree, vetiver, salvia, cedro y litsea cubeba.
Esponja vegetal, con jabón dentro	unidad \$ 42.-	Utilizada por siglos en la medicina China, la esponja de origen vegetal (Luffa Cilíndrica) no contiene elementos sintéticos que puedan dañar nuestro cuerpo o el medio ambiente. Estimula la circulación sanguínea, siendo útil en el tratamiento de várices y celulitis. También brinda una excelente exfoliación de las células muertas que mejora la tonicidad y textura de la piel. Por otro lado controla el acné y el exceso de grasa corporal, logrando así mantener una piel limpia, suave y saludable.

• **Agua oxigenada 37 vol** (para limpiar semillas). Para aquellos practican alimentación viva, hemos conseguido el agua oxigenada que **permite limpiar a las semillas de los hongos.**

Es sabido que las semillas peladas, pueden desarrollar en su almacenaje, el crecimiento de hongos y micotoxinas. Las micotoxinas son metabolitos producidos por mohos presentes en alimentos almacenados y sobre todo en granos. Estos hongos incluyen especies de *Aspergillus*, *Alternaria*, *Fusarium*, *Claviceps* y otros hongos endofíticos que son potencialmente productores de micotoxinas (aflatoxinas, tricotecenos, zearalenona, patulina, fumonisinas, moniliformina, ácido tenuazónico, alternariol, alcaloides del ergot, etc.). La **toxicidad crónica** de muchas micotoxinas suele suscitar mayor preocupación que la toxicidad aguda. Algunas de las micotoxinas evaluadas hasta la fecha (sobre todo las aflatoxinas) se han clasificado como carcinógenos muy poderosos, sobre todo a nivel hepático.

En este sentido y a fin de evitar riesgos, es primordial **realizar un lavado previo** a fin de evitar impurezas. Para esto, conviene perder 20 minutos y lavar las semillas, sumergiéndolas en un cuenco con agua limpia, a la cual agregaremos unas 2 cucharadas de agua oxigenada (de 37 volúmenes) por litro de agua. Al cabo de ese tiempo, enjuagar con abundante agua y ya podemos continuar con la activación de las mismas.

Botella de vidrio oscuro de lt.

con envase \$ 17,50

sin envase \$ 11,75

Tierra Pura cosmética natural

**Productos artesanales, con materias primas orgánicas. Libres de perfumes químicos
Con la memoria del monte de San Marcos Sierra.**

Crema de árnica	50 cc. \$ 32,50 100 cc. \$ 55,50	Ing: aceite de oliva, cera de abejas, miel, tintura de árnica y propóleos. Especialmente indicada como desinflamatorio en caso de golpes, hematomas, dolores musculares y articulares.
Crema mamá y bebé	50 cc. \$ 32,50 100 cc. \$ 55,50	Ing: aceite de oliva, cera de abejas, miel y tintura de caléndula. Previene la irritación y las paspaduras de la piel de bebé. Acelera la curación de los pezones lastimados de las mamás.
Dentífrico hindú chai	50 cc. \$ 29,50	Ing: aceite de oliva, caolín, caléndula cardamomo, anís, clavo de olor y jengibre. Antiséptica. Elimina sarro y protege las encías.
Dentífrico menta y eucalipto	50 cc. \$ 29,50	Ing: aceite de oliva, caolín, caléndula y aceites esenciales de menta y eucalipto. Antiséptica. Elimina sarro y protege las encías.
Desodorante	30 cc. \$ 28.-	Ing.: aceite de oliva, cera de abejas, bicarbonato, caolín y aceites esenciales.
Protector labial	30 cc. \$ 28.-	Ing.: aceite de oliva, cera de abejas, miel, tintura de propóleos, tintura de caléndula y aceite esencial de lavanda. Protege del viento y la sequedad del clima. Ayuda a cicatrizar las heridas producidas por un herpes.

- **Semillas de girasol con cáscara.** Ideales para hacer brotes tiernos en tierra.

500 grs. \$ 9.-

- **Café orgánico Premium.** Originario de Brasil, lo ofrecemos tostado y molido, listo para usar en filtro.

250 grs. \$ 39,50

- **Vainilla, chaucha.** Las bayas de vainilla son la forma más natural de aromatizar preparaciones dulces, evitando las esencias comerciales artificiales, con gran cantidad de sustancias tóxicas y derivados del petróleo. Se utilizan sumergiéndolas en la preparación a saborizar. Luego de usada, la chaucha se enjuaga, se seca a la sombra y se puede volver a utilizar. Es digestiva, estimulante estomacal, antiespasmódica, tónica del sistema nervioso, afrodisíaca y reguladora menstrual.

