



boletín
número

37
37
37

Diciembre
2019

ASOCIACIÓN DE PROFESIONALES DE KINESIOLOGÍA Y TOUCH FOR HEALTH DE ESPAÑA
c. onze de setembre 9-11 pasaje - 08160 Montmeló-BCN-Spain - tel. 93 5722065 - oficina@apke.es



Contenido

• Navidad	2
• Experiencias de asistentes a las XX Jornadas	3
• La línea media, el Ser esencial en el crecimiento personal	7
• Tan sencillo y tan efectivo	9
• La pasta de dientes que no deberíamos utilizar	12
• El temido enemigo (cuento)	14
• Relación de Instructores	18
• Ser socio - Ventajas	19
• Soria Natural. Memoalz	



La navidad no es un momento ni una estación, sino un estado de la mente. Valorar lo que se tiene, la paz y la generosidad es comprender el verdadero significado de Navidad.

Una pequeña sonrisa

Una palabra de aliento

Un poco de amor a alguien cercano

Un regalo a quien estimamos

Desear lo mejor el año que llega

Bendita sea la fecha que une al todo el mundo en una conspiración de amor.

XX Jornadas de Kinesiología de España en Benicàssim. Lugar de encuentro y compartir

Otro año más llega esta fecha tan esperada para el reencuentro con esta gran familia que formamos los que nos llamamos kinesiólogos.

Son unos días intensos de compartir: experiencias, anécdotas, risas... En fin, de “estar” con otr@s que han elegido esta filosofía de vida enfocada en la salud.

Es muy bonito ver como, por un par de días, somos capaces de dejar atrás las prisas y el estrés diario para convertirnos en ese grupo de colegiales ávidos de experiencias y sensaciones que llenen nuestras baterías para poder volver a nuestras rutinas más plenas y satisfechos, hasta otra nueva ocasión de encontrarnos.

Este año, la convivencia en Benicàssim comenzó pasada por agua, pero eso no amedrentó a algunas, que se dieron un chapuzón en el mar bajo la tormenta (¿verdad, Cali y Francesca?)

Fuimos llegando por diferentes medios y nos reunimos el viernes en la cena del hotel Intur Bonaire (buen buffet y mejor compañía...)

Esa noche fue light, con todo el mundo reventado por la semana y deseosos de caer en la cama a reponer pilas para lo que venía.

Las habitaciones del hotel, muy bien. La cama, espectacular de cómoda.

El sábado nos levantamos con ganas de marcha y tras el desayuno lleno de risas (recuerdo la cara de unos señores en la mesa al lado nuestra cuando nuestra conversación “casi a gritos” entró en el tema escatológico y nos recreamos bastante ahí... ¡¡¡qué bueno fue!!! Aun estarán hablando en casa sobre los locos que les tocaron al lado...), nos fuimos a otro hotel de la cadena Intur a reci-

bir un curso de “estructura-función” a cargo de esta maestra que es Francesca Simeón.

Como otro año más, ella ha sido quien ha llevado a este “rebaño de colegial@s”, organizando y controlando todos y cada uno de los aspectos que eran precisos para la convivencia y el disfrute general.

Tras la comida, nos echamos unas carreras con los coches para llegar a tiempo al pase en las Cuevas de San José, en Vall d’Uxó.

Para el que no haya estado allí, son impresionantes. Más de 1 km de túneles subterráneos llenos de agua que se visitan a bordo de una barca y caminando, para terminar con una sorpresa que te deja con el corazón pletórico de energía.



Como en otras ocasiones, tuvimos que correr para llegar, pues un pequeño grupo de mentes ligeras, cuando la guía dijo “después de comer, a los coches...” escucharon “echad la siesta tranquilas, que no hay prisa, ni nada...”

Una vez fuera de la visita, nuestro presi, Marino Buendía, hizo lo que se le da de maravilla, nos llevó a las ruinas que hay sobre las cuevas e impartió una clase magistral de historia antigua.

Tras esta maravillosa visita, volvimos al hotel a ponernos “más guap@s, si cabe” y, otra vez, el grupo de colegialas inquietas, alargó la espera hasta el punto de que nos fuimos al Restaurante para la cena especial y llegamos tarde, con lo que le cayó otra regañina a la “pastora” Francesca, que más que grupo de adultos, se sentía por momentos como la mamá de un pequeño rebaño de revoltosas cabritillas.

La cena fue una risa continua, con la gente contando chistes sin parar (gracias a los memes de WhatsApp) y la comida estuvo muy buena.

Volvimos al hotel y había una sensación de marcha muy guay. Primero, probamos en el hotel de al lado, que anunciaba baile en sus salones, pero la media de edad casi nos duplicaba y terminamos huyendo, unos a un local en la playa y otros a un bar de copas... donde sí que hubo baile, hasta una hora poco prudencial...

El domingo, con ojeras, terminamos el curso de Francesca y realizamos la asamblea de la Asociación (que es realmente el motivo que nos reúne año tras año) con gran participación activa por los allí presentes. Se tomaron decisiones constructivas que seguro nos harán crecer como grupo y poder atraer a otr@s personas de otros sectores diferentes pero muy ligados a la salud, con lo que nos enriqueceremos mucho...

La comida de despedida fue emotiva, pues ya sabíamos que se acababa la convivencia y hasta el próximo año habrá personas a las que no volvamos a ver.

Pero seguro que estaremos en Alicante en 2020 para seguir compartiendo, riendo, aprendiendo, disfrutando... juntos.

El colofón fue la sesión fotográfica al lado de la piscina, con más risas que fotos.

Para terminar mi relato, quiero dar las gracias a esta gran mujer que se echa, año tras año, el grupo a la espalda y es capaz, desde sacarle unas "perricas" a los sponsors a organizar el curso que se impartió, pasando por llevar a todo el ganado a donde debía estar en cada momento, aunque se lo pusiéramos realmente difícil en algunas ocasiones.

Gracias, Francesca, por estar siempre ahí.

Al resto, un placer volver a veros y compartir con tod@s. Nos vemos el próximo año en Alicante.

Un abrazo fuerte.

Pablo López

Como cada año

!!!Una fantástica experiencia!!!



Reunirnos una vez al año nos hace sentir que pertenecemos a un grupo especial de personas que crecen juntas y que comparten conocimientos

El sentido de pertenencia es una necesidad básica del ser humano y en estos encuentros el aprendizaje y la diversión están garantizados

Estar unidos es muy importante así que animo a todos aquellos que hayan venido en alguna ocasión o que quieran hacerlo por primera vez, a reservar la fecha del próximo año!!!

Elisabet Garcia

En el año 2018 hice Toque para la Salud con Elisabet en Creixell. Ese fue el comienzo de saber que era el momento propicio para poder empezar por este camino en mi vida.

