



Community Calendar

OCTOBER THE SPOOKIEST MONTH OF THE YEAR

Straddling the line between fall and winter, plenty and paucity, life and death, Halloween is a time of celebration and superstition. It is thought to have originated with the ancient Celtic festival of Samhain, when people would light bonfires and wear costumes to ward off roaming ghosts. In the eighth century, Pope Gregory III designated November 1 as a time to honor all saints and martyrs; the holiday, All Saints' Day, incorporated some of the traditions of Samhain. The traditional Day of the Dead takes place in Xcaret! Xcaret Park honors this great event, declared a Masterpiece of the Oral and Intangible Heritage of Humanity by UNESCO, by celebrating the Festival of Life and Death Traditions. From October 30th to November 2nd, Xcaret Park wears the colors of cempasúchil flower, to welcome you at its 9th Festival of Life and Death Traditions, in the most important celebration in Mexico: the Day of the Death.

VEGETARIAN DAY

October 1st

It is a day of celebration established by the North American Vegetarian Society in 1977 and endorsed by the International Vegetarian Union in 1978, "To promote the joy, compassion and life-enhancing possibilities of vegetarianism. It brings awareness to the ethical, environmental, health and humanitarian benefits of a vegetarian lifestyle.

INTERNATIONAL DAY OF NON-VIOLENCE

October 2nd

The United Nations' (UN) International Day of Non-Violence is a global observance that

promotes non-violence through education and public awareness. It is annually held on October 2 to coincide with renowned Indian leader Mahatma Gandhi's birthday.

LUNAR ECLIPSES

October 8th

Lunar eclipses occur when Earth's shadow blocks the sun's light, which otherwise reflects off the moon. There are three types — total, partial and penumbral — with the most dramatic being a total lunar eclipse, in which Earth's shadow completely covers the moon. The last lunar eclipse was on April 15, 2014. The next lunar eclipse is on Oct. 8, 2014. It will be a total eclipse, best seen from the Pacific Ocean and bordering regions.

WORLD FOOD DAY – COOKING CLASS WITH MISAEAL

October 16th

The day is celebrated widely by many other organizations concerned with food security, including the World Food Program and the International Fund for Agricultural Development. Join Misael where we will be learning how to make "Pollo Enchiladas"

MARINE TURTLE FESTIVAL, AKUMAL, XCACELITO, TULUM

October 16-18th

Join us in this years Turtle Festival. On the 16th of October we will be taking part in this years festival and visiting Xcacel for the opening of the festival and taking part in a few activities (sand castle contest and games). We will be leaving the TWC at 230pm. For more information and to reserve your spot please contact darren@tao-inspiredliving.com

OCTOBER

MONDAYS

- 7 AM TAO Tennis.
- 8 AM Kundalini Yoga.
- 9 AM Zumba & Dance

TUESDAYS

- 8 AM Diabetes Mission: Akumal.
- 8 AM Hatha Yoga.
- 10 AM Spanish Class

WEDNESDAYS

- 7 AM TAO Tennis.
- 8 AM Kundalini Yoga.
- 8:30 AM Diabetes Mission: Tulum.
- 9 AM Zumba & Dance
- 10 AM Akumal Farmers Market

THURSDAYS

- 7:30 AM Diabetes Mission: Chemuyil.
- 8 AM Hatha Yoga.

FRIDAYS

- 8 AM Kundalini Yoga.
- 10 AM Spanish Class

SATURDAYS

- 8 AM Stretching Yoga.
- 10AM Akumal Farmers Market

WEDNESDAY 1st.

- 9AM-9PM Theatre "Los manglares – tesoros de QROO" Casa de cultura, Cozumel
- Vegetarian Day

TUESDAY 2nd.

- 9AM-9PM Theatre "Los manglares – tesoros de QROO" Casa de cultura, Cozumel
- Non-Violence Day

WEDNESDAY 8th.

- Lunar Eclipse
- International Taco Day

THURSDAY 3rd.

- 9AM-9PM Theatre "Los manglares – tesoros de QROO" Casa de cultura, Cozumel

SATURDAY 11th.

- World Music Day

THURSDAY 16th.