1 u. \$ 13.-

- **Alpiste (semilla con cáscara).** Esta gramínea, injustamente relegada a la alimentación de aves, está siendo ahora revalorizada por su capacidad enzimática y su contenido proteico. La carga enzimática del alpiste desinflama órganos claves como hígado, riñones y páncreas, destacando su contenido en lipasas (enzimas claves en el metabolismo de grasas). A nivel proteico, sus aminoácidos son equilibrados y estables. **Se aconseja consumir la semilla en forma de leche vegetal.** Para esto, se dejan 3-4 cucharadas de semillas en remojo por 24 hs; luego se enjuagan bien, se licuan con 500 cc. de agua limpia y se cuelan con colador o lienzo de algodón. Se recomienda un par de vasos al día, pudiéndose saborizar con miel de abejas y/o harina de algarroba.

500 grs. \$ 10.-

• **Castañas de pará peladas.** Se la conoce también como nuez de Brasil, en referencia a su origen. Es una de las semillas más grasas (65%) y más dotada de lípidos saturados (solo superada por el coco). A nivel vitamínico posee alta dosis de B1 (clave para el sistema nervioso y el metabolismo celular), B2, B3 (regula el colesterol orgánico), B6 (importante en la síntesis hormonal), E y K (interviene en el metabolismo del calcio y la coagulación de la sangre). En materia de minerales posee buenas dosis de hierro, fósforo, calcio, magnesio (es el alimento más rico en este mineral), potasio, zinc y selenio (es el vegetal con mejor contenido de este importante oligoelemento). Indicada en problemas nerviosos, pérdida de memoria, falta de concentración, bajo rendimiento intelectual, debilidad, anemia, etc.

100 grs. \$ 14.-

• **Frutas deshidratadas, libres de químicos.**

Banana: es una fruta de alto valor nutritivo. Además de su conocida riqueza en potasio y su efecto alcalinizante, aporta también buena concentración de hierro, magnesio, folatos (vitamina B8), luteína (antioxidante), serotonina (sedante), carbohidratos de asimilación lenta y fibra soluble protectora de la mucosa intestinal. Erróneamente se le adjudica alto tenor de almidón (apenas 2% en fruto maduro). El deshidratado es realizado en el noroeste argentino, a partir de frutos nativos maduros, de forma natural, con energía solar, sin adición de azúcar ni conservantes químicos.

Bolsita de 100 grs. \$ 8.-

• **Mix tropical:** combinación de frutas tropicales de alto valor nutritivo y delicado sabor: banana, guayaba, mango, manzana, naranja y papaya.. Son frutos que aportan potasio, hierro, magnesio, folatos, carotenos (antioxidantes), serotonina (sedante), enzimas digestivas, carbohidratos de asimilación lenta y fibra soluble protectora de la mucosa intestinal. También el deshidratado es realizado en el noroeste argentino, a partir de fruta nativa, de forma natural, con energía solar, sin adición de azúcar ni conservantes químicos.

Bolsita de 100 grs. \$ 8.-

Sugerimos hidratar tanto las bananas como el mix, unos 30 min. antes de consumir. Pueden adicionarse a granolas, desayunos, postres, licuados, etc.

• **Tés Inti-zen.** Seleccionadas mezclas de té negro con hierbas, especias y frutos rojo. **Ofrecemos 4 variedades:**

Amazonia 12: Para tomar frío o caliente. Mango, papaya, hibiscos de Brasil y cítricos argentinos sobre una base de té negro proveniente del noroeste de la India. Es una infusión refrescante y revitalizadora, de color ámbar brillante.

Chaman Chai: La alquimia del Té negro de India con canela, jengibre y cardamomo, agudiza los sentidos. Chaman Chai es una mezcla original con un sabor extraordinario.

Don Juan: Calidez, sensualidad y misterio en una taza de té. Don Juan se cosecha a más de 1200 metros de altitud al noreste de los Himalayas, combinándose con frutos rojos de la Patagonia y Dulce de Leche. Su color es intenso, su bouquet es complejo y su textura es suavemente cremosa.

Silencio Andino: Flores de manzanilla de la región Andina y cascaritas de naranja, se combinan con la pureza del Té Verde de Oriente para obtener una mezcla sutil, muy agradable y refrescante. Silencio Andino es relajante, antioxidante y digestivo.

Cajitas con 15 saquitos de 2 grs. c/u \$ 18,75

• **Tés Chamana.** Mezclas de hierbas y especias, dan por lugar a exquisitas tisanas. Una de ellas, a base de rooibos.

