CENTRO DE AYURVEDA
FORMAÇÃO, CONSULTORIA E TERAPIAS

ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

NAMA
NATIONAL AYURVEDIC MEDICAL ASSOCIATION

Datas e locais

20 / 06 2020 — Lisboa
Espaço Amar
Rua Rosa Araújo, Nº34 5º Andar
(perto do Marquês de Pombal)

12 / 09 2020 — Portimão
Villa Prana
Av. Miguel Bombarda 5,
8500-299 Portimão

10 / 10 2020 — Sto. Tirso
D'Alma e Corpo
Rua Ferreira de Lemos, 216,
4780-468 Santo Tirso

05 / 09 2020 — Évora
Ginásios da Educação Da Vinci
Rua de Chartres, nº5 B
7000-930 Évora

DURAÇÃO: 354 HORAS
+ 150 HORAS ESTÁGIO (FACULTATIVO)

Master em Terapia e Consultadoria Ayurvédica

O curso de Master em Terapia e Consultadoria Ayurvédica não se trata de uma simples introdução à Ayurveda, mas sim de uma formação completa de aplicação prática. Permite que os participantes adquiram um profundo conhecimento e dominem as principais técnicas e terapias ayurvédicas adaptando-as a necessidades e contextos reais, formando-os no final como terapeutas totalmente independentes. Terão as competências necessárias para realizar consultas de avaliação e diagnóstico de acordo com a medicina Ayurveda, assim como aconselhar e executar planos de tratamento, planos dietéticos, fitoterapia e práticas higienistas de acordo com o diagnóstico de cada paciente.

O conteúdo programático deste curso considera todas as áreas terapêuticas, desde dieta a plantas (utilizando tanto a flora portuguesa e ocidental segundo a energética ayurvédica como ervas indianas, apresentado desta forma um modelo de tratamento acessível ao ocidente), de mantras a meditação. Compreende os aspetos fulcrais da teoria, diagnóstico e prática ayurvédicos, explorando os múltiplos componentes, exercícios e técnicas que trabalham conjuntamente para promover uma forma de vida equilibrada e saudável. Todos os aspetos da vida são abordados de forma prática, visando o tratamento e a transformação.

Investimento

100 € de inscrição + 227 € x 18 meses
(a pagar até ao dia 10 de cada mês)
10% desconto com pré-pagamento

Requisitos

O Master em Terapia e Consultadoria Ayurvédica pode ser frequentado como um todo ou cada módulo como uma formação individual e independente.

Não existem pré-requisitos mas é necessário considerar que se trata de um curso desafiante com momentos de avaliação teóricos e práticos ao longo de toda a formação.

Recomenda-se ter alguns conhecimentos de Anatomia e Fisiologia para uma correta aplicação e compreensão das terapias e técnicas envolvidas. Caso tenha alguma formação relevante na área ou se já fez algum módulo connosco informe-nos, para que o seu caso possa ser analisado pela Coordenação Pedagógica e ser atribuída equivalência e o desconto relativo ao(s) módulo(s) em questão. Neste caso, poderá repetir os módulos que quiser sem custo adicional sempre que haja vaga.

Como tal este curso está aberto a qualquer terapeuta e profissional de saúde como também a qualquer interessado no tema.

(+351) 91 645 92 75
www.centrodeayurveda.com
info@centrodeayurveda.com
facebook.com/centrodeayurveda
twitter.com/ayurvedacentro
instagram.com/centrodeayurveda/
linkedin.com/company/centrodeayurveda

Adicione os nossos contactos directamente no seu telemóvel com o nosso QR-CODE!

CENTRO DE AYURVEDA
FORMAÇÃO, CONSULTORIA E TERAPIAS

DGERT ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

NAMA NATIONAL AYURVEDIC MEDICAL ASSOCIATION

Massagem Ayurvédica Terapêutica

30H

Módulo dedicado à massagem integrada na Ayurveda – uma arte corporal milenar e holística oriunda da Índia que deu origem a tantas outras medicinas oficiais e alternativas.

Técnicas de Diagnóstico e Anamnese

10H

Este workshop teorico-práctico é indicado para quem sinta a necessidade de conhecer mais ao pormenor as nossas próprias particularidades, tendências e deficiências e de quem nos rodeia.