- 10.30AM World Food Day – Cooking Class with Misael
- 3PM Marine Turtle Festival, Xcacelito

FRIDAY 17th.

- 9AM Marine Turtle Festival, Tulum

SATURDAY 18th.

- 9AM Marine Turtle Festival, Tulum
- 4PM – 8PM Marine Turtle Festival Akumal

DAY OF THE DEAD XCARET

October 30th

During this festivity you will be able to experience the Hanal Pixan ritual (food for the souls), cuisine of the region, workshops, crafts, gifts and altars, visual arts exhibitions, theater, dance and gala concerts. For more information and to reserve your spot please contact darren@taoinspiredliving.com (read more here about the festival: <http://www.xcaret.com/festival-of-life-and-death-traditions.php>)

HALLOWEEN PARTY AT BAR LATITUDE 20 PUERTO AVENTURAS

October 31st

Join us for this years Halloween Party at Latitude 20 in Puerto Aventuras. For more information and to reserve your spot please contact darren@taoinspiredliving.com

DAY OF THE DEAD XCARET

November 2nd

During this festivity you will be able to experience the Hanal Pixan ritual (food for the souls), cuisine of the region, workshops, crafts, gifts and altars, visual arts exhibitions, theater, dance and gala concerts. For more information and to reserve your spot please contact darren@taoinspiredliving.com (read more here about the festival: <http://en.festivaldevidaymuerte.com/>)

— TAO FOUNDATION EVENTS —

TRIP TO YAXCHÉ

Join us on the 23rd of October for our upcoming visit to the Mayan community of Yaxche. See you all at the TWC Lobby at 8AM. For more information please contact Claudia at claudiam@taoinspiredliving.com or darren@taoinspiredliving.com

DIABETES MISSION

Our mission is to prevent and cure diabetes and to improve the lives of all people affected by diabetes. There is an emerging global epidemic of diabetes that can be traced back to rapid increases in overweight, obesity and physical inactivity. Locally, the TAO Foundation works very closely with the residents that live in Akumal, Chemuyil and Tulum

AKUMAL: Every Tuesday we will visit the Health Clinic of Akumal to test the sugar levels of people of all ages.

TULUM: Every Wednesday we will visit the Palapa de los Abuelitos en Tulum. Here we will test the blood sugar levels of the elderly people.

CHEMUYIL: Every Thursday we will visit the Oropendula Palapa (a few minutes from the main library) and we will be testing the blood sugar levels on people of all ages

THURSDAY 30th

- International Animals Lovers Day

THURSDAY 30th.

- 3 PM Day of the Dead at Xcaret.

FRIDAY 31th.

- 6.30PM Halloween Party at Latitude 20 Puerto Aventuras

SUNDAY 2nd November.

- 3 PM Day of the Dead at Xcaret



At TAO
a healthy, happy life
is an INSPIRED LIFE.



Calendario de la Comunidad

OCTUBRE, EL MES MÁS ESPELUZNANTE DEL AÑO.

Entre el Otoño y el Invierno, la abundancia y la escasez, la vida y la muerte. Halloween es un momento de celebración y superstición. Se cree que se originó con el antiguo festival celta de Samhain, cuando la gente se iluminaba con fogatas y usaba disfraces para alejar a los fantasmas que vinieran. En el siglo VIII, el Papa Gregorio III designó el 1 de Noviembre como día para honrar a todos los santos y mártires, llamándolo Día de Muertos.

El Parque Xcaret hace honor a esta gran tradición que en 2003 fue declarada obra maestra del patrimonio oral e intangible de la humanidad por parte de la UNESCO. Cada año se lleva a cabo en las instalaciones del Parque Xcaret el Festival de Tradiciones de Vida y Muerte los días 30 y 31 de octubre, 1 y 2 de noviembre. Durante este gran festejo podrás disfrutar de la gastronomía tradicional de la región, dulces típicos, rituales alusivos al Hanal Pixán (comida de ánimas), talleres, artesanías, ofrendas y altares, exposiciones de artes visuales, teatro, danza y conciertos de gala. Visita el Parque Xcaret y disfruta esta celebración del Mundo Maya dedicada al recuerdo y convivencia con nuestros difuntos.

