



mercoledì 7 marzo '12 | ore 21

Alimentazione naturale

LA LEGGE DEI 5 ELEMENTI NELL'ALIMENTAZIONE

'Confucio afferma che se si vuole vivere a lungo bisogna conoscere questa legge che è in sintonia con il ritmo delle **stagioni**. Ogni stagione rappresenta un **elemento**. Ogni elemento ha il suo **alimento** che ha un suo **sapore**. Il sapore è l'**energia** che agirà sui rispettivi elementi.'

Impareremo assieme a conoscere gli alimenti, come cucinarli e quando mangiarli.

mercoledì 21 marzo '12 | ore 21

Primavera

IL RITMO DELLA DANZA DEI 5 ELEMENTI NELLE STAGIONI

Capiremo perchè in questa stagione l'energia del **fegato** raggiunge il picco massimo e il 'fegatoso' di costituzione sta molto male, non sopporta il vento, ha un'adorazione per i limoni e' incavolato tutto il giorno, ha un'intolleranza a qualche alimento e non dorme di notte.."

gli incontri saranno tenuti da **Domenico Baldacci**, osteopata

presso la **Sala Conferenze del Centro Culturale 'Livia Bottardi Milani'**

Piazza Vittorio Veneto 14 - Pegognaga

Info: baldomenico@libero.it - 338/2063550

Vanna Mantovani - 340/6980944