Fitoterapia Ayurvédica

20H

Neste curso iremos abordar o tema do herbalismo, ou medicina herbal, elaborando medicamentos que funcionam de acordo com as defesas do corpo e os ritmos da Natureza.

Abhyanga

30H

Neste curso vamos trabalhar algumas sequências clínicas de massagem de ayurveda tailandesa. Faremos uma introdução à Yogaterapia e trabalharemos manobras indicadas para cada Dosha.

Shirodhara

10H

Este curso visa proporcionar diferentes alternativas de baixo custo de mecanismos simples e estéticos de shirodahra, assim como a formação de diferentes técnicas de shirodahra / Shirah Seka.

Óleos de Acordo com a Ayurveda

10H

Neste workshop irão aprender técnicas simples e práticas para fazer óleos com diversos efeitos curativos e aplicações, integrando com noções gerais de programação de cristais, cromoterapia e fitoterapia ayurvédica.

Terapias Complementares

20H

O conteúdo programático deste curso inclui oito terapias de Ayurveda usadas como técnicas de manutenção, desintoxicação e rejuvenescimento de pessoas saudáveis, assim como para desequilíbrios específicos.

Pinda Swedana

20H

Com esta formação irá aprender três terapias ayurvédicas distintas que recorrem a técnicas de aquecimento com pindas para diferentes objetivos terapêuticos, assim como a fabricação dos mesmos.

Indian Head Massage

20H

Neste curso abordaremos de forma prática e teórica a terapia da Indian Head Massage, os seus benefícios e principais técnicas e sequências, como o estilo Neendra Meta, Shiro-abhyanga e Champissage, entre outros.

Chavutti Thirumal

20H

Esta prática, desenvolvida pelos artistas marciais de Kalaripayattu, mistura arte e dança, em que o terapeuta usa os pés para aplicar sequências fluidas de massagem por todo o corpo.

(+351) 91 645 92 75
www.centrodeayurveda.com
info@centrodeayurveda.com
facebook.com/centrodeayurveda
twitter.com/ayurvedacentro
instagram.com/centrodeayurveda/
linkedin.com/company/centrodeayurveda

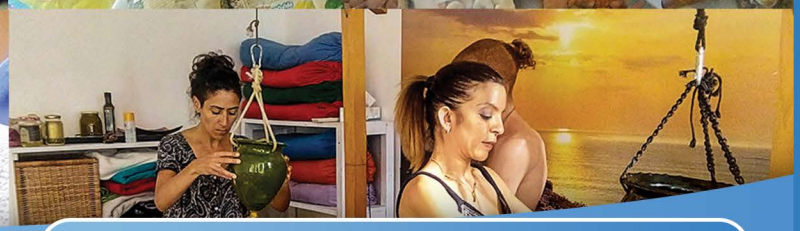
Adicione os nossos contactos directamente no seu telemóvel com o nosso QR-CODE!

Módulos / Cursos

CENTRO DE AYURVEDA
FORMAÇÃO, CONSULTORIA E TERAPIAS

DGERT ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

NAMA NATIONAL AYURVEDIC MEDICAL ASSOCIATION



Massagem Vibracional com Cristais

14H

Introdução teórica e prática à terapia com cristais, ensinando a limpar, programar e aplicar cristais. Integração com outras terapias como cura prânica, reiki, aromaterapia, cromoterapia, musicoterapia, entre outros

Estética e Beleza Ayurvédica

40H

Este curso abrange uma variedade de cuidados e tratamentos (Rasayana) de beleza e estética de origem herbal específicos para cada parte do corpo, com uma forte componente teórica e prática.

Marmaterapia

20H

Este curso ensina como aplicar a marmaterapia, terapia de pontos vitais (marmas) - como os localizar, medir, e identificar as estruturas anatómicas e srotas afectadas por cada um, e como as tratar.

Nutrição e Culinária Ayurvédica

20H

Neste curso iremos estudar e preparar receitas de acordo com os Doshas, os seis sabores e as suas propriedades terapêuticas (Rasa, Virya, Vipak, Prabhava), adaptando os alimentos a cada biótipo específico.

Drenagem Linfática Ayurvédica

20H

Integradas neste curso estão as técnicas de Garshana, Udwartana e Neerabhyanga, aprendendo a personalizar os tratamentos após a análise do biótipo da pessoa. Inclui-se também noções básicas sobre a Ayurveda.