Luego vino el Reset y la culminación a mi decisión de empezar con mi formación, fue asistir en Benicassim a las Jornadas en Septiembre.

Fue muy especial, conocer a Francesca, a un montón de instructores y a un grupo que lleva muchos años. Fue muy enriquecedor lo que aprendí de Fisonomía aplicada a las Flores de Bach. Muy intenso. Allí decidí que empezaría la formación completa.

También fueron dos días geniales de compartir con personas tan generosas y con una gran calidad humana.

El hotel genial y las instalaciones muy bonitas. Y la excursión... de fábula. Bellísimas cuevas.

Quiero agradecer a todos tanta cordialidad. ¡Gracias equipo! Un abrazo

Sonnia Vergara

Feliz viaje oooh. Desde Montmeló a Benicàssim

Nuevo encuentro de esta gran familia que llevo en mi corazón desde que comenzó mi trayectoria en Kinesiología.

El hotel muy cercano a la preciosa playa de Benicàssim, remanso de paz en esta época con vestigios de tiempos mejores que le daban calidez y sabor antiguo y bonito.

La felicidad de volver a ver a todos los compañeros de este hermoso viaje que es la Kinesiología, el entrañable taller con Francesca, la excursión fantástica a las preciosas cuevas de San José, las maravillosas historias de Marino sobre el pueblo Íbero y sus costumbres, “un extra” que puso la guinda al genial encuentro.

Como siempre, recomiendo que hagáis lo posible por probarlo.

Josefa Abollado

Tuve una compañera de excepción con la que me di un baño en el mar.

Me encontré agusto, tranquila y bien.

Interesante recordar que mirando a las personas a la cara puedes deducir cantidad de información veraz e útil, tanto para una buena comunicación como para una buena escucha sin juzgar.

Me encontré con personas que hacía años no veía y con otras que hacía algo menos y con las que tengo algo afín muy importante el respeto y la inquietud por ayudar a los demás con unas herramientas excepcionales.

En cuanto al lugar... estupendo y cerquica del mar, que es mi pasión, y no muy lejos de mi tierra. Gracias por estar ahí. Un abrazo a tod@s.

Cali Gil

He ido unas tres veces a las jornadas, y todas son distintas. Al principio da pereza ir, porque estás en tu «zona de confort» y te cuesta salir de ella, pero os animo a que salgáis de ella y vengáis a estas jornadas.

Son un compartir con los viejos y nuevos compañeros, que de cada uno se aprende.

Mi experiencia en todas han sido muy buenas, nos lo pasamos muy bien y siempre compartimos lo que realmente necesitamos compartir en ese momento, así que animaros y apuntaros.

Besos a tod@s

Joaquín Perales

Hacia ya tiempo que mis compañeras me comentaban de las buenas experiencias vividas en las jornadas de kinesiología. Y siempre con la respuesta... el año que viene me apunto.

Un mes antes sufrí una pérdida de un familiar... realmente estaba perdida. Y aún no sé cuál fue el motivo que me llevó a ir. Realmente buscaba huir de todo.

Y ya empezó un viaje de transición personal, encontrándome entre personas con muy buenas vibraciones y el apoyo incondicional, respeto a mis espacios, sentirme acogida y arropada después, descubrir nuevos conocimientos impartidos y de los profesionales. Me hicieron crecer por dentro.

Me ayudaron a recobrar mi energía de sanación para ser mejor profesional. Y esto es lo que cuenta. No importa ni el lugar ni el tiempo. Importa lo que realmente es esencial para cada uno de nosotros.

Gracias a todos.

Pilar Arsequell

¡Ya tenemos fecha para las próximas Jornadas de 2020!

Las próximas Jornadas se celebrarán el 16, 17 y 18 de octubre de 2020 y en esta ocasión se harán en Alicante.

Las jornadas siempre son una gran oportunidad para ampliar nuestros conocimientos, encontrarnos, compartir y disfrutar de todas nuestras experiencias.

Cuando se aproxime la fecha, os informaremos de los detalles sobre las actividades, el alojamiento, horarios y precios.

**Reservar las fechas en
vuestro calendario**

**¡Os animamos a participar
en esta experiencia!**

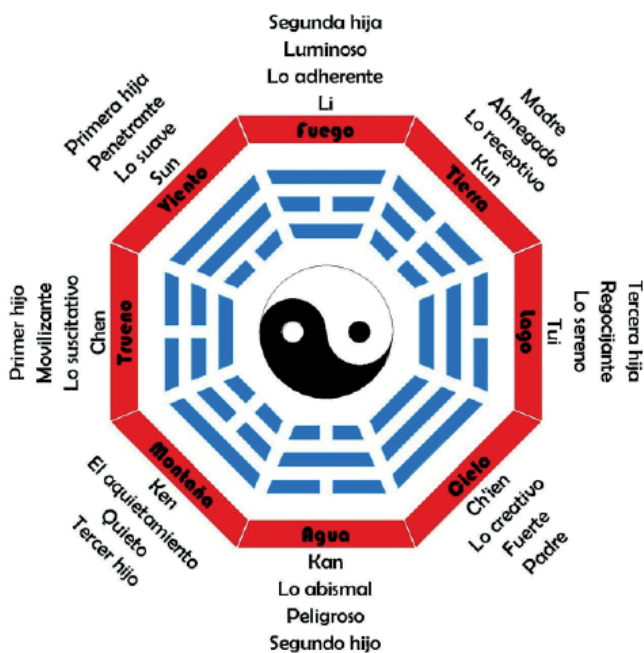
La línea media, el ser esencial en el crecimiento personal

Un concepto ancestral I Ching y otro contemporáneo la Secuencia Emocional del Cuerpo.

I Ching

El I Ching es el tradicional oráculo chino con el que los antiguos maestros taoístas se ayudaban para mantenerse en el Camino, el Tao.

Los 8 trigramas que lo componen son cielo, tierra, rayo, montaña, fuego, viento, lago y agua. Simbolizan su creencia de la conexión del hombre con la naturaleza, y por tanto, con toda su continuidad de ciclos que nos mantienen en constante movimiento. Las 64 combinaciones de trigramas muestran patrones de la naturaleza. El taoísta cree que el hombre está bajo la influencia del Cosmos y debería ser digno reflejo del equilibrio de la naturaleza. La traducción literal de la palabra china Tao es “la Fuerza Universal que armoniza toda la naturaleza”.