Chamana de menta, cedrón, eucaliptos y melón: infusión refrescante, donde las hojas de cedrón o hierba luisa, cosechadas bajo el tibio sol de Agosto, de inconfundible sabor alimonado, se mezclan sutilmente con hojas de eucaliptos, la más fresca de las mentas y un toque de melón. Perfecta para después de comer.

Chamana de Rooibos, canela, jengibre, ciruela, higo y miel: té andino, saludable y refrescante, que combina rooibos, el perfume de la canela, el picante del jengibre y la armonía de la miel, higos y ciruelas. Infusión ayurvédica **sin cafeína.**

Chamana de cedrón, manzanilla y mandarina: infusión relajante para después de comer. Clementinas del Valle de Oaxaca, México, el aroma alimonado del cedrón y la manzanilla de las sierras hacen de esta tisana un bálsamo para los sentidos. El relajante perfecto para luego de yoga (frío o caliente)

Cajitas con 15 saquitos de 2 grs. c/u \$ 18,75

• **Tomate triturado para salsas.** Este producto está elaborado con tomates libres de agroquímicos de Mendoza, sin ningún tipo de conservante.

Botella de 1 lt. \$ 20.-

• **Sopa juliana con algas.** Práctica combinación de verduras y algas deshidratadas que permite preparar una sopa sustanciosa, alcalinizante y equilibrada. A la riqueza de las variadas verduras (zanahoria, espinaca, cebolla, apio, pimiento morrón y puerro) se agrega la presencia de algas marinas (nori y kelp) que le aportan minerales (sobre todo yodo y magnesio), vitaminas, proteínas, clorofila, carotenos, ácidos grasos y fibras que protegen la salud intestinal. **Ingredientes:** zanahoria, espinaca, pulpa de rosa mosqueta, cebolla, apio, pimiento morrón, puerro, algas nori y kelp. Rinde 4 porciones.

100 grs. \$ 11,50

• **Cerveza artesanal “La Serrana Celta”.** Elaborada artesanalmente con agua de una vertiente natural del cerro Comechingones, a 1400 mts. de altura. Sus ingredientes son, además del agua pura, cebada malteada, lúpulo y levadura. No se la pasteuriza ni posee ningún aditivo o conservante químico.

Esta cerveza fue seleccionada por la organización **"Slow Food" como el mejor producto artesanal en la edición 2008 de Caminos y Sabores en la rural de Palermo** y fue premiada para representar a la Argentina en la feria internacional Slow Food y Terra Madre realizada en Torino, Italia, por el compromiso en la elaboración y el respeto al medio ambiente.

La Serrana Celta presenta su cerveza en diferentes estilos y sabores: **Rubia, Roja y Negra**

Botella de 350 cc. \$ 12.-

• **Nuevas hierbas medicinales:**

Uva ursi (Arbutus-ursi): dada su acción antiséptica y antiinflamatoria, es uno de los diuréticos y desintoxicantes de las vías urinarias más recomendados. Disuelve arenillas y cálculos renales. Elimina catarros y mucosidades de vejiga y uretra. Alivia inflamaciones de próstata y vejiga. Es astringente intestinal (diarreas), antirreumático y eliminador de ácido úrico.

Uso: decocción de 20 grs. (remojar previamente un par de horas) por litro de agua. Tomar una taza cada 3 o 4 hs. y lejos de las comidas.

Contraindicaciones: embarazadas. Evitar tratamientos de más de 15 días. La coloración verdosa de la orina es síntoma de su efectividad.

50 grs. \$ 22.-

Lapacho (Tabebuia ipe): es diurético, antiséptico, astringente, reconstituyente, digestivo, hipoglucemiante, antiolesterolémico, hipotensor y emoliente. Se usa en retención de líquidos, infecciones urinarias, enfermedades reumáticas, diarreas, inapetencia, úlceras gástricas, debilidad del sistema nervioso, tensión arterial, diabetes, anemia, colesterol y problemas inmunológicos (coadyuvante en tratamientos de cáncer).

100 grs. \$ 8.-

Rompepiedras (Phyllanthus tenellus): originario del noreste argentino. Tiene propiedades diuréticas y disuelve cálculos en los riñones. En Perú se lo utiliza para cálculos vesiculares. Es también hepatoprotector.

100 grs. \$ 11,75

Uña de gato (Uncaria tomentosa): originaria de la selva peruana, fortalece el sistema inmunológico, es antiviral, antiinflamatoria, analgésica, y combate radicales libres y efectos de la quimioterapia. Útil para tumores, metástasis, leucemia, sida, herpes, lupus, depresión inmunológica, artritis, reuma, úlceras gástricas, diabetes, enfermedades virales, infecciones, candidiasis, parasitosis y divertículos.