Vastu Vidya

10H

Vastu Vidya, ou Vastu Shastra, consiste no sistema indiano tradicional de arquitectura e design, de origem védica, que nos ajuda a usufruir da energia positiva do espaço que nos rodeia.

Panchakarma

40H

Panchakarma é o programa terapêutico mais completo em Ayurveda - abordaremos as 5 terapias de limpeza profunda associadas a este, assim como a preparação Purvakarma e o acompanhamento Pachatkarma.

(+351) 91 645 92 75
www.centrodeayurveda.com
info@centrodeayurveda.com

facebook.com/centrodeayurveda
twitter.com/ayurvedacentro
instagram.com/centrodeayurveda/
linkedin.com/company/centrodeayurveda

Adicione os nossos contactos directamente no seu telemóvel com o nosso QR-CODE!

Módulos / Cursos

CENTRO DE AYURVEDA
FORMAÇÃO, CONSULTORIA E TERAPIAS

DGERT ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

NAMA NATIONAL AYURVEDIC MEDICAL ASSOCIATION

DURAÇÃO: 30 HORAS

Curso de Massagem Ayurvédica Terapêutica

Conheça a massagem integrada na Ayurveda – uma arte corporal milenar e holística que deu origem a tantas outras medicinas alternativas. As diferentes manobras no aparelho músculo-esquelético variam entre superficiais e profundas, com manipulações das articulações e ligamentos, fazendo desta técnica um método eficaz e seguro na recuperação da elasticidade muscular e flexibilidade articular, além de melhorar a circulação sanguínea e linfática, revitalizar o corpo e relaxar o sistema nervoso, motivando um bem-estar geral do corpo e mente.

Além deste método terapêutico serão ensinados métodos de avaliação corporal dos membros superiores e inferiores, aprofundamento dos diferentes biótipos morfológicos e suas disfunções e aplicação de técnicas de correcção.

Sistema prático e funcional que pode e deve ser aplicado em todas as pessoas e por todas as pessoas. Inclui uma componente teórica de introdução à anatomia, fisiologia, massagens na Índia e preceitos da terapia ayurvédica.
A parte prática é composta na sua maioria por uma sequência completa de massagem que abrange todo o corpo e que pode demorar de 30 min. a 2 horas dependendo do contexto em causa.

Datas e locais

20 / 06 2020 — Lisboa
Espaço Amar
Rua Rosa Araújo, Nº34 5º Andar
(perto do Marquês de Pombal)

12 / 09 2020 — Portimão
Villa Prana
Av. Miguel Bombarda 5,
8500-299 Portimão

10 / 10 2020 — Sto. Tirso
D'Alma e Corpo
Rua Ferreira de Lemos, 216,
4780-468 Santo Tirso

05 / 09 2020 — Évora
Ginásios da Educação Da Vinci
Rua de Chartres, nº5 B
7000-930 Évora

Investimento

50€ inscrição + 350€ divididos em 3 mensalidades (a pagar até ao dia 10 de cada mês ou até à conclusão do módulo)
10% desconto com pré-pagamento

Requisitos

Não existem pré-requisitos para o curso de Massagem Ayurvédica Terapêutica mas é necessário considerar que se trata de um curso desafiante com momentos de avaliação teóricos e práticos ao longo de toda a formação.

Recomenda-se ter alguns conhecimentos de Anatomia e Fisiologia para uma correta aplicação e compreensão das terapias e técnicas envolvidas. Caso necessário, é oferecido aos formandos deste curso um desconto de 30% no módulo de Anatomia e Fisiologia lecionado no âmbito do Curso Avançado de Técnicas Complementares de Osteopatia.

Como tal este curso está aberto a qualquer terapeuta e profissional de saúde como também a qualquer interessado no tema.

(+351) 91 645 92 75
www.centrodeayurveda.com
info@centrodeayurveda.com
facebook.com/centrodeayurveda
twitter.com/ayurvedacentro
instagram.com/centrodeayurveda/
linkedin.com/company/centrodeayurveda

Adicione os nossos contactos directamente no seu telemóvel com o nosso QR-CODE!

