

# NUTRIZIONE CONSAPEVOLE



Si svolgeranno presso il Centro Manipura  
via Roncello 4/b Ornago, info. 338 9221262

**3 incontri informativi sulla  
teoria dei 5 elementi  
applicata alla nutrizione.**

Tenuti da *Alessandra Moreschi*  
educatrice alimentare

## LA TEORIA DEI 5 ELEMENTI

La teoria dei 5 elementi ci aiuta a capire che tutto è costantemente in cambiamento e tale cambiamento segue uno schema di espansione e contrazione. Tale schema è applicabile in tutte le aree della vita, dalle arti curative, all'astrologia, all'agricoltura. È un modello simbolico che gestisce l'ordine cosmico.

“Se del cibo percepiamo solo il piacere, prima o poi diventerà il nostro problema”

**Primo incontro      27 settembre      ore 20,30      elemento terra**  
**Secondo incontro      25 ottobre      ore 20,30      elemento metallo**  
**Terzo incontro      29 novembre      ore 20,30      elemento acqua**

(Incontri gratuiti di carattere informativo è richiesta la prenotazione)

Info. Alessandra 338 2592173 [alegio2018@gmail.com](mailto:alegio2018@gmail.com)