Seguir el camino entre los extremos es la única manera de mantenerse en armonía con la Fuerza

Universal. Ser conscientes de la realidad tal como es en este momento nos proporciona la única base verdadera para una percepción precisa de la vida. El juicio y la auto-justificación son una pérdida de tiempo, un ejercicio fútil. La seguridad se encuentra en la aceptación y en la adaptación a los cambios. La realidad de “ahora” es la única realidad de la cual tenemos que ocuparnos. Parte del poder del I Ching es su elemento de riesgo, el cual no está en las monedas; el riesgo es que no has percibido la realidad, es un clarificador de los temas, no una manera de adivinar el futuro. Ofrece consejo, contemplación, reflexión.

Secuencia Emocional del Cuerpo

Esta energía estaba en el Universo observando a la humanidad, sus sufrimientos, incomprendimientos y cómo vuelve cien veces al mismo tema sin aprender de la experiencia más que una pequeña parte. Descubrió a Daniel, a Gordon y a Candace, de Three in One Concepts (Tres conceptos en uno) y encontró que eran un perfecto camino para llegar a los seres humanos. Eso es lo que he podido experimentar desde que la conozco. Lo que ha aportado a mi vida y a la de las personas con las que la comparto y trabajo, que son muchas, llenaría un libro.

La Secuencia Emocional del Cuerpo parece consistir de dos columnas de información. La de la derecha tiene los estados emocionales. La de la izquierda tiene los estados deseados de la mente. Más no es la izquierda contra la derecha. Tiene tres niveles en horizontal y tres en vertical. Los niveles verticales son Consciente, Subconsciente y Cuerpo. Los niveles horizontales son los estados deseados de la mente, los estados emocionales y la ELECCIÓN entre los dos.

La línea media de la Secuencia es la ELECCIÓN. Pero no es la ELECCIÓN entre un lado o el otro, blanco o negro, correcto o incorrecto, yin o yang. Es cierto que hacemos elecciones de esta manera. Sin embargo, hay un Estado de Ser que es también la ELECCIÓN que es la Consciencia total que reemplaza la “necesidad” de ELECCIÓN. Es aceptar, integrar las dos partes, convirtiendo los tres niveles horizontales en uno.

Cuando los TRES niveles de Consciencia están de acuerdo, la ELECCIÓN Consciente tiene la oportunidad de crear un cambio duradero y positivo.

LAS ELECCIONES QUE HACE EL CUERPO

Estas ELECCIONES vienen de nuestra programación profunda e inconsciente y reflejan nuestra memoria celular de cada experiencia de vida previa que tuvimos. Habla de nuestra respuesta completa a la vida desde el momento de la Concepción en adelante. Sus raíces se hunden en un pasado remoto que no hay una manera de entender completamente de donde viene. Creemos que somos una forma de vida individual pero ¿Cuál es el origen de la forma de vida original? ¿La experiencia de vida del Universo!



LAS ELECCIONES HECHAS POR EL SUBCONSCIENTE

El subconsciente está en contacto con el Consciente pero con una base en el Cuerpo.

Su realidad es la memoria específica, recordada conscientemente o negada y suprimida. Es nuestra experiencia individual de esta vida. Esto suena bastante simple pero no lo es, porque tenemos dos clases de memoria para resolver o recordar según dos criterios:

La lineal, autojustificativa y de supervivencia del hemisferio izquierdo, ego. Y la abstracta, imparcial y sin juicios del hemisferio derecho.

LAS ELECCIONES HECHAS POR EL CONSCIENTE

El Consciente es la respuesta a la vida momento a momento. Ésta es la esencia de nuestra existencia y se refleja en las ELECCIONES que tomamos en el momento presente, que son muchas menos de las que creemos. ¿Vivimos libres de estrés? Muchas veces proyectamos preferencias del pasado al tiempo presente.

“EL TAO DE LA SECUENCIA” - CONSCIENCIA DE LA LÍNEA MEDIA

Una ELECCIÓN en la LÍNEA MEDIA sucede cuando estamos en ARMONÍA total con nuestra Naturaleza Esencial y con nuestra CONSCIENCIA del mundo que nos rodea.

No implica una deliberación consciente, ni una obsesión subconsciente ni sucede desde el Cuerpo. Ocurre, simultáneamente, en TODOS los Niveles de la Consciencia. Un “rayo de consciencia” y tu futuro es AHORA.

- Consciencia de la Línea Media = Realidad
- Consciencia del Nivel Consciente = Realidad percibida
- Consciencia del Nivel Subconsciente = Realidad creída
- Consciencia del Nivel Cuerpo = La realidad dentro de tu piel

La consciencia de la línea media está presente cuando estás plenamente interesado, fascinado y absorto en lo que estás haciendo. No reaccionas, desconectas del ser que crees que eres, o que debes ser. Entonces la puerta de la verdadera Consciencia se abre y puedes ser el Ser para el que fuiste concebido. Tu ser de verdad funciona automáticamente, sin pensamiento, sin esfuerzo.

Esta consciencia no aparece por que la podamos llamar o traer. Está presente cuando llegamos a ser totalmente conscientes de lo que está sucediendo alrededor de nosotros ahora mismo y aceptamos lo que Es como “ES”. Entonces todo es posible y nada es imposible. NO hay un siste-

ma; hay solamente Consciencia, que quiere decir, una Aceptación total y una asimilación de lo que ES ahora mismo.

Las ELECCIONES que haces en la CONSCIENCIA de la Línea Media te sirven durante toda tu vida, reemplazando cualquier tipo de programación del pasado o creencia del presente.

EL I CHING Y LA SECUENCIA EMOCIONAL DEL CUERPO

Son dos buenos ingredientes para un exquisito guiso, un buen alimento que puede aportar conciencia al planeta y a la humanidad. Cuando enfrentamos un problema difícil, parece que sólo somos capaces de enfocar un aspecto, y normalmente es el que no queremos. Non queremos los sentimientos que parecen atrapados en nuestro cuerpo. No queremos estar en un atolladero en el cual parece que no tenemos ELECCIÓN.

El I Ching fue creado originalmente para tratar con este tipo de temas BLOQUEADOS, “para dar luz donde no hay luz”. Su enfoque es sobre ACCIÓN, la mejor acción aconsejable, según la situación. El Barómetro da la base emocional de un tema personal, y clarifica el verdadero resultado deseado.

Utilizamos el test muscular para identificar lo que causa el estrés sobre este tema. Cada tema de I Ching tiene una posición de la Secuencia Emocional del Cuerpo asociada. Si conoces el trabajo de Kinesiología del Comportamiento y las Relaciones Humanas (KCRH), repasa las otras dos asociaciones y la E/F para aclarar más la situación.

Dos trigramas forman un hexagrama, la suma de toda la información que aporta se refleja en la imagen/símbolo de ese hexagrama. Este dibujo integrado visualmente mientras realizamos con los ojos el símbolo del infinito con F/O y tomando conciencia de la historia que explica la SEC, es una de las formas de equilibración más potentes que conocemos.