CENTRO DE AYURVEDA
FORMAÇÃO, CONSULTORIA E TERAPIAS

DGERT ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

NAMA NATIONAL AYURVEDIC MEDICAL ASSOCIATION

DURAÇÃO: 10 HORAS

Curso de Técnicas de Diagnóstico e Anamnese

Este workshop teorico-práctico é indicado para quem sinta a necessidade de conhecer mais ao pormenor as nossas próprias particularidades, tendências e deficiências e de quem nos rodeia. Usando técnicas actualizadas e comprovadas pela experimentação de milénios, o conteúdo deste curso é um recurso indispensável não só a todos os terapeutas como a todos nós, para a asserção correcta do estado de cada indivíduo.

Vamos abordar de forma introdutória, mas com produtividade prática, as seguintes formas de diagnóstico:

Diagnóstico através das unhas, da língua, dos olhos e da cara.
Marcas de linguagem psico-corporal.
Modo de funcionamento da análise ayurvédica de fezes e de urina.
Introdução ao diagnóstico pelo pulso (Nadi Pariksha).
Identificação dos biótipos – composição e predominância de elementos nas pessoas – através de uma lista de características físicas e comportamentais e consequente previsão de tendências de doença (Prakruti vs Vikruti).
Técnicas de biofeedback – métodos de rastreio de distúrbios do sistema energético subtil.
Manuseamento e composição de fichas clínicas e de anamnese.

Datas e locais

04 / 07 2020 — Lisboa
Espaço Amar
Rua Rosa Araújo, Nº34 5º Andar
(perto do Marquês de Pombal)

07 / 11 2020 — Sto. Tirso
D'Alma e Corpo
Rua Ferreira de Lemos, 216,
4780-468 Santo Tirso

03 / 10 2020 — Évora
Ginásios da Educação Da Vinci
Rua de Chartres, nº5 B
7000-930 Évora

31 / 10 2020 — Portimão
Villa Prana
Av. Miguel Bombarda 5,
8500-299 Portimão

Investimento

50€ inscrição + 100€ (a serem pagos até à data de conclusão do módulo)
10% desconto com pré-pagamento

Requisitos

Não existem pré-requisitos para o curso de Técnicas de Diagnóstico e Anamnese mas é necessário considerar que se trata de um curso desafiante com momentos de avaliação teóricos e práticos ao longo de toda a formação.

Recomenda-se ter alguns conhecimentos de Anatomia e Fisiologia para uma correta aplicação e compreensão das terapias e técnicas envolvidas. Caso necessário, é oferecido aos formandos deste curso um desconto de 30% no módulo de Anatomia e Fisiologia lecionado no âmbito do Curso Avançado de Técnicas Complementares de Osteopatia.

Como tal este curso está aberto a qualquer terapeuta e profissional de saúde como também a qualquer interessado no tema.

(+351) 91 645 92 75
www.centrodeayurveda.com
info@centrodeayurveda.com
facebook.com/centrodeayurveda
twitter.com/ayurvedacentro
instagram.com/centrodeayurveda/
linkedin.com/company/centrodeayurveda

Adicione os nossos contactos directamente no seu telemóvel com o nosso QR-CODE!

CENTRO DE AYURVEDA
FORMAÇÃO, CONSULTORIA E TERAPIAS

DGERT ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

NAMA NATIONAL AYURVEDIC MEDICAL ASSOCIATION

DURAÇÃO: 20 HORAS

Curso de Fitoterapia Ayurvédica

Fitoterapia, ou medicina herbal, é o uso de plantas (flores, folhas, caules, casca, raízes, sementes e frutos) e os seus extractos para a manutenção da saúde. Desde sempre que as pessoas recorrem às plantas medicinais para tratarem problemas de saúde, assim como de forma preventiva. Após quase dois séculos de esquecimento, o uso de medicamentos herbais está novamente a ganhar fama, numa sociedade em que o indivíduo se esforça por se manter saudável sem recurso a químicos, usando medicamentos que funcionam de acordo com as defesas do corpo e os ritmos da Natureza.

Os tratamentos e produtos herbais destacam-se por serem harmoniosamente assimiláveis e livres de químicos que agem isoladamente muitas vezes libertando toxinas indesejadas no organismo. São também mais facilmente eliminados pelo corpo, e na maioria dos casos praticamente isentos de efeitos secundários. Neste workshop iremos elaborar diversos produtos de origem herbal para tratamento, higiene e bem-estar geral.

