

Domenica **1 Marzo 2020**

Conferenza internazionale su

# **Nutrizione: un Approccio Ayurvedico**

a cura del medico indiano **E.P. Jeevan**

ore **18.00 - 19.30**

La conferenza sarà in via Veio, 78 C/D a 5 min a piedi dalla metro A san Giovanni oppure metro C.

**La conferenza sarà in lingua inglese, con traduzione simultanea in lingua italiana.**

I posti nella Shala sono limitati. E' necessario prenotare il proprio posto chiamando o inviando un WhatsApp al, +39 347 108 4818 (Stefania).

I partecipanti sono pregati di portare un tappetino o cuscino per sedersi comodi.

Per i non tesserati è preferibile inviare i propri dati anagrafici (nome/cognome/residenza/data e luogo di nascita) all'email [stefaniacaito@gmail.com](mailto:stefaniacaito@gmail.com) un giorno prima della conferenza.

È facile ottenere un cibo sano. Ma nella maggior parte dei casi la digestione può risultare difficile.

È appropriato dire che siamo ciò che mangiamo?

Nell'Ayurveda, la corretta trasformazione del cibo in tessuto sano si basa sulla forza del fuoco digestivo (agni).

L'assimilazione dei nutrienti e l'eliminazione dei rifiuti dipende in gran parte dall'efficienza del fuoco digestivo.

Quindi, l'Ayurveda crede che noi siamo ciò che assimiliamo.

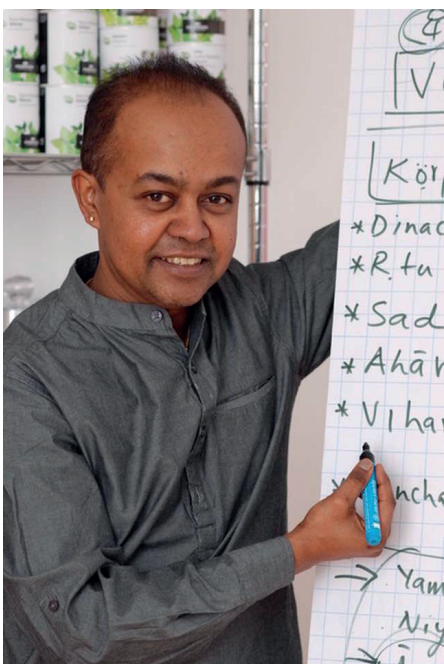
Ciò può dipendere da persona a persona in base alla costituzione o alle 'malattie'.

La conferenza riguarda i concetti psicologici e fisiologici dell'ayurveda e dello yoga per una salute perfetta.

## **Come è possibile migliorare il nostro fuoco digestivo? Spezie e suoi valori medicinali.**

La salute inizia dalla cucina e dal cibo. Scopri i poteri clinici delle tue erbe e spezie.

*La conferenza fornirà informazioni generali sulla nutrizione ayurvedica*



### **Dr. E. P. Jeevan**

Fondatore e direttore del  
Centro di Ayurveda Care Academy e Panchakarma  
Monaco di Baviera - Germania

Ha studiato 7 anni ½ di Medicina Ayurveda al college di Coimbatore Ayurveda.  
Ha lavorato come consulente e docente dal 1989 al 1995.

Si trasferisce in Italia - Roma come consulente in Ayurveda per il  
programma di scambio culturale internazionale nell'ambito dell'Istituto  
Ricerca Ayurveda Medicina (IRMA) per 2 anni.

Dal 1997 si trasferisce in Germania e lavora come insegnante e consulente  
ayurvedico a Monaco, Berlino e Francoforte.

A Monaco apre il suo centro a Chiemsee dove tratta malattie come  
la sclerosi multipla, l'artrite reumatoide, il Parkinson e altri problemi  
neurologici.