50 grs. \$ 20,50

Mezcla purgante: combinación de 4 hierbas depurativas (**yerba del pollo, retamilla, sen y zaragatona**), cuyo sinergismo potencia el efecto laxante, necesario luego de un desparasitado. Actúa sobre los principales órganos internos, eliminando toxinas y parásitos.

100 grs. \$ 14.-

Mezcla depurativa: combinación de 4 hierbas desintoxicante y depurativas: **Uña de gato** (Uncaria tomentosa), **Chañar** (Gourliea decorticans), **Muérdago o Liguilla** (Viscum album) y **Graviola** (Annona muricata).

Este preparado posee propiedades inmunoestimulantes, desintoxicantes, es expectorante, tónico cardíaco, antiviral, analgésico y antiinflamatorio. Útil en leucemia, sida, lupus, herpes, asma, debilidad general, deficiencia inmunológica, cáncer de pulmón, ovarios, próstata y colon.

Uso: decocción de 20 grs. por litro de agua. Tomar 3 tazas diarias.

Contraindicaciones: embarazadas, lactancia, niños, insuficiencia cardíaca y apoplejía. No tomar con antidepresivos ni con medicamentos hipotensores. **Ante cualquier duda, consultar con su médico.**

200 grs. \$ 30.-

• **Tintura de barba de piedra** (Usnea hieronymi). Planta depurativa que crece sobre la piedra, a más de 2.000 mts. de altura. Actúa sobre el sistema urinario y las vías respiratorias. Protege la garganta (llagas, afecciones bucales). Útil en arterosclerosis.

Gotero de 60 cc. \$ 26,75

• **Tintura del Tónico herbario.** Ahora, además de la mezcla de hierbas (acedera, corteza de olmo, raíz de bardana y ruibarbo), ofrecemos el Tónico Herbario en forma de tintura madre. Para más información ver: <http://www.granomadre.com.ar/escritos-tonico03.htm>

Gotero de 60 cc. \$ 32,50

• **Zaragatona (Psyllium).** Estas semillas contienen abundantes mucílagos (hasta el 15%), que les confieren acción laxante, emoliente y antiinflamatorio. La zaragatona es una de las plantas con mayor contenido en mucílago que se conoce, muy superior a la linaza (semilla de lino). Contiene también lípidos con esteroides vegetales (sitosteroides), sales de potasio y oligoelementos. Indicada para tratar afecciones digestivas, tratamientos de la obesidad, afecciones urinarias y afecciones cutáneas.

Uso: Para preparar un macerado de semillas, triturarlas y dejarlas en maceración durante 1 o 2 horas (1 cucharada sopera de semillas por vaso de agua). Tomar después el mucílago, filtrando el líquido resultante. Se puede añadir una cucharadita de granos de anís para mejorar el sabor. Se ingiere un vaso por la mañana en ayunas y otro por la noche antes de acostarse.

100 grs. \$ 5,50

• **Dentífricos “Weleda”.** Incorporamos la pasta salina.

Pasta dentífrica Salina: con sal marina y bicarbonato sódico natural, previene las caries, neutralizando los ácidos nocivos e impidiendo la formación de sarro. Estimula el flujo salivar y con ello la autolimpieza fisiológica. Contiene mirra y ratania que fortalecen el tejido bucal. **75 cc. \$ 28.-**

Gel dentífrico vegetal: desarrollado especialmente para proteger y cuidar las encías y el tejido bucal. Asegura una limpieza eficaz que, respetando el esmalte de los dientes, favorece la eliminación de la placa bacteriana. Contiene extractos de plantas como ratania, mirra y manzanilla que contribuyen a calmar y reforzar las encías, conservando el equilibrio natural de la flora bucal. También es adecuado para niños con dietas definitivos, por su suave sabor. **75 cc. \$ 28.-**

Gel dentífrico para niños: especialmente formulado para los dientes de leche. Limpia suavemente, pero de forma eficaz y mantiene el equilibrio de la delicada flora bucal del niño. Dada su composición natural a base de caléndula, no representa ningún riesgo en caso de ingestión accidental. **50 cc. \$ 24.-**

Ninguno de estos dentífricos posee conservantes, colorantes ni aromas sintéticos.

• **Aceite corporal de Rosa Mosqueta “Weleda”.** La Rosa Mosqueta es una planta salvaje de origen oriental, conocida en Europa desde hace muchos siglos. El fruto es rico en vitamina A, B1, B2, y C. El aceite es obtenido de frutos libres de agroquímicos y en este producto se unen las virtudes regenerativas del aceite de las semillas de la Rosa Mosqueta, con las hidratantes del aceite de Jojoba.