Neste curso os formandos irão conhecer o sistema ayurvédico - Rasa, Virya, Vipaka e Prahaba -, conhecer e manipular plantas ocidentais e indianas de acordo com o sistema ayurvédico, e protocolos de prescrição.

Datas e locais

11 / 07 2020 — Lisboa
Espaço Amar
Rua Rosa Araújo, Nº34 5º Andar
(perto do Marquês de Pombal)

21 / 11 2020 — Sto. Tirso
D'Alma e Corpo
Rua Ferreira de Lemos, 216,
4780-468 Santo Tirso

14 / 11 2020 — Évora
Ginásios da Educação Da Vinci
Rua de Chartres, nº5 B
7000-930 Évora

14 / 11 2020 — Portimão
Villa Prana
Av. Miguel Bombarda 5,
8500-299 Portimão

Investimento

50€ inscrição + 250€ divididos em 2 mensalidades (a pagar até ao dia 10 de cada mês ou até à conclusão do módulo)
10% desconto com pré-pagamento

Requisitos

Não existem pré-requisitos para o curso de Fitoterapia Ayurvédica mas é necessário considerar que se trata de um curso desafiante com momentos de avaliação teóricos e práticos ao longo de toda a formação.

Recomenda-se ter alguns conhecimentos de Anatomia e Fisiologia para uma correta aplicação e compreensão das terapias e técnicas envolvidas. Caso necessário, é oferecido aos formandos deste curso um desconto de 30% no módulo de Anatomia e Fisiologia lecionado no âmbito do Curso Avançado de Técnicas Complementares de Osteopatia.

Como tal este curso está aberto a qualquer terapeuta e profissional de saúde como também a qualquer interessado no tema.

(+351) 91 645 92 75
www.centrodeayurveda.com
info@centrodeayurveda.com
facebook.com/centrodeayurveda
twitter.com/ayurvedacentro
instagram.com/centrodeayurveda/
linkedin.com/company/centrodeayurveda

Adicione os nossos contactos directamente no seu telemóvel com o nosso QR-CODE!

CENTRO DE AYURVEDA
FORMAÇÃO, CONSULTORIA E TERAPIAS

DGERT ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

NAMA NATIONAL AYURVEDIC MEDICAL ASSOCIATION

Datas e locais

27 / 09 2020 — Lisboa
Espaço Amar
Rua Rosa Araújo, Nº34 5º Andar
(perto do Marquês de Pombal)

13 / 12 2020 — Portimão
Villa Prana
Av. Miguel Bombarda 5,
8500-299 Portimão

06 / 12 2020 — Sto. Tirso
D'Alma e Corpo
Rua Ferreira de Lemos, 216,
4780-468 Santo Tirso

29 / 11 2020 — Évora
Ginásios da Educação Da Vinci
Rua de Chartres, nº5 B
7000-930 Évora

DURAÇÃO: 30 HORAS

Curso de Abhyanga

Neste curso vamos trabalhar algumas sequências clínicas de massagem de ayurveda tailandesa. Faremos uma introdução à Yogaterapia e trabalharemos manobras indicadas para cada dosha. Vamos usar como instrumento de trabalho a nível psicológico um protocolo de coaching ayurvédico.

Também vamos trabalhar com massagem ayurvédica em marquesa – com óleos personalizados à necessidade de cada cliente – ensinada nas faculdades e hospitais de Ayurveda, e em que o recipiente é massajado em sete posições tradicionais (reduzíveis a 4 ou 2 decúbitos) visando o máximo efeito terapêutico dos óleos herbais aplicados e em que os movimentos acompanham os movimentos naturais internos do corpo (circulação sanguínea, linfática, movimentos digestivos e excretores). O curso é maximizado com as sequências de estiramentos para situações específicas e para cada dosha.

As técnicas aprendidas visam: equilibrar as emoções; facilitar o auto-conhecimento; combater o stress; recuperar e manter a saúde física, psíquica e mental; ampliar a capacidade respiratória; activar a circulação sanguínea; recuperar o nível máximo da energia vital, desfazendo os seus bloqueios; alinhar e reequilibrar os chakras, centros de energia no corpo; e corrigir a postura corporal.

Investimento

50€ inscrição + 300€ divididos em 2 mensalidades (a pagar até ao dia 10 de cada mês ou até à conclusão do módulo)
10% desconto com pré-pagamento

Requisitos

Não existem pré-requisitos para o curso de Abhyanga mas é necessário considerar que se trata de um curso desafiante com momentos de avaliação teóricos e práticos ao longo de toda a formação.