Francesca Simeón

Tan sencillo y tan efectivo

Conceptos que permiten que una sesión de Kinesiología pueda parecer un milagro.

El material de esta ponencia es un extracto de los seminarios “Profundización e Integración 1 y 2” del centro vida kinesiología. Varias razones nos llevaron a elaborar estos seminarios. Una de ellas fue darnos cuenta que para muchas personas, lo que más les atrae de la kinesiología, son sus “técnicas poderosas”. La creencia de que “La técnica es más importante que la persona” está muy extendida. Esta creencia nos hace dudar, nos priva de nuestro poder como seres vivos cuando utilizamos Kinesiología al otorgárselo a la técnica. Podemos observar esto en muchas personas que son capaces de ayudar a los otros de forma espontánea sin proponérselo pero cuando se lo plantean, cuando entran en el rol de “terapeuta”, no son capaces de desarrollar su potencial innato.

Otra fue el observar una especie de obsesión por la respuesta del test, elevando el valor de ésta a algo absoluto, sin ponerlo en relación con la persona o con como la persona lo vive. Hemos visto también como se confunde test muscular, técnica y sistema de equilibración, con diagnóstico. Es difícil explicar que es lo que hacemos si decimos que no diagnosticamos. Por que decir que hacemos valoraciones energéticas, es lo mismo que decir que hacemos un diagnóstico energético. Nosotros decimos que el cuerpo utiliza el test para mostrar su situación y su forma preferente de equilibrio. Pero es difícil explicarlo sin ejemplos prácticos.

Existen muchos seminarios de Kinesiología que desarrollan técnicas, procesos y protocolos. Creemos que existe mucha y muy buena tecnología, que además es importante saber utilizarla. También existen seminarios que hablan del cómo utilizar las técnicas, y algunos en los que se explican los procesos en profundidad. Menos son los seminarios que se centran en cómo la persona vive la técnica.

Para nosotros, cuando alguien nos pregunta ¿cómo funciona esto? ¿cuándo lo aplicas? ¿en qué circunstancias?, hay tres respuestas posibles. Una, decir el consabido “el test muscular así lo indica”. Dos, decir “no se como funciona pero funciona”. Ambas son muy honestas pero no satisfacen siempre nuestro espíritu inquieto. La tercera respuesta es intentar explicar que es lo que hacemos cuando trabajamos. El problema es ¿cómo explicar como trabajas cuando siempre trabajas de forma aparentemente diferente?.

Mi experiencia personal en el trabajo “físico” como fisioterapeuta y viendo cambios “reales” casi milagrosos, me llevo a ver una serie de factores obvios que pocas veces se explican. Si tenemos presente que tanto técnica como diagnóstico o protocolos son inventos o conceptos, que no existen dentro de la persona, la pregunta sigue siendo ¿cómo se vive esto dentro? Este como se viven las cosas es mucho más que la emoción que hay en este momento.

Profundización e Integración 1. Se centra en activar la capacidad de utilizar de forma efectiva las herramientas para percibir cambios reales. Defusión de la creencia “La técnica es más importante que la persona”.

Profundización e Integración 2. Muestra como integrar la tabla de niveles de conciencia en el esquema de cualquier sesión. Cómo incorporarlo con las técnicas, digitales y equilibraciones.

Diversos conceptos importantes en una equilibración

Concepto de convergencia de estímulos: Es importante que los diferentes estímulos converjan sobre lo que se efectúe en ese momento.

Los seres humanos crecemos y evolucionamos gracias a los estímulos que recibimos del medio que nos rodea. Por ejemplo, son precisos estímulos de presión y movimiento para el crecimiento óseo.

Los estímulos se captan a través de órganos sensitivos exteroceptores, captan estímulos del exterior, y propioceptores, captan estímulos y situaciones del interior.

Ejemplo: Convergencia de estímulos sobre un punto NL

Nivel de dolor
Nivel de presión
Calor/Frío
Movimiento de la piel
Movimiento articulaciones próximas
Relajación/Tensión

Estimulación del punto N.L.

Otros sentidos (mirada...)

Ley de la activación de sistemas: Cuantos más sistemas son activados de forma armónica, mayor es el global de energía que se activa, la información de lo que en aquel momento suceda será integrada a un nivel mucho más amplio. Diversos sistemas pueden ser, linfático, circulatorio, meridianos, etc.

Recordar que cada persona, tendrá una vía preferente de acceso, la cual no necesariamente ha de ser la misma para temas y procesos diferentes. Sin embargo, hay que tener presente que un exceso de información no procesada genera más bloqueo.

Concepto de la coherencia de percepción o armonía:

Las personas percibimos a diferentes niveles, en sí cada órgano sensitivo percibe una determinada frecuencia de estímulos. Así percibimos estímulos mecánicos (tacto), mecánicos vibratorios (sonido), materiales (gusto, olfato), energéticos (visual-luz). Cuando todos estos estímulos se encuentran en coherencia, percibimos armonía.

Cómo vive la persona esto. Cómo lo vivimos nosotros.

Niveles de conciencia.

La persona no sólo posee percepción del exterior, también del interior y además, la elaboración de la percepción. Como mínimo podemos decir que es consciente de tres cosas, sensación física, sentimientos / emociones y pensamientos.

Mental	Sentimiento	Percepción física
Pensamiento A	Emoción A	Sensación de calor
Pensamiento B	Emoción B	Sensación de dolor
	Emoción C	

Situación de dificultad en la comprensión

Mental	Sentimiento	Percepción física
Pensamiento	Emoción	Sensación unificada

Situación de comprensión facilitada

Colocar estos tres aspectos en línea equivale a una coherencia en la percepción interna. Un estado de armonía.

Llevando el ejemplo anterior a un esquema más completo, podemos añadirle otro nivel, el espiritual.

Este nivel para nosotros no tiene connotaciones religiosas, sencillamente es “¿qué significa esto en tu vida?”

Espíritu	Pensamiento se comprende	Emoción se siente	Sensación física se vive real
----------	--------------------------	-------------------	-------------------------------

Esto es equivalente a la armonía del ser. Desde este estado es fácil comprender lo que sucede. Entender que cualquier estímulo y situación, el dolor especialmente, es una referencia a su nivel para no perder la conexión que precisamos hacer. Agradecer y dar el siguiente paso sin culpabilizar, ni a nosotros ni a otros.

La experiencia de coherencia es lo más parecido a un milagro. Pero que sucede cuando aparece el tiempo.

