

L'energia nel piatto secondo la Medicina Tradizionale Cinese



Per presentare il millenario sapere della Medicina Tradizionale Cinese declinato all'interno della nostra tradizione culinaria, Naturalmente Chirone organizza a Lodi 3 incontri, della durata di 2 ore ciascuno, sul tema della dietetica energetica secondo la Medicina Cinese.

In sintesi, di seguito i contenuti dei tre incontri. Per maggiori dettagli:
<http://www.naturalmentechirone.it/lenergia-nel-piatto-secondo-la-medicina-cinese-un-corso-lodi/>

Primo incontro: Lunedì 22 gennaio dalle 20.30 alle 22.30

Nel corso di questo primo appuntamento sarà proposta, inizialmente un'introduzione alla Medicina Tradizionale Cinese, seguita quindi da una panoramica sulla dietetica cinese. La dietetica, infatti, è sempre stata considerata una branca a tutti gli effetti della Medicina Tradizionale Cinese, condividendone, come tale, i fondamenti filosofici.

La dietetica cinese studia quindi i cibi considerandone diverse caratteristiche grazie alle quali scegliere i cibi da consumare o da evitare, caratteristiche che saranno sinteticamente illustrate.

Secondo incontro: Lunedì 5 febbraio dalle 20.30 alle 22.30

Nel corso di questo incontro saranno ripresi e sviluppati i principi della dietetica energetica introdotti la volta precedente, che verranno declinati in pratica con riferimento alla stagione del momento: in questo caso l'inverno. Sarà così chiarito, tramite esempi pratici, come i principi della dietetica cinese si possano applicare alla nostra tradizione culinaria, senza dover per questo stravolgere il nostro orizzonte di sapori e profumi.. **Terzo incontro:**

Lunedì 19 febbraio dalle 20.30 alle 22.30

Durante quest'ultimo incontro si procederà con un focus sul pasto principale della giornata: la colazione. Sarà anche proposta una dimostrazione pratica, oltre a ricette da realizzare in autonomia che tengano conto dei principi presentati durante gli incontri precedenti.

Informazioni ulteriori

Conduttrice: Irene Catanzariti, naturopata specializzata in riequilibrio alimentare, consulente di Alimentazione Energetica secondo la Medicina Cinese. Per maggiori informazioni: <http://www.naturalmentechirone.it/presentazione/chi-sono/>

Sede degli incontri: Lodi, via Lodivecchio, 7/b

N.B. Il corso si terrà solo al raggiungimento di un numero minimo di iscritti.

Per ulteriori informazioni sui costi o altro e per iscrizioni

Irene Catanzariti

e-mail: ic.naturopata@gmail.com

cellulare: 377 3065415

website: www.naturalmentechirone.it