

# Il Centro Eubiotica ha il piacere di presentare **Venerdì 23 Ottobre 2015 e Venerdì 6 Novembre 2015** **(stessa serata ripetuta)**

## **“L'AUTUNNO IN TAVOLA”**



**Relatrice**

**Dottorssa ELENA BARVITIUS**

(Medico Chirurgo – Omeopata – Esperta in Nutrizione e Mesoterapia Estetica con prodotti omeopatici)

**Con la partecipazione del Dottor DAVIDE ANGELUCCI**

(Medico Chirurgo Specialista in Pediatria Generale – Omeopata)

farà un'introduzione spiegando l'importanza della MILZA PANCREAS organo deputato alla produzione dei catari ed al metabolismo dell'umidità.

### **Argomenti trattati nel corso della serata:**

L'autunno è il momento più vulnerabile per l'organismo che si prepara al cambio di stagione. Questo passaggio è il più delicato dell'anno perché si entra nel regno dell'umidità e dei primi freddi; la luce del sole perde d'intensità portando un calo energetico responsabile della predisposizione a subire aggressioni dall'ambiente esterno (tossine, virus, batteri).

#### **Di che cosa ha bisogno il nostro organismo?**

L'alimentazione può aiutarci a superare questo passaggio, a ripulire e rigenerare i tessuti per affrontare meglio i mesi invernali e difendersi dalle malattie.

#### **La scelta degli alimenti adatti:**

debbono essere protettivi e riscaldanti per il potenziamento delle difese immunitarie, debbono combattere la stanchezza e proteggere l'apparato osteoarticolare.

#### **Cosa non fare a tavola quando si è ammalati**

#### **Il medico in cucina:**

non solo nozioni teoriche, ma ricette da portare a casa, esempi da mettere subito in pratica.

**Costo del Workshop : 20 Euro**

**POSTI ESAURITI!**

**DALLE ORE 20.30 ALLE ORE 22.30**

**PRESSO LA PALESTRA DEL CENTRO**

**Via Langhirano 450/A CORCAGNANO – PARMA**

**PAGAMENTO ALLA PRENOTAZIONE (anche tramite bonifico bancario)**

**per prenotazioni e ulteriori informazioni contattare la Segreteria del CENTRO EUBIOTICA al 0521- 637365**