-dibujo nuevo estado de conciencia-fase de transformación



Utilizando la Kinesiología como sistema de bioinformación y respetando siempre a la persona, se crea un nuevo estado de conciencia. Bien sea a nivel fisiológico, estructural, comportamental, espiritual, etc. Ese nuevo estado de conciencia puede ser percibido como esa armonía explicada anteriormente. Pero todo nuevo estado de conciencia, fase Yin, lleva a un proceso de transformación, fase Yang, y toda transformación lleva a un nuevo estado de conciencia. Si por cualquier razón, en algún momento, este continuo movimiento se bloquea, entramos en un desequilibrio, a uno u otro nivel.

Cuadro de Niveles de conciencia

Ying	Espiritual Sentido del asunto en la vida	Yang
No entiendo nada	Mental Se comprende Percibir nuevas opciones Visual Percepciones elaboradas Imágenes visuales	Lo veo muy claro Imagen fija Si vieras / escucharas / hablaras algo diferente ¿que sería?
No soy digno de ...	Emocional Se siente Aceptar Auditivo Percepciones cualitativas "vibraciones", tono de luz,	No acepto cierto límite Con mi actitud los comparto Que puedo aceptar de la situación Que puedo aceptar del comportamiento de otros
vacio	Físico Se experimenta real Cambiar Kinestésico Propiocepción Sensaciones materiales basadas	tensión salida al exterior luchar ocultar la existencia test de dolor fuerte Que tipo y cuanta tensión física se permite liberar para entrar en contacto con interior ocultado
refugio en el interior escapar huir negar la existencia Qué y cuanta energía física se permite adquirir para entrar en contacto con sensaciones externas		

Hemos encontrado trucos y recursos para amoldar y aplicar técnicas en los diferentes niveles, pero lo más efectivo es hacernos a nosotros mismos las preguntas.

Mantener todo esto vivo en nosotros, nos permite ser capaces de honrar tanto nuestro físico y sus sensaciones, como nuestras emociones, procesos mentales y espíritu y mantener cada uno en su lugar. Si lo honramos en nosotros, estaremos cuidándolo en las personas con quienes nos relacionemos sin necesidad de nos lo impongamos.

JC Monge

Esta es la pasta de dientes que NO deberíamos usar

Esta es una información inquietante sobre algo que muchísimas personas hacen a diario y es absolutamente nocivo para su salud, aunque por supuesto la mayoría lo desconoce.

Hablo de cepillarse los dientes con pastas de dientes con flúor.

Ahora bien, el auténtico problema de fondo reside en que las autoridades sanitarias llevan décadas recomendándonos que lo hagamos, pese a que sus supuestos beneficios no se hayan demostrado jamás.

La cantinela de que el flúor es el mejor amigo de los dientes es algo que prácticamente todos hemos escuchado desde pequeños. Y es que supuestamente refuerza el esmalte, combate las caries y mantiene los dientes blancos.

Sin embargo, lo que han demostrado la mayoría de estudios sobre el tema es que no ofrece ningún beneficio y que incluso provoca graves efectos nocivos. Por eso se podría decir que, una vez más, las recomendaciones sanitarias oficiales resultan perjudiciales para la salud.

Pero, antes de nada, vamos a comenzar por lo básico:

¿Qué es el flúor?

El flúor (F), primer elemento de la familia de los halógenos y uno de los elementos químicos más reactivos, fue descubierto por el farmacéutico Henri Moissan en 1886.

Se presenta en forma de gas amarillo pálido y es corrosivo, de olor picante e irritante, además de altamente reactivo e inestable.

En toxicología el fluoruro sódico es considerado tan nocivo como el arsénico, el aluminio, el plomo o el mercurio.

En la naturaleza se pueden encontrar trazas de flúor en el agua, los suelos y las plantas, pero hoy en día de forma artificial está presente incluso en

las sartenes recubiertas con teflón (el cual no es sino politetrafluoroetileno; o, en otras palabras, flúor mezclado con plástico).

Aunque no se trata de un mineral necesario para la vida, también está presente en el cuerpo humano, si bien por lo general en muy bajas cantidades.

¿Por qué se añade flúor a la pasta de dientes?

En la década de 1950 se introdujo el flúor en la composición de los dentífricos y en la red de distribución de agua porque se consideraba un remedio milagroso (y de bajo coste) contra las caries.



Del mismo modo, la suplementación con flúor en forma de complemento alimenticio se convirtió en una práctica totalmente corriente desde la década de 1970.

Sin embargo, los supuestos beneficios del flúor nunca fueron probados; más bien todo lo contrario...

Un amplio estudio realizado en 2011 concluyó que el flúor no tiene ningún efecto sobre los dientes de leche (es decir, hasta los 11 años, aproximadamente) y que, aunque podría disminuir la desmineralización en los dientes definitivos, ese supuesto beneficio no se traduciría en una menor incidencia de las caries. (1)

La explicación a este fenómeno es la misma que la de la ineficacia de los medicamentos contra la osteoporosis, que aumentan la densidad ósea pero no disminuyen el riesgo de fracturas. En el caso del flúor, al tener una estructura próxima al calcio, ocupa su lugar en el diente, lo que lo hace más difícil de desalojar, pero también altera el metabolismo normal del propio calcio.

Sin embargo, las conclusiones de otro grupo de investigadores, esta vez del grupo Cochrane, resultaron aún menos halagüeñas. Examinaron diversos estudios sobre la eficacia del flúor para la salud bucodental en función de la edad, constatando que entre los niños de 10 a 12 años que tomaban una suplementación de flúor existía una reducción de la porosidad y pérdida de superficie en los dientes definitivos del 24%. (2)

Los peligrosos (y desconocidos) efectos del flúor

En exceso, el flúor causa manchas blancas en los dientes, salivación excesiva, dolor de estómago y alteración del gusto.

En caso de intoxicación provoca vómitos, temblores e incluso crisis convulsivas, y en el de sobreexposición crónica pueden aparecer alteraciones del esmalte dental, lo que se denomina "fluorosis dental", pero también osteoporosis, lesiones del sistema nervioso central, malformaciones congénitas, trastornos cardíacos...

Esto sucede porque el flúor puede llegar a ocupar el lugar destinado al calcio en el organismo, cuando al ligarse ambos forman un complejo insoluble -el fluoruro de calcio- que desencadena un descenso del calcio en la sangre.

A consecuencia de ello los huesos que se enriquecen con flúor pierden su estructura mineral, lo que favorece las microfracturas y la escoliosis (desviación lateral de la columna vertebral), la cifosis (aumento exagerado de la curvatura fisiológica de la columna dorsal), la hiperlaxitud de los ligamentos (elasticidad excesiva de estos tejidos) y la degeneración acelerada del organismo.

Pero es que el exceso de flúor en el organismo también puede provocar trastornos psíquicos de gravedad.

Se encuentra en los venenos para ratas y cucarachas, así como en algunos gases neurotóxicos como el somán o el sarín (usado en 1995 en el atentado del metro de Tokio).

