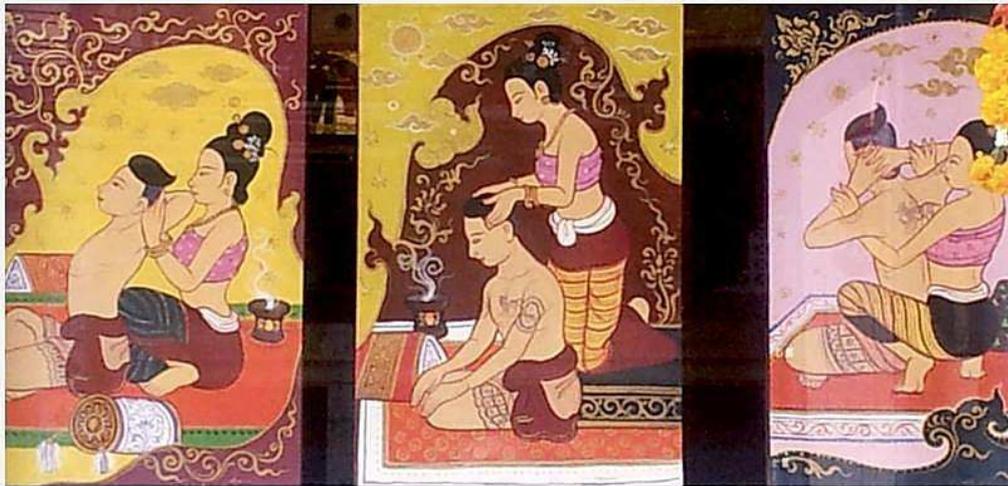




## La Santé par l'Ayurveda, Science millénaire indienne



Proposé par **Brinné Cadenas**,  
praticienne en Ayurveda et professeur de Yoga

**Le samedi 15 octobre 2016 à 14h00 (1h30)**

*conférence ouverte à tous*

L'Ayurveda est le système de guérison naturel de l'Inde dont les premières traces remontent à environ 5000 ans. Elle est considérée comme la plus ancienne tradition médicale du monde à avoir survécue de nos jours.

Les légendes disent que les grands sages indiens (rishis) en reçurent la révélation des déités lors de leurs méditations et par l'observation des fondements de la vie et de la Nature. Ils ont alors organisé un système de santé basé en grande partie sur la philosophie de la création du Samkhya (philosophie ayant influencée les origines de l'Ayurveda).

**Participation à la conférence : 10 € l'entrée (nombre de places limité)**

Réservez votre place à l'Espace St-Pierre, au 01 30 61 43 69  
ou par le formulaire de contact [www.espace-st-pierre/contact](http://www.espace-st-pierre/contact)



## PROGRAMME de la conférence

- Les trois forces fondamentales de l'Univers
- Constitution de naissance (prakriti)
- Les 3 constitutions de base (dosha)
- Les déséquilibres (vikriti)
- Les étapes de la maladie
- Le concept de "maladie" (roga), toxines (mala), feu digestif (agni), vitalité (ojas)
- Comment atteindre la Santé Parfaite par l'alimentation, le style de vie, la gestion du mental
- Le bilan ayurvédique - Diagnostic - Les thérapies

### Brinné Cadenas

Danseuse, chorégraphe et professeur de danse et de Yoga.  
Praticienne en Ayurveda.

Formée aux massages ayurvédiques et à la Réflexologie Plantaire à Tapovan, au Yoga avec Lav Sharma (Tapovan) et Bernard Bouanchaud (école traditionnel de Chennai-Désikashar, Krishnamacharya), à la Yoga Thérapie avec le Dr. Lionel Coudron (IDYT) et le Dr. N. Chandrasekaran de Chennai.

Formée à l'Ayurvéda par Atreya Smith à l'Institut Européen d'Etudes Védique et Philippe Maugars.

Formée également à la Sophrologie (Henys), à la Médecine Traditionnelle Chinoise et au Shiatsu par Isabelle Laading.