DÍA DE LOS VEGETARIANOS

01 de Octubre

En 1977, La Sociedad de Vegetarianos en Norte América establecieron este día, como el Día Internacional de los Vegetarianos aprobado por la Unión Internacional de Vegetarianos en 1978; con el fin de promover la alegría, compasión y una mejor vida. Trae conciencia a lo ético, ambiental, salud y beneficios humanitarios de un estilo de vida vegetariano.

DÍA INTERNACIONAL DE LA NO VIOLENCIA

2 de Octubre

El día Internacional de la no violencia es ob-

servado el 2 de octubre, el aniversario del nacimiento Mahatma Gandhi, líder del movimiento de la Independencia de la India y pionero de la filosofía y la estrategia de la no violencia.

De acuerdo con la resolución de la Asamblea General del 15 de junio del 2007, la cual establece que la conmemoración, el Día Internacional es una ocasión para diseminar el mensaje de la no violencia, incluso a través de la educación y la conciencia pública. La resolución reafirma «la relevancia universal del principio de la no violencia» y el deseo de conseguir una cultura de paz, tolerancia, comprensión y no violencia.

ECLIPSE LUNAR

08 de Octubre

Abriendo el otoño astronómico, en la madrugada del próximo miércoles 8 de octubre se podrá apreciar un eclipse total de Luna, en donde la Tierra, iluminada por el Sol, creará una profunda sombra que tapaná nuestro satélite natural por completo.

Desde Rusia, el este de China, Japón, Australia, el Pacífico y América del Norte, los amantes de la astronomía disfrutarán de este peculiar fenómeno.

En tanto, en la región de América del Sur sólo será visible para algunas zonas concretas como San Andrés y Providencia, en Colombia, donde el eclipse se percibirá de una forma muy débil debido a la baja altitud de la Luna; o en la conocida Isla de Pascua en Chile, donde alcanzará su máximo a las 05:55.

DÍA MUNDIAL DE ALIMENTACIÓN

16 de Octubre

El día es celebrado ampliamente por muchas otras organizaciones interesadas con la seguridad alimentaria, incluyendo el programa mundial de alimentos y el Fondo Internacional de desarrollo agrícola. Únete a Misael donde vamos aprender cómo hacer "Enchiladas de Pollo"

OCTUBRE

LUNES

- 7 AM TAO Tenis.
- 8 AM Kundalini Yoga.
- 9AM Zumba

MARTES

- 8 AM Misión contra la Diabetes en Akumal.
- 8 AM Hatha Yoga
- 10AM Clase de Español

MIÉRCOLES

- 7 AM TAO Tenis.
- 8 AM Kundalini Yoga.
- 8:30 AM Misión contra la Diabetes en Tulum.
- 9AM Zumba
- 10AM Mercado Organico Akumal

JUEVES

- 7:30 AM Misión contra la Diabetes en Chemuyil.
- 8 AM Hatha Yoga.

VIERNES

- 8 AM Kundalini Yoga.
- 10AM Clase de Español

SÁBADO

- 8 AM Yoga de Estiramiento.
- 10AM Mercado Organico Akumal

MIÉRCOLES 1

- 9AM-9PM "Los manglares – tesoros de QROO" Casa de cultura, Cozumel
- Día de los Vegetarianos

JUEVES 2

- 10:30 AM Clase de Cocina con Misael.

VIERNES 3

- 9AM-9PM "Los manglares – tesoros de QROO" Casa de cultura, Cozumel
- Día Internacional de la No Violencia

MIÉRCOLES 8

- Eclipse Lunar.
- Día Internacional del Taco

SABADO 11

- Día Mundial de la Música

JUEVES 16

- 10.30AM Clase de cocina con Misael -Día Mundial de la Comida
- 3PM Festival de la Tortuga Marina, Xcacelito

