

## Σεμινάριο Διατροφολογίας, Webinar



Apollonios' School  
Holistic & Natural studies



Θωρακίζοντας τον οργανισμό  
απέναντι στο νέο ιό

Την βιωματική διατροφή, τις μουσικές συχνοτήτων αλλά  
και το πώς θα συνολοκληρώσει τις διατροφικές ανάγκες του μεταβολισμού

3 – 4 Οκτωβρίου

Επιστητή

Dr. Αγγελική Μάρκη MSc, Ph.D.  
Dietitian - Clinical Educator  
Dr. Ιωάννης Πρωτοπαύλου Αθήνα  
Κέντρο για Διατροφή, Μεταβολισμό  
& Συνεργαστικές Διαταραχές

Γάργαρι Παναγιωτόπουλος  
Μουσική - Γραμμάτις  
HellasMusic - Pythagoras Tuning

Για περισσότερες πληροφορίες: [apolloniosschool@gmail.com](mailto:apolloniosschool@gmail.com) & στο messenger: Apollonios School

### Θωρακίζοντας τον οργανισμό απέναντι στο νέο ιό

Ένα βιωματικό σεμινάριο διατροφής και μουσικών συχνοτήτων μέσα από το οποίο θα ανακαλύψετε τις ιδιαίτερες ανάγκες του μεταβολισμού σας, σύμφωνα με την ιδιοσυγκρασία σας και τη γενετική σας προδιάθεση. Η χρήση της Διατροφολογίας για όσους δεν είναι επαγγελματίες του χώρου της διατροφής αλλά επιθυμούν να έχουν τη γνώση προκειμένου να τη χρησιμοποιήσουν στο θεραπευτικό τους έργο ή ακόμα και για όσους θα ήθελαν να έχουν μια διαφορετική προσέγγιση της διατροφής ώστε να την εφαρμόσουν στη ζωή τους, στην οικογένειά τους, για να βοηθήσουν στην ενίσχυση της άμυνας του οργανισμού. Στόχος του σεμιναρίου λοιπόν, είναι η παροχή ποικίλων τροπών μέσω των οποίων θα σας δοθεί η δυνατότητα να αντιμετωπίσετε διάφορες δύσκολες και στρεσογόνες καταστάσεις, οι οποίες οδηγούν πολύ συχνά σε διαταραχή της σωματικής και ψυχικής σας υγείας. Θα σας βοηθήσει να απελευθερώσετε τη δύναμη της θέλησής σας και να γίνετε υπεύθυνοι για την υγείας σας μέσα από τις καθημερινές σας συνήθειες. Επιπλέον, οι θεραπείες στοχεύουν στην αποτοξίνωση όλου του οργανισμού και στη θεραπεία του νου και του σώματος σε κυτταρικό επίπεδο, με σκοπό την πρόληψη μελλοντικών ασθενειών.

Το σεμινάριο έχει τις βάσεις του στην Πυθαγόρεια φιλοσοφία και τη θεωρία των χυμών του Ιπποκράτη. Η υγεία είναι η έκφραση μιας εναρμονισμένης ισορροπίας ανάμεσα στα διάφορα δομικά στοιχεία της ανθρώπινης φύσης και του περιβάλλοντος. Επομένως, οι ασθένειες αποτελούν μια φυσική αντίδραση του σώματος μας στην έλλειψη αυτής της ισορροπίας, καθώς και τη διαταραχή της ομοιόστασης αυτού. Θα ανακαλύψετε μια διαφορετική προσέγγιση διατροφικής αξιολόγησης και επιλογής τροφών, που θα σας βοηθήσει στη σωστή ενίσχυση της άμυνας του οργανισμού σας απέναντι στην πρόκληση του νέου αυτού ιού: SARS -Cov19 και των λοιπών ιών.

### Ημερομηνία

3-4 Οκτωβρίου

**Διάρκεια:** 2 ημέρες

Σάββατο 10.30-14.30

Κυριακή 10.30-16.30

**Τόπος διεξαγωγής:** Για όσους θέλουν να παρακολουθήσουν από κοντά: Δευκαλίωνος 54, Πατήσια, Apollonios School

**Εισηγητές:**

Δρ Αγγελική Μακρή

Ολιστική Κλινική Διαιτολόγος

Καθηγήτρια Μεταβολομικής και Ιδιοσυγκρασιακής Διατροφολογίας

.....

Γιώργος Παναγιωτόπουλος

Μουσικός-Πιανίστας-Ηχοθεραπευτής- Master in Pythagorian Tuning Therapy

**Διοργανωτές**

Apollonios School σε συνεργασία με το Diet Praxis και τη Vitascan

Αριθμός συμμετεχόντων: στο διαδίκτυο μέχρι 25 άτομα και από κοντά μέχρι 15

Κόστος συμμετοχής: 100 Ε (με ΦΠΑ)

Στοιχεία επικοινωνίας: [apolloniosschool](mailto:apolloniosschool@gmail.com) [HYPERLINK "mailto:apolloniosschool@gmail.com"@](mailto:apolloniosschool@gmail.com) [HYPERLINK "mailto:apolloniosschool@gmail.com"gmail](mailto:apolloniosschool@gmail.com) [HYPERLINK "mailto:apolloniosschool@gmail.com".](mailto:apolloniosschool@gmail.com) [HYPERLINK "mailto:apolloniosschool@gmail.com"com,](mailto:apolloniosschool@gmail.com) [vitascan](mailto:vitascan@gmail.com) [HYPERLINK "mailto:vitascan@gmail.com"@](mailto:vitascan@gmail.com) [HYPERLINK "mailto:vitascan@gmail.com"gmail](mailto:vitascan@gmail.com) [HYPERLINK "mailto:vitascan@gmail.com".](mailto:vitascan@gmail.com) [HYPERLINK "mailto:vitascan@gmail.com"com,](mailto:vitascan@gmail.com)

Τηλέφωνο Vitascan: 210-6106060 και 210-2010310