



Informe de la Visita de la Fundación Aguas, Naturaleza y Humanidad en el País de Honduras

La visita al País de Honduras se llevó a cabo en los meses de abril, mayo y junio del año 2023, en cumplimiento de la misión de la fundación la cual es promover la conservación del medio ambiente y la conciencia sobre la importancia de los recursos naturales, partiendo de que lo que afecta al ser humano también está afectando a la tierra, por ello el tema principal fue la ecología humana.

El objetivo de la visita al país de Honduras es colaborar con organizaciones locales como: colegios, escuelas, universidades, casas de la cultura y otras instituciones que nos abrieron sus puertas para hablarles un poco de lo que es la ecología humana y como sanar desde casa las heridas que tiene la tierra.



Los temas principales fueron:

Alimentación: como cambiando nuestra alimentación por todo alimento que nos proveen los campesinos que son el Padre y la Madre de la nación, sanamos todas las enfermedades, generamos mayor economía en nuestra región porque estamos dejando de aportar a las multinacionales que sacan el dinero de nuestro país y que además generan enfermedad y contaminación no solo a nuestro cuerpo si no al medio ambiente.

Deporte: y como este favorece nuestra salud física, mental y emocional, en estos tiempos que hay tanta depresión y ansiedad por la falta de pasar tiempo de calidad, el encierro que dejó la pandemia del Covid y el excesivo uso de las redes sociales.

Prácticas para cuidar el medio ambiente: planteamos lo siguiente, dejando de tomar refresco embotellado cuidamos nuestra salud y la del medio ambiente, ya que sería una botella menos que va a parar a la basura, ríos o mares, como hacernos responsables de nuestros propios desechos y que si cambiamos un refresco por una fruta apoyamos la economía local; Se incentivó la siembra de árboles nativos, el uso de la compostera y la separación de residuos desde el hogar. Se dieron charlas sobre elemento terapia y como nos favorece el poder entrar en contacto con la naturaleza.

ACTIVIDADES REALIZADAS:

1. **Visitas a colegios, universidades e institutos técnicos:** la concientización a los estudiantes de la responsabilidad medio ambiental de nuestros hábitos de consumo, y el criterio enfocado a un mejor vivir de nuestra especie y con las que convivimos.



2. **Visitas a casas de la cultura, empresas, radios y grupos de mujeres líderes:** consideramos fundamental que la población general posea espacios de dialogo donde reconozcamos el valor

de la familia, célula primordial de nuestra sociedad en proyecto de mejorar nuestra calidad de vida y productividad, a través de la soberanía alimentaria, agroecología, apoyo de mercados locales, eventos deportivos que nos generen recuperación de espacios sanos que enriquezcan nuestras relaciones.



- 3. Caminatas ecológicas:** La Naturaleza es la fuente de la armonía en las relaciones humanas y la reconquista de los valores de nuestra sociedad, interactuar con ambientes limpios y saludables nos motiva a vivir cada día de una mejor forma, distanciándonos de los malos hábitos que contaminan nuestra salud y la del medio ambiente, entendiendo que somos un ambiente entero interactuando la especie humana y el medio ambiente que nos rodea.





4. Ejercicios para recuperar la salud: cuerpo sano mente sana.



5. Charlas y evento sobre calidad de vida: La vida del ser humano es un compendio de esferas que interactúan y orbitan en el ahora, en el eterno presente que muchas veces se ve olvidado por un afán atemporal que nos agobia; recuperar la vida, es sanar nuestros pequeños hábitos de alimentación, ejercicio, lectura, música, relaciones interpersonales cada vez de mejor calidad.



Reconocimiento
de la casa de la Cultura por el ciclo de conferencias por la vida.



Resultados y Conclusiones:

La visita de la Fundación Aguas, Naturaleza y Humanidad en Honduras tuvo un impacto significativo en la región y en las instituciones visitadas pues estas se vieron identificadas y esto contribuye a una mayor



conciencia sobre el cuidado a la salud de la humanidad y cómo ésta se ve reflejada en el medio ambiente creando así la ecología humana.

Recomendaciones:

Continuar fortaleciendo las alianzas con organizaciones locales y brindar acompañamiento e información que contribuya al mejoramiento y a la educación ambiental y prácticas de vida saludables a las comunidades; hacer un seguimiento regular para evaluar el progreso y las iniciativas de las instituciones.

Conclusión:

La visita a este país fue un paso muy importante hacia mejorar la conservación y concientización ambiental en la región, e implementación de prácticas saludables que aporten a tener un país más saludable desde varios ámbitos.

Este informe refleja las actividades realizadas durante la visita de la Fundación Aguas, Naturaleza y Humanidad en Honduras y la colaboración que recibimos de diversas instituciones.