VIERNES 17

- 9AM Festival de la Tortuga Marina, Tulum

FESTIVAL DE LA TORTUGA MARINA, AKUMAL, XCACELITO, TULUM

16-19 de Octubre

Únase a nosotros en este año, el Festival de la tortuga. El 16 de octubre estaremos participando en este festival de cada aos y visitando Xcabel para la apertura de la fiesta y toma parte en algunas actividades (concurso de castillos de arena y juegos). Nos iremos del TWC a las 230 pm. Para más información y para reservar su lugar, por favor póngase en contacto con: darren@taoinspiredliving.com

DIA DE MUERTO EN XCARET

30 de Octubre

Festival de Tradiciones de Vida y Muerte los días 30 y 31 de octubre, 1 y 2 de noviembre. Durante este gran festejo podrás disfrutar de la gastronomía tradicional de la región, dulces típicos, rituales alusivos al Hanal Pixán (comida de ánimas), talleres, artesanías, ofrendas y altares, exposiciones de artes visuales, teatro, danza y conciertos de gala. Visita el Parque Xcaret y disfruta esta celebración del Mundo Maya dedicada al recuerdo y convivencia con nuestros difuntos. (para mas información acerca de este festiva) <http://www.xcaret.com.mx/festival-de-vida-y-muerte.php> Para más información y para reservar su lugar, por favor póngase en contacto con: darren@taoinspiredliving.com

FIESTA DE HALLOWEEN EN BAR LATITUD 20 PUERTO AVENTURAS.

31 de Octubre

Acompáñanos este año en Bar Latitud 20 en Puerto Aventuras. Para más información y

para reservar su lugar, por favor póngase en contacto con: darren@taoinspiredliving.com

DÍA DE MUERTOS

2 de Noviembre

Festival de Tradiciones de Vida y Muerte los días 30 y 31 de octubre, 1 y 2 de noviembre. Durante este gran festejo podrás disfrutar de la gastronomía tradicional de la región, dulces típicos, rituales alusivos al Hanal Pixán (comida de ánimas), talleres, artesanías, ofrendas y altares, exposiciones de artes visuales, teatro, danza y conciertos de gala. Visita el Parque Xcaret y disfruta esta celebración del Mundo Maya dedicada al recuerdo y convivencia con nuestros difuntos. (para mas información acerca de este festiva) <http://www.xcaret.com.mx/festival-de-vida-y-muerte.php> Para más información y para reservar su lugar, por favor póngase en contacto con: darren@taoinspiredliving.com.

— TAO FOUNDATION EVENTS —

VIAJE A YAXCHÉ

Acompáñanos este 23 de Octubre a la próxima visita a Yaxchen. Nos vemos en el lobby del TWC en punto de las 8:00am. Para más información favor de contactar a Claudia a: claudiam@taoinspiredliving.com o darren@taoinspiredliving.com

MISIÓN CONTRA LA DIABETES

Nuestra misión es prevenir y curar la diabetes para mejorar las vidas de todas las personas afectadas por la diabetes. Existe una epidemia global emergente de diabetes, que puede rastrearse a rápidos incrementos de sobrepeso, obesidad e inactividad física.

En la región, la Fundación TAO trabaja de cerca con los residentes que viven en Tulum y Chemuyil.

AKUMAL: Cada martes visitaremos la Clínica de Salud de Akumal para examinar los niveles de azúcar en personas de todas las edades.

TULUM: Cada miércoles visitaremos la Palapa de los Abuelitos en Tulum. Aquí examinaremos los niveles de azúcar en la sangre de las personas de la tercera edad.

CHEMUYIL: Cada jueves visitaremos la Palapa Oropendula (a pocos minutos de la biblioteca principal) y examinaremos los niveles de azúcar en la sangre de las personas de todas las edades.

SABADO 18

- 9AM Festival de la Tortuga Marina, Tulum
- 4PM – 8PM Festival de la Tortuga Marina Akumal

MARTES 28

- Día Internacional de los amantes de los animales.

JUEVES 30

- Día de muertos en Xcaret (por confirmar).

VIERNES 31

- 6.30PM Fiesta de Halloween en el Bar Latitude 20 Puerto Aventuras

DOMINGO 2 de NOVIEMBRE

- Día de muertos en Xcaret (por confirmar).



At TAO
a healthy, happy life
is an INSPIRED LIFE.