Un suave masaje cotidiano mantiene la tonicidad de la piel, dejándola flexible y previniendo la aparición de estrías. El fino aroma natural a rosas tiene un efecto armonizante.

Composición: aceite de Jojoba, aceite de Almendra dulce, aceite de semillas de Rosa mosqueta, aceite de Rosa centifolia, aceites esenciales naturales.

100 cc. \$ 76.-

• **Zeolita.** Se trata de un mineral (clinoptilolita) de origen volcánico, formado naturalmente a partir de cenizas y agua de mar, que también se halla presente en los plegamientos andinos. Antiguamente era **muy utilizado en Asia** (China, Rusia, India) como suplemento natural para promover la salud y el bienestar orgánico. Actualmente también es muy usado a nivel industrial, para purificación de agua y aire, como depurador en la industria alimentaria, para fertilización agrícola y como suplemento mineral en nutrición animal. Su estructura cristalina está formada por tetraedros que dan lugar a una red tridimensional, en la cual cada átomo de oxígeno es compartido por dos átomos de silicio (tectosilicato). **Estas estructuras forman jaulas o canales que permiten el movimiento interno de iones y moléculas, convirtiendo a la zeolita en un verdadero tamizador molecular.** En modo inocuo, la zeolita en solución acuosa, permite **liberar al organismo** de metales pesados, toxinas y contaminantes de distintos orígenes. La zeolita **equilibra el pH** orgánico, al evitar la dispersión de iones ácidos y tiene un demostrado efecto **antioxidante e inmunoestimulante.** Se trata por tanto de un suplemento totalmente

natural y no tóxico, ideal para uso seguro a largo plazo. La particularidad de la zeolita es su **carga eléctrica negativa**, con lo cual atrae metales pesados (mercurio, plomo, cadmio, arsénico, etc) y toxinas, que habitualmente poseen **carga positiva**. La carga negativa también ayuda a la distribución de minerales útiles (calcio, sodio, magnesio, fósforo) y del ácido generado por los iones de hidrógeno (de allí que se lo considere un buffer del pH o un tampón alcalino). El poder quelante de la zeolita está basado en su capacidad de **discriminar entre moléculas útiles y tóxicas**; se une fácilmente con los metales pesados y tóxicos (generalmente pequeños y eléctricamente muy cargados) y tiene escasa o nula afinidad con las estructuras útiles (más grandes, livianas y con carga débil). Esto explica que la zeolita pueda **quelar** moléculas tóxicas como el arsénico (diámetro 1,8 Å) y en cambio no actúe sobre moléculas de minerales útiles como el potasio (diámetro 2,8 Å). Una vez cumplido su objetivo (captar elementos nocivos), la zeolita cargada de sustancias tóxicas abandona rápidamente el organismo, sin dejar señas. Siendo la zeolita un aluminosilicato, vale aclarar que sus moléculas de aluminio están rodeadas por átomos de oxígeno, por lo cual no pueden pasar al organismo (aluminio no intercambiable) y en cambio pueden absorber moléculas de aluminio tóxico presente en el cuerpo. La zeolita es un compuesto altamente estable, no siendo afectado por el calor o el frío.

¿CÓMO SE UTILIZA LA ZEOLITA?

Proceso depurativo energético: 10 gotas (hasta 15 en casos de intoxicación severa), 3 veces al día, durante 4 a 6 semanas.

Mantenimiento depurativo: 3 a 5 gotas (en niños basta un par de gotas), 3 veces al día.

Recomendaciones: Disolver las gotas en líquidos o jugos. Es compatible con los alimentos, no siendo necesario alejar su ingesta de las comidas. No dejar pasar más de 6/7 horas entre cada toma.

Previo al consumo, agitar enérgicamente la solución, pues tiende a sedimentar con facilidad.

Mientras se consume zeolita, mantener una buena hidratación, consumiendo adecuada cantidad de frutas y hortalizas, bebiendo bastante líquido y realizando otras prácticas depurativas complementarias (limpieza de órganos, desparasitado, depuración con vegetales, ayunos frutales, nutrición vitalizante).

Contraindicaciones: No utilizar cuando se consumen fármacos que contienen metales como litio o platino, ya que serán quelados por la zeolita. Esta capacidad quelante (arrastre de material tóxico) hace que la zeolita pueda interferir con la quimioterapia convencional.

Efectos secundarios: Puede generar deshidratación leve, a raíz de la mayor demanda de agua en el proceso químico de limpieza, lo cual se neutraliza con adecuada hidratación. Algunas personas, con alta carga tóxica en el organismo, pueden experimentar ligeras náuseas, que remiten rápidamente.