Recomenda-se ter alguns conhecimentos de Anatomia e Fisiologia para uma correta aplicação e compreensão das terapias e técnicas envolvidas. Caso necessário, é oferecido aos formandos deste curso um desconto de 30% no módulo de Anatomia e Fisiologia lecionado no âmbito do Curso Avançado de Técnicas Complementares de Osteopatia.

Como tal este curso está aberto a qualquer terapeuta e profissional de saúde como também a qualquer interessado no tema.

(+351) 91 645 92 75
www.centrodeayurveda.com
info@centrodeayurveda.com
facebook.com/centrodeayurveda
twitter.com/ayurvedacentro
instagram.com/centrodeayurveda/
linkedin.com/company/centrodeayurveda

Adicione os nossos contactos directamente no seu telemóvel com o nosso QR-CODE!

CENTRO DE AYURVEDA
FORMAÇÃO, CONSULTORIA E TERAPIAS

DGERT ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

NAMA NATIONAL AYURVEDIC MEDICAL ASSOCIATION

DURAÇÃO: 10 HORAS

Curso de Shirodhara

O shirodhara é das terapias ayurvédicas mais prazerosas e mais conhecidas, difundindo-se em alguns dos melhores spas do mundo. Trata-se da aplicação terapêutica de um fluxo contínuo de um líquido na fronte por períodos de tempo específicos.

Este curso visa proporcionar diferentes alternativas ao formando de como pode preparar mecanismos simples e estéticos de shirodahra, a baixo custo, em gabinete ou spa. Inclui também a formação essencial de aplicação de diferentes técnicas de shirodhara: o Taila dahra, o Ksheera dahra e o Thakra dahra.

Esta terapia é especialmente benéfica a nível de distúrbios relacionados com a cabeça, pescoço, olhos, ouvidos, nariz e garganta; doenças do sistema nervoso como paralisia e paralisia facial e ptose palpebral; tratamento eficaz para a esquizofrenia e a epilepsia com o auxílio de outras medicações; auxilia no alívio e tratamento de enchaquecas, insónias e falta de concentração.

Traz imensos benefícios a nível do metabolismo e sistema nervoso, melhorando a digestão, a voz e os órgãos sensoriais; ajuda a manter o equilíbrio do corpo e da mente, aumentando a memória e a capacidade de retenção; nutre e rejuvenesce o cabelo em particular e o corpo em geral; e nutre o sémen e o sangue trazendo mais força e amor à união conjugal.

Datas e locais

12 / 03 2020 e **25 / 10 2020**
Lisboa
Espaço Amar
Rua Rosa Araújo, Nº34 5º Andar
(perto do Marquês de Pombal)

31 / 01 2021
Portimão
Villa Prana
Av. Miguel Bombarda 5,
8500-299 Portimão

24 / 01 2021
Sto. Tirso
D'Alma e Corpo
Rua Ferreira de Lemos, 216,
4780-468 Santo Tirso

17 / 01 2021
Évora
Ginásios da Educação Da Vinci
Rua de Chartres, nº5 B
7000-930 Évora

Investimento

50€ inscrição + 125€ (a serem pagos até à data da conclusão do módulo)
10% desconto com pré-pagamento

Requisitos

Não existem pré-requisitos para o curso de Shirodhara mas é necessário considerar que se trata de um curso desafiante com momentos de avaliação teóricos e práticos ao longo de toda a formação.

Recomenda-se ter alguns conhecimentos de Anatomia e Fisiologia para uma correta aplicação e compreensão das terapias e técnicas envolvidas. Caso necessário, é oferecido aos formandos deste curso um desconto de 30% no módulo de Anatomia e Fisiologia lecionado no âmbito do Curso Avançado de Técnicas Complementares de Osteopatia.

Como tal este curso está aberto a qualquer terapeuta e profissional de saúde como também a qualquer interessado no tema.

(+351) 91 645 92 75
www.centrodeayurveda.com
info@centrodeayurveda.com
facebook.com/centrodeayurveda
twitter.com/ayurvedacentro
instagram.com/centrodeayurveda/
linkedin.com/company/centrodeayurveda

Adicione os nossos contactos directamente no seu telemóvel com o nosso QR-CODE!

