

AYURMATERNITA'

GENNAIO 2023

2 weekend in presenza a Firenze e 6 incontri online da casa



Perché applicare l'Ayurveda alla ciclicità femminile e al periodo della maternità?

L'Ayurveda offre consigli utili e semplici per educarci ad un sano stile di vita: attraverso una alimentazione sana, naturale e "ahimsa" senza violenza, rimedi per maggiori o minori disturbi e trattamenti fisici come il massaggio.

Tutto ciò assume una valenza fondamentale nel percorso di preparazione ad un concepimento consapevole, ad una maternità in benessere e ad un post-partum che valorizza la cura e il sostegno come "finestra sacra" della donna, accogliendo il neonato con competenza.

Ho raccolto, raggruppato e schematizzato molte indicazioni ayurvediche per prevenire o alleviare disagi e squilibri psico-fisici nelle importanti fasi di vita della donna e, per una miglior fruizione, le offro in questo corso AYUR-MATERNITA' a tutte le persone che vorranno esplorare questa immensa conoscenza per applicarla alla propria vita.

Siate le benvenute in questo viaggio da percorrere insieme tra testi antichi, tradizione, olio caldo, spezie ed erbe benefiche, fumigazioni e incensi, rituali, mantra e meditazione!

- 28-29 Gennaio 2023 - weekend in presenza a Firenze
- 26 Febbraio 2023 - corso in zoom
- 26 Marzo 2023 - corso in zoom
- 23 Aprile 2023 - corso in zoom
- 13-14 Maggio 2023 -weekend in presenza a Firenze
- 4 Giugno 2023 - corso in zoom
- 3 Settembre 2023 - corso in zoom
- 1 Ottobre 2023 - presentazione propria tesina online

Info: 3331256528

Scrivi a: ayurvedadonna@gmail.com

Visita sito: www.ayurvedainternationalacademy.com