Frasco de 60 cc. \$ 20.-

- **Aceite para masaje “Rehue” de Lavanda.** Elaborado con aceite de jojoba, macerado de lavanda (orgánico recién cosechado) y aceite esencial de lavanda. La lavanda, una de las plantas con mayor tradición de las empleadas en la antigüedad tiene propiedades antisépticas, antiespasmódicas, analgésicas y sedativas. Es un buen estimulante del sistema nervioso central. Elimina estados de angustia, depresión e irritabilidad. Es útil en casos de asma, mareos y jaquecas. Se utiliza para calmar golpes, dolores reumáticos, artríticos y mala circulación. Este óleo es un buen relajante corporal y sirve también para calmar dolores articulares. Masajeado en las plantas de los pies del bebé, ayuda a conciliar el sueño.

100 cc. \$ 84.-

- **Aceite para masaje “Rehue” de Romero.** Elaborado con aceite de jojoba, macerado de romero (orgánico recién cosechado) y aceite esencial de romero. En la antigüedad el romero era considerado por griegos y romanos una planta sagrada que proporcionaba ayuda a los vivos y paz a los muertos. Se quemaba romero como si fuera incienso para purificar el aire en las habitaciones de los enfermos. El hecho que ésta planta sea un poderoso antioxidante, explica porque los egipcios lo usaban como conservante para momificar cadáveres y que la Reina de Hungría lo usara para conservar "la eterna juventud". Sus componentes activos (diosmetina) ayudan a fortalecer los capilares sanguíneos, ésto resulta valioso para el sistema cardiovascular, en el cual el Romero mejora la circulación y sirve para elevar la tensión arterial. Es un buen antiséptico, antiinflamatorio y tónico. Se lo emplea en estados depresivos y de apatía como así también en problemas hepático biliares. Calma también dolores articulares y reumáticos. Es útil contra la caída del pelo. Este óleo es útil especialmente para activar la circulación de las piernas, tonificar las mismas y calmar dolores producidos por la actividad diaria y el sedentarismo. También se puede utilizar como baño de aceite para el pelo.

100 cc. \$ 84.-

- **Humus orgánico.** Es una enmienda orgánica, es decir un abono 100% natural que mejora las características físicas, químicas y biológicas del suelo, aumentando el desarrollo y crecimiento de todo tipo de plantas. Aumenta la porosidad y la aireación del suelo, la permeabilidad y la retención de la humedad del suelo, aporta materia orgánica al suelo (reconstituye la fertilidad), incrementa la disponibilidad y absorción de nutrientes (nitrógeno,

fósforo, potasio, azufre, etc.) gracias a la acción de sus microorganismos, aumenta la resistencia de las plantas a las plagas y agentes patógenos, inhibe el desarrollo de bacterias y hongos que afectan a las plantas, aumenta la resistencia de las plantas a las heladas, evita el trauma de la planta durante el trasplante.

Su uso en exceso no origina inconvenientes. Puede utilizarse en jardinería, floricultura, horticultura, fruticultura, etc. A diferencia de los fertilizantes químicos, el humus de lombriz es totalmente orgánico y no contamina el ambiente, por ello es ideal para el cultivo de huertas orgánicas y para el uso en el hogar. También **puede emplearse para la elaboración de los brotes o hierbas casera** (wheatgrass, etc.)

Bolsa de 5 dm³. \$ 9.-

Bolsa de 10 dm³. \$ 17.-

NUEVAS PUBLICACIONES

Hay una cura para la diabetes

Se trata de la primera traducción al español del Dr. Gabriel Cousens, prolífico difusor estadounidense de la alimentación viva, que expone su abordaje para resolver la diabetes en pocas semanas. La Diabetes tipo 2 es un proceso metabólico degenerativo e inflamatorio que aparece en primer lugar por una dieta alta en azúcar y en segundo lugar por el consumo de carne, lácteos, y poca fibra; además de falta de ejercicio y obesidad. También hay un alto porcentaje de depresión previo a la aparición de la enfermedad. Las investigaciones en el Centro De Rejuvenecimiento Tree of Life han demostrado que dentro de los 21 días, se ha podido quitar la insulina y otros medicamentos orales y obtener azúcar en sangre inferior a 100, al 45% de las diferentes variantes de diabetes tipo 2, incluyendo la tipo 2 insulino-dependiente.