Así que, a fin de prevenir un exceso en el organismo sin lugar a dudas es mejor evitar el flúor en cualquiera de sus formas, empezando por los

dentífricos que usamos a diario para cepillarnos los dientes.

Y por eso hoy quiero que conozca una estupenda alternativa a la pasta de dientes convencional que podrá preparar en su propia casa:

Receta para un dentífrico casero

Poner en un cuenco una cucharada sopera de arcilla blanca en polvo.

Añadir ½ cucharadita de bicarbonato sódico y 2 cucharaditas de agua y mezclar bien hasta obtener una pasta.

Añadir luego 2 ó 3 gotas de aceite esencial de árbol de té o de limón y meter la pasta resultante en un tarro de vidrio cubierto con celofán.



Se puede conservar la preparación entre 5 y 6 días a temperatura ambiente.

Otros trucos infalibles de la abuela para proteger la buena salud de los dientes

La sal gruesa. El yodo que contiene la sal gruesa permite conservar los dientes sanos y blancos. Puede cepillarse los dientes con sal gruesa 3 ó 4 veces a la semana.

La piel de naranja. Frotarse con la parte blanca de la piel de naranja, que es rica en potasio y magnesio, permite mantener los dientes blancos. No hay que enjuagar hasta 30 minutos después del frotado para dejar que actúe.

Luis Miguel Oliveiras

Fuentes:

1. Tubert-Jeannin S, Auclair C, Amsallem E, Tramini P, Gerbaud L, Ruffieux C, Schulte AG, Koch MJ, Rège-Walther M, Ismail A. "Fluoride supplements (tablets, drops, lozenges or chewing gums) for preventing dental caries in children". Cochrane Database of Systematic Reviews 2011, Issue 12. Art. No.: CD007592.

2. Wong, M. C., Glenn, A, Tsang, B. W., Lo, E. C., Worthington, H. V. and Marinho, V. C. (2011), Cochrane review: Topical fluoride as a cause of dental fluorosis in children. Evid.-Based Child Health, 6: 388-439. doi:10.1002/ebch.705.

El temido enemigo

La idea de este cuento llegó a mí escuchando un relato de Enrique Mariscal. Me permití, partir de allí prolongar el cuento transformarlo en otra historia con otro mensaje y otro sentido... Así como está ahora se lo regalé una tarde a mí amigo Norbi.

Había una vez, en un reino muy lejano y perdido, un rey al que le gustaba sentirse poderoso. Su deseo de poder no se satisfacía sólo con tenerlo, él, necesitaba, además, que todos lo admiraran por ser poderoso. Así como la madrastra de Blanca Nieves no le alcanzaba con verse bella, también él necesitaba mirarse en un espejo que le dijera lo poderoso que era. Él no tenía espejos mágicos, pero contaba con un montón de cortesanos y sirvientes a su alrededor a quienes preguntarle si él era el más poderoso del reino.



Invariablemente todos le decían lo mismo: Alteza, eres muy poderoso, pero tú sabes que el mago tiene un poder que nadie posee: Él conoce el futuro (En aquel tiempo, alquimistas, filósofos, pensadores, religiosos y místicos eran llamados, genéricamente “magos”).

El rey estaba muy celoso del mago del reino pues aquel no sólo tenía fama de ser un hombre muy bueno y generoso, sino que además, el pueblo entero lo amaba, lo admiraba y festejaba que él existiera y viviera allí. No decían lo mismo del rey.

Quizás porque necesitaba demostrar que era él quien mandaba, el rey no era justo, ni ecuánime, y mucho menos bondadoso.

Un día, cansado de que la gente le contara lo poderoso y querido que era el mago, o motivado por esa mezcla de celos y temores que genera la envidia, el rey urdió un plan:



Organizaría una gran fiesta a la cual invitaría al mago. Después de la cena, pediría la atención de todos. Llamaría al mago al centro del salón y delante de los cortesanos, le preguntaría si era cierto que sabía leer el futuro. El invitado tendría dos posibilidades: decir que no, defraudando así la admiración de los demás, o decir que sí, confirmando el motivo de su fama. El rey estaba seguro de que escogería la segunda posibilidad. Entonces, le pediría que le dijera la fecha en la que el mago del reino iba a morir. Éste daría una respuesta, un día cualquiera, no importaba cuál. En ese mismo momento, planeaba el rey, sacar su espada y matarlo. Conseguiría con esto dos cosas de un solo golpe: la primera, deshacerse de su enemigo para siempre; la segunda, demostrar que el mago no había podido adelantarse al futuro, ya que se había equivocado en su predicción. Se acabarían, en una sola noche, el mago y el mito de sus poderes.

Los preparativos se iniciaron enseguida, y muy pronto el día del festejo llegó.

Después de la gran cena, el rey hizo pasar al mago al centro y le preguntó:

- ¿Es cierto que puedes leer el futuro?

- Un poco - dijo el mago.
- ¿Y puedes leer tu propio futuro? - preguntó el rey.
- Un poco - dijo el mago.
- Entonces quiero que me des una prueba - dijo el rey - ¿Qué día morirás?
¿Cuál es la fecha de tu muerte?
El mago se sonrió, lo miró a los ojos y no contestó.
- ¿Qué pasa mago? - dijo el rey sonriente - ¿No lo sabes?... ¿no es cierto que puedes ver el futuro?
- No es eso - dijo el mago - pero lo que sé, no me animo a decírtelo.
- ¿Cómo que no te animas? - dijo el rey -... Yo soy tu soberano y te ordeno que me lo digas. Debes darte cuenta de que es muy importante para el reino saber cuando perdemos a sus personajes más eminentes... Contéstame pues, ¿cuándo morirá el mago del reino?

Luego de un tenso silencio, el mago lo miró y dijo:
- No puedo precisarte la fecha, pero sé que el mago morirá exactamente un día antes que el rey...
Durante unos instantes, el tiempo se congeló. Un murmullo corrió por entre los invitados.

El rey siempre había dicho que no creía en los magos ni en las adivinaciones, pero lo cierto es que no se animó a matar al mago. Lentamente el soberano bajó los brazos y se quedó en silencio... Los pensamientos se agolpaban en su cabeza. Se dio cuenta de que se había equivocado. Su odio había sido el peor consejero.

- Alteza, te has puesto pálido. ¿Qué te sucede? - preguntó el invitado.

- Me siento mal - contestó el monarca - voy a ir a mi cuarto, te agradezco que hayas venido.

Y con un gesto confuso giró en silencio encaminándose a sus habitaciones...
El mago era astuto, había dado la única respuesta que evitaría su muerte.
¿Habría leído su mente?

La predicción no podía ser cierta. Pero... ¿Y si lo fuera?...

Estaba aturdido...