428 páginas \$ 115.-

Apiterapia Hoy

Se ha reeditado un libro decano en la materia: Apiterapia Hoy, donde el Dr. Julio César Díaz, junto a investigadores cubanos, uruguayos y colombianos, nos acerca aplicaciones y fundamentaciones sobre el uso de los productos de la colmena. La Apiterapia es la ciencia que se ocupa del mantenimiento y/o restablecimiento de la salud mediante el uso de los productos de la colmena. A nivel de círculos científicos internacionales es reconocida como tal: **una ciencia**. En Argentina aún no estamos a ese nivel y padecemos el título de “curanderos” quienes en la Apiterapia estamos. La simple definición de esta rama de la ciencia va más allá del concepto práctico de medicina diaria que manejan médicos y pacientes; ya que el concepto de prevención (en este caso mantenimiento de la salud) es manoseado hasta el cansancio pero nunca practicado. **Dr. Julio César Díaz.**

276 páginas \$ 65,50

Filtro cerámico Condorhuasi

Ante la contaminación de casi todas las aguas corrientes o de napa, con arsénico, plomo, cianuros por la minería del oro, cromo, agroquímicos, bacterias y gérmenes patógenos; enseñamos con abundantes ilustraciones a fabricar este eficiente filtro cerámico, capaz de retener y eliminar dichos venenos. En los próximos años, varios millones de hogares utilizarán este tipo de filtro, único medio económico para descontaminar sus aguas y prevenir espantosas enfermedades. **Jorge Fernandez Chiti.**

224 páginas \$ 45.-

Nutrición vitalizante

Esta evolución de Nutrición Depurativa profundiza en la relación tan indiscutible como desconocida, entre vitalidad alimentaria y salud. Nutrición Vitalizante desarrolla el concepto de alimento fisiológico, atendiendo a nuestro diseño biológico evolutivo. Detalla los daños que cotidianamente generamos a nuestros alimentos mediante la cocción y sus efectos perjudiciales sobre la salud. Brinda consejos para comprender y superar mitos, miedos, adicciones y excusas que nos impiden cambiar. Profundiza en los beneficios prácticos, fisiológicos, emocionales y evolutivos de alimentarnos a través de comida viva. Nos ayuda a organizar este saludable cambio de hábitos: cómo manejar la despensa, la cocina, los procesos y la planificación cotidiana. Ilustra las técnicas básicas utilizadas en la alimentación viva. Indica cómo y por qué elaborar, germinar, licuar, condimentar, fermentar y deshidratar alimentos. **Néstor Palmetti.**

450 páginas \$ 82.-

• **Lámparas de sal rosada.** Las lámparas construidas con cristales de sal rosada de Pakistán, además de su belleza intrínseca, funcionan como excelentes mejoradores de nuestros ambientes cerrados. Si bien son

consideradas como eficientes ionizadores naturales, aportan otros importantes beneficios a nuestra salud. Por ello conviene detenerse en cada uno de sus aspectos beneficiosos.

Efecto ionizante

Los ionizadores para hogares y oficinas surgieron como una necesidad frente la invasión de radiaciones nocivas, generadas por artefactos eléctricos en ambientes cerrados. La energía eléctrica fluye entre partículas de distintas polaridades, llamadas **iones**. Un ión **negativo** es una molécula electrónicamente cargada compuesta de oxígeno. Un ión **positivo** es una molécula que ha perdido sus electrones en el proceso de contaminación atmosférica. Nuestra salud física y mental esta influenciada entre otras cosas, por la correcta ionización del ambiente en que vivimos. Hoy existen más fuentes de iones positivos que en el pasado, lo cual crea un desequilibrio eléctrico que nos afecta sensiblemente. Para comprender esto, basta con pensar cuánto mejoran nuestros sentimientos en un clima de montaña o en medio de un pinar, lugares donde se concentra una gran cantidad de iones negativos. Las variadas actividades humanas y las aplicaciones eléctricas, producen **iones positivos**, que provocan el deterioro de nuestro bienestar físico y emocional. Ejemplo: redes eléctricas, calefacción, sistemas de enfriamiento, televisores, radios, transmisores, radares, computadoras, extractores, microondas, teléfonos celulares, humo de cigarrillo, etc. El exceso de iones positivos, producido por la contaminación química y electromagnética, es causa de estrés (estimula la producción de noradrenalina), puede producir insomnio, migrañas, agotamiento, hipertensión, depresión y agravar el asma y las alergias respiratorias.

El aire sano y equilibrado eléctricamente contiene una proporción de 4 iones negativos y 5 positivos. Sin embargo una mayor cantidad de **iones negativos** mejora la calidad ambiental, elimina las partículas en suspensión del aire (polen, polvo, ácaros, bacterias) y tiene efectos neurobiológicos muy positivos; induce el relax y favorece la secreción de melatonina (mejora la calidad del sueño y de la regeneración celular).

Está demostrado que los iones negativos son ventajosos y tienen las siguientes cualidades: producen mejorías en alergias, dolores de cabeza y jaqueca, reducen la severidad de los ataques de asma, pueden realzar el sistema inmune, aumentar la productividad en el trabajo, fortalecer la concentración, aumentar la capacidad pulmonar, y reducir la susceptibilidad a gripes y resfríos recurrentes.

La calidad del aire que respiramos es esencial para nuestra salud y bienestar. No solo nos mantiene vivos, sino que también nos permite pensar más claramente, aprovechar mejor las horas de sueño y mejorar nuestra salud. Los estudios demuestran que recibimos el **56%** de nuestra energía del aire que respiramos; esto es más que la energía del agua y del alimento, combinadas. La intoxicación debida al excesivo número de iones positivos en el aire puede considerarse como causa de debilidad, ansiedad, depresión, insomnio y enfermedades del sistema respiratorio que muchos sufrimos.

En la naturaleza, los iones negativos se crean por medio del viento, la luz solar, las caídas de agua, las tempestades y la lluvia. En el aire fresco encontramos hasta 4.000 iones negativos por centímetro cúbico (el tamaño de un cubo de azúcar), mientras que cerca de una cascada se pueden hallar hasta 10.000 iones negativos. Como contraparte, está calculado que el numero de iones negativos en grandes ciudades no alcanza los 100 por centímetro cúbico. Estudios científicos demuestran que las lámparas de cristal de sal pueden aumentar la cuenta de iones negativos en su derredor hasta en un 300%. Cuando el cristal de sal rosada se calienta, absorbe humedad y el contacto con estas partículas provoca la liberación de iones negativos, funcionando como un ionizador absolutamente natural.

Además de mejorar la calidad del ambiente, esta ionización resulta muy positiva en afecciones de vías respiratorias (por ejemplo asma) y alergias. En este sentido se hacen tratamientos alternativos exponiendo a pacientes en ambientes con una atmósfera concentrada de iones negativos, como sucede en el interior de las minas de sal de roca.

Campos electromagnéticos

El planeta Tierra esta rodeado y protegido por un campo electromagnético, del cual dependen todas las formas de vida. Nuestras ondas cerebrales trabajan en **resonancia** con dicho patrón de frecuencia (7,83 hertzios), bautizado en homenaje al investigador que documentó su existencia: Schuman. Sin embargo, cuando estamos en inmediaciones de ciertos artefactos eléctricos (televisores, computadoras, celulares, etc.), nos vemos afectados por sus radiaciones electromagnéticas que oscilan entre 100 y 160 hertzios.

Por lo tanto, habitualmente estamos expuestos (y por largos períodos de tiempo) a patrones de frecuencia hasta **veinte veces** más elevados que lo normal. Esta sobrecarga influye en el delicado equilibrio del campo electromagnético del cuerpo, provocando un funcionamiento anormal de las células. Variados estudios demuestran que esta disonancia da lugar a diversos síntomas como nerviosismo, insomnio, falta de concentración, problemas de memoria, etc. y además genera el incremento de radicales libres en el cuerpo, estrechamente relacionados con la formación de tumores.

Los cristales de sal rosada, en su estado natural oscilan en perfecta **resonancia** con el patrón de frecuencia terrestre. Utilizados en forma de lámparas, los cristales de sal no hacen más que amplificar naturalmente este rango de frecuencia, tan necesario para reequilibrar el funcionamiento corporal. Por ello puede afirmarse que las lámparas de sal **armonizan** nuestros ambientes y **neutralizan** la influencia nociva de los campos

electromagnéticos artificiales. Es la razón por la cual estas lámparas forman parte del arsenal de recursos de los profesionales del Feng Shui, ciencia oriental milenaria que procura la armonización de los ambientes habitados.
Extraído de “La Sal” – Néstor Palmetti

Más información en <http://www.granomadre.com.ar/escritos-sales01.htm>

Lámpara de sal	pequeña	\$ 150
rosada pakistani	mediana	\$ 185
	grande	\$ 220

nuestros locales

Martínez

Repetto 401
4897-0109

martinez@granomadre.com.ar

Palermo

Gascón 1693
4865-6670

palermo@granomadre.com.ar

www.granomadre.com.ar
consultas@granomadre.com.ar

HORARIOS DE ATENCIÓN

LUNES A VIERNES de 9:30 a 19:30 HS

SÁBADOS de 10 a 13:30 HS.

Granomadre envasa en celofán todos los productos que fracciona, evitando así el uso de las bolsas de polietileno (plástico).

Elegimos este material por lo que implica en relación al **cuidado al producto y al medio ambiente**. El mismo, es más **frágil** que el plástico común, por eso les recomendamos tener cuidado al momento de manipular los productos.

Gracias por elegirnos.