Se le ocurrió que sería trágico que le pasara algo al mago camino a su casa.

El rey volvió sobre sus pasos, y dijo en voz alta:

- Mago, eres famoso en el reino por tu sabiduría, te ruego que pases esta noche en el palacio pues debo consultarte por la mañana sobre algunas decisiones reales.

- ¡Majestad!. Será un gran honor... – dijo el invitado con una reverencia.



El rey dio órdenes a sus guardias personales para que acompañaran al mago hasta las habitaciones de huéspedes en el palacio y para que custodiasen su puerta asegurándose de que nada pasara...

Esa noche el soberano no pudo conciliar el sueño. Estuvo muy inquieto pensando qué pasaría si el mago le hubiera caído mal la comida, o si se hubiera hecho daño accidentalmente durante la noche, o si, simplemente, le hubiera llegado su hora.

Bien temprano en la mañana el rey golpeó en las habitaciones de su invitado. Él nunca en su vida había pensado en consultar ninguna de sus decisiones, pero esta vez, en cuánto el mago lo recibió, hizo la pregunta... necesitaba una excusa. Y el mago, que era un sabio, le dio una respuesta correcta, creativa y justa. El rey, casi sin escuchar

la respuesta, alabó a su huésped por su inteligencia y le pidió que se quedara un día más, supuestamente, para “consultarle” otro asunto... (obviamente, el rey sólo quería asegurarse de que nada le pasara).

El mago - que gozaba de la libertad que sólo conquistan los iluminados - aceptó...

Desde entonces todos los días, por la mañana o por la tarde, el rey iba hasta las habitaciones del mago para consultarlo y lo comprometía para una nueva consulta al día siguiente.

No pasó mucho tiempo antes de que el rey se diera cuenta de que los consejos de su nuevo asesor eran siempre acertados y terminara, casi sin notarlo, teniéndolos en cuenta en cada una de las decisiones.

Pasaron los meses y luego los años.

Y como siempre... estar cerca del que sabe vuelve al que no sabe, más sabio.

Así fue: el rey poco a poco se fue volviendo más y más justo.

Ya no era despótico ni autoritario. Dejó de necesitar sentirse poderoso, y seguramente por ello dejó de necesitar demostrar su poder.

Empezó a aprender que la humildad también podía tener sus ventajas.

Empezó a reinar de una manera más sabia y bondadosa.

Y sucedió que su pueblo empezó a quererlo, como nunca lo había querido antes.

El rey ya no iba a ver al mago investigando por su salud, iba realmente para aprender, para compartir una decisión o simplemente para charlar.

El rey y el mago habían llegado a ser excelentes amigos.

Hasta que un día, a más de cuatro años de aquella cena, sin motivo, el rey recordó.

Recordó que este hombre, a quien consideraba ahora su mejor amigo, había sido su más odiado enemigo.

Recordó aquél plan que alguna vez urdió para matarlo.

Y sé dio cuenta que no podía seguir manteniendo este secreto sin sentirse un hipócrita.

El rey tomó coraje y fue hasta la habitación del mago. Golpeó la puerta y apenas entró, le dijo:

- Hermano mío, tengo algo para contarte que me oprime el pecho.

- Dime - dijo el mago - y alivia tu corazón.

- Aquella noche, cuando te invité a cenar y te pregunté sobre tu muerte, yo no quería en realidad saber sobre tu futuro, planeaba matarte frente a cualquier cosa que me dijeras, quería que tu muerte inesperada desmistificara tu fama de adivino. Te odiaba porque todos te amaban... Estoy tan avergonzado...



El rey suspiró profundamente y siguió:

- Aquella noche no me animé a matarte y ahora que somos amigos, y más que amigos, hermanos, me aterra pensar lo que hubiera perdido si lo hubiese hecho.

Hoy he sentido que no puedo seguir ocultándote mi infamia.

Necesité decirte todo esto para que tú me perdones o me desprecies, pero sin ocultamientos.

El mago lo miró y le dijo:

- Has tardado mucho tiempo en poder decírmelo, pero de todas maneras, me alegra que lo hayas hecho, porque esto es lo único que me permitirá decirte que ya lo sabía. Cuando me hiciste la pregunta y acariciaste con la mano sobre el puño de tu espada, fue tan clara tu intención, que no hacía falta ser adivino para darse cuenta de lo que

pensabas hacer - el mago sonrió y puso su mano en el hombro del rey. - Como justa devolución a tu sinceridad, debo decirte que yo también te mentí... Te confieso que inventé esa absurda historia de mi muerte antes de la tuya para darte una lección. Una lección que recién hoy estás en condiciones de aprender, quizás la más importante cosa que yo te haya enseñado:

Vamos por el mundo odiando y rechazando aspectos de los otros y hasta de nosotros mismos que creemos despreciables, amenazantes o inútiles... y sin embargo, si nos damos tiempo, terminaremos dándonos cuenta de lo mucho que nos costaría vivir sin aquellas cosas que en un momento rechazamos.

Tu muerte, querido amigo, llegará justo, justo el día de tu muerte, y ni un minuto antes. Es importante que sepas que yo estoy viejo, y que mi día seguramente se acerca. No hay ninguna razón para pensar que tu partida deba estar atada a la mía. Son nuestras vidas las que se han ligado, no nuestras muertes.

El rey y el mago se abrazaron y festejaron brindando por la confianza que cada uno sentía en esta relación que habían sabido construir juntos...

Cuenta la leyenda...
que misteriosamente...
esa misma noche...
el mago...
murió durante el sueño.

El rey se enteró de la mala noticia a la mañana siguiente... y se sintió desolado.

No estaba angustiado por la idea de su propia muerte, había aprendido del mago a desapegarse hasta de su permanencia en el mundo. Estaba triste, simplemente por la muerte de su amigo.

¿Qué coincidencia extraña había hecho que el rey pudiera contarle esto al mago justo la noche anterior a su muerte?.

Tal vez, tal vez de alguna manera desconocida el mago había hecho que él pudiera decirle esto

para quitarle su fantasía de morirse un día después.

Un último acto de amor para librarlo de sus temores de otros tiempos...

Cuentan que el rey se levantó y que con sus propias manos cavó en el jardín, bajo su ventana, una tumba para su amigo, el mago.

Enterró allí su cuerpo y el resto del día se quedó al lado del montículo de tierra, llorando como se llora ante la pérdida de los seres queridos.

Y recién entrada la noche, el rey volvió a su habitación.

Cuenta la leyenda... que esa misma noche... veinticuatro horas después de la muerte del mago, el rey murió en su lecho mientras dormía...

quizás de casualidad...

quizás de dolor...

quizás para confirmar la última enseñanza del maestro.

Jorge Bucay



Relación de instructores y formadores

Los instructores relacionados se encuentran autorizados y actualizados por la escuela o método reflejado y han autorizado expresamente hacer pública su condición.

Toque para la salud - Touch for Health

Abollado Santamarina, Josefa
Agede Paba, Juan Manuel
Agusí Bori, Anna
Arroyo Gómez, Lorenzo
Azañón Donoso, M. del Prado
Bernal Rodrigo, M^a Pilar
Blazquez Morera, Mónica
Buendía Noguera, Marino
Camp Bernaus, Anna
Campos Fernández, Juan Antonio
Capellas Rosico, Yolanda
Carbonell Pastor, Monica
Claveria Quintillà, Vicenç
Compan Fernández, Isabel
Delgado Simón, Betsaida
Duvidkewych, Liliya
Esteve Boix, Asunción
Esteve Tomás, Blanca
García Garzón, Elisabet
Gascó i Ventura, Jordi
Gil Vera, Cali
Guerra Marín, M^a Inmaculada
Izquierdo Fernandez, Fabian
Llorella Marco, Esther
López Martínez, Pablo Jesús
Mestres Parés, Teresa
Montesinos Martínez, Carmelo
Morral Castán, Elvira
Navarro Pellicer, Monica
Palomino Platas, Juan José Felipe
Pau Alcaraz, Ana M^a
Peinado Lozano, Leixuri
Perales Agustín, Joaquin
Rico Bou, Marta
Rodríguez Jiménez, Ana Isabel
Sánchez Bueno, Nuria
Simeón Roig, Francesca
Vicente García, Miguel

KINERGETICS

Duvidkewych, Liliya
Esteve Boix, Asunción
Guerra Marín, M^a Inmaculada
López Martínez, Pablo Jesus
Mestres Parés, Teresa
Montesinos Martínez, Carmelo
Rodríguez Jiménez, Ana Isabel
Simeón Roig, Francesca

Brain Gym - Kineisología educativa

Abollado Santamarina, Josefa
Arregui Cuevas, Olatz
Azañón Donoso, M. del Prado
Bernal Rodrigo, M^a Pilar
Carbonell Pastor, Mónica
Claveria Quintillà, Vicenç
Compan Fernández, Isabel
Elsner, Werner
García Garzón, Elisabet
Gil Vera, Cali
Llorella Marco, Esther
Montesinos Martínez, Carmelo
Morral Castán, Elvira
Pau Alcaraz, Ana M^a
Paz Orench, Silvia
Simeón Roig, Francesca

Kinesiología del comportamiento y las relaciones humanas

Abollado Santamarina, Josefa
Gascó i Ventura, Jordi
Guerra Marín, M^a Inmaculada
Morral Castán, Elvira
Palomino Platas, Juan José Felipe
Simeón Roig, Francesca

KINESIOLOGÍA PSICOENERGÉTICA

Abollado Santamarina, Josefa
Buendía Noguera, Marino
Claveria Quintillà, Vicenç
Duvidkewych, Liliya
Esteve Boix, Asunción
Esteve Tomás, Blanca
García Garzón, Elisabet
Gascó i Ventura, Jordi
Guerra Marín, M^a Inmaculada
Izquierdo Fernandez, Fabian
López Martínez, Pablo Jesus
Mestres Parés, Teresa
Montesinos Martínez, Carmelo
Palomino Platas, Juan José Felipe
Pau Alcaraz, Ana M^a
Sanchez Bueno, Nùria
Simeón Roig, Francesca

Ser SOCIO, ¿por qué?

La Asociación es un medio de unión para todas aquellas personas que trabajan o disfrutan con la Kinesiología como sistema de crecimiento personal válido.

Es el foro que nos permite estar en contacto y proyectarnos al exterior. Cuantos más seamos, más representativa será la Asociación y más se podrá lograr en beneficio de todos.

Beneficios de pertenecer a la Asociación

- Los socios reciben de forma periódica el Boletín de la Asociación, manteniéndoles informados sobre temas relacionados con la profesión.
- Los socios reciben un carnet de identificación.
- Los socios profesionales o instructores tienen la posibilidad de contratar un Seguro de Responsabilidad Civil y de Defensa Jurídica.
- A los socios también se les facilita información fiscal y otra serie de servicios, ventajas y promociones.
- La Asociación organiza eventos, como Congresos Internacionales de Kinesiología o las jornadas anuales en las cuales los socios tienen condiciones económicas ventajosas.
- Previo consentimiento, a los socios se les promocionará en la web de la Asociación para que sus posibles clientes tengan la certeza de el IKC los apoya.

Beneficios para los socios Instructores

- Previo consentimiento, se les promocionará en la web de la Asociación como Instructores actualizados por el IKC.
- Esta promoción incluye un calendario en la web donde los Instructores podrán incluir los cursos que vayan a impartir.
- La Asociación facilita todos los trámites de adquisición de certificados/títulos y manuales a los Instructores asociados, creando un vínculo de conexión con el IKC.
- Los Instructores asociados podrán pedir el material y devolver el que les sobre máximo quince días después de realizar el curso y pagar lo utilizado. En caso de cancelar el curso tendrán máximo dos meses para liquidar el material.
- Los Instructores no asociados podrán solicitar el material y pagarlo antes de recibirlo, no se aceptarán devoluciones. Podrán solicitar certificados a los Trainers, gestionarlo en la web del IKC y comprometerse a imprimirlo según los criterios designados.

Subvención para realizar formación durante el 2020

- A los socios instructores actualizados y profesionales en activo se les aplicará un bono de formación de 100€.
- A los socios estudiantes se les aplicará un bono de formación de 30€.

Infórmate en nuestra secretaría para poder disfrutar de las ventajas de esta aportación.

Cuotas inscripción

Inscripción socio simpatizante y profesional inactivo	Cuota semestral	45 €
Inscripción socio estudiante	Cuota anual	25 €
Inscripción instructor registrado y profesional activo	Cuota semestral	60 €
Seguro de responsabilidad civil	Cuota anual	98 €
Seguro de defensa jurídica	Cuota anual	30 €



memoalz

fitoterapia

AVANZADA

PARA CUIDAR Y MEJORAR

TU MEMORIA



SALVIA



MELISSA



BACOPA



GINKGO



HUPERZIA

- ✓ con Cognivia™, combinación única de dos especies de salvia, desarrollada específicamente para personas que quieren mejorar su memoria y concentración*
- ✓ ayuda a proteger y potenciar la memoria en personas adultas sana
- ✓ colabora en la activación y el fortalecimiento de la capacidad mental de personas jóvenes



*Demostrado por estudios clínicos

SORIA NATURAL S.A.
La Sacea s/n GARRAY/SORIA/ESPAÑA
Tel.: 975 252 046 - www.sorianatural.es