CENTRO DE AYURVEDA
FORMAÇÃO, CONSULTORIA E TERAPIAS

DGERT ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

NAMA NATIONAL AYURVEDIC MEDICAL ASSOCIATION

DURAÇÃO: 10 HORAS

Curso de Óleos de Acordo com a Ayurveda

A Ayurveda (ayur-vida; veda-conhecimento) é uma das primeiras terapias conhecidas pelo homem, uma medicina holístia oriunda da Índia. Sendo uma medicina holística, tem em vista o ser humano como um todo, tendo como objectivo harmonizar e curar não só o corpo físico como o corpo energético. Adapta-se assim a diferentes corpos e padrões energéticos (doshas). Na sociedade actual o toque evidencia-se cada vez mais como uma necessidade para uma vida melhor.

Ao longo do workshop irão aprender técnicas simples e prácticas para fazer óleos com os mais diversos efeitos curativos e aplicações. Integrado no curso estão ainda noções gerais de programação de cristais, cromoterapia e fitoterapia ayurvédica.

Todos terão oportunidade de fazer e levar para casa óleos altamente benéficos e para uso quotidiano: anti-dor; regular para a cara e regular para o corpo e banho. A fórmula para fazer quaisquer tipos de óleos de acordo com a Ayurveda será assim transmitida, tanto ao longo do dia como através de alguns apontamentos.

Datas e locais

18 / 04 2020 e **07 / 11 2020**
Lisboa
Espaço Amar
Rua Rosa Araújo, Nº34 5º Andar
(perto do Marquês de Pombal)

13 / 02 2021
Portimão
Villa Prana
Av. Miguel Bombarda 5,
8500-299 Portimão

20 / 02 2021
Sto. Tirso
D'Alma e Corpo
Rua Ferreira de Lemos, 216,
4780-468 Santo Tirso

30 / 01 2021
Évora
Ginásios da Educação Da Vinci
Rua de Chartres, nº5 B
7000-930 Évora

Investimento

50€ inscrição + 100€ (a serem pagos até à data da conclusão do módulo)
10% desconto com pré-pagamento

Requisitos

Não existem pré-requisitos para o curso de Óleos de Acordo com a Ayurveda mas é necessário considerar que se trata de um curso desafiante com momentos de avaliação teóricos e práticos ao longo de toda a formação.

Recomenda-se ter alguns conhecimentos de Anatomia e Fisiologia para uma correta aplicação e compreensão das terapias e técnicas envolvidas. Caso necessário, é oferecido aos formandos deste curso um desconto de 30% no módulo de Anatomia e Fisiologia lecionado no âmbito do Curso Avançado de Técnicas Complementares de Osteopatia.

Como tal este curso está aberto a qualquer terapeuta e profissional de saúde como também a qualquer interessado no tema.

(+351) 91 645 92 75
www.centrodeayurveda.com
info@centrodeayurveda.com
facebook.com/centrodeayurveda
twitter.com/ayurvedacentro
instagram.com/centrodeayurveda/
linkedin.com/company/centrodeayurveda

Adicione os nossos contactos directamente no seu telemóvel com o nosso QR-CODE!

CENTRO DE AYURVEDA
FORMAÇÃO, CONSULTORIA E TERAPIAS

DGERT ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

NAMA NATIONAL AYURVEDIC MEDICAL ASSOCIATION

DURAÇÃO: 20 HORAS

Curso de Terapias Complementares

O conteúdo programático deste curso inclui oito terapias de Ayurveda usadas tanto como técnicas de manutenção, desintoxicação e rejuvenescimento de pessoas saudáveis como para o tratamento de doenças específicas. Têm elas os seguintes benefícios:
Kadivasti - Alívio de dores lombares, de costas, ciática e hérnias discais, estimula o sistema nervoso aliviando dores e dormência.
Urovasti - Tratamento de ardor e dores no peito, soluços convulsos, asma, problemas respiratórios, congestão pulmonar e falta de ar.
Greevavasti - Estimula o sistema nervoso aliviando a rigidez nas articulações, dores de pescoço, paralisia e dormências.
Netravasti - Limpa e protege a visão. Usado eficazmente no tratamente de practicamente todos os distúrbios oftalmológicos.
Karna Poorana - Tratamento de dores de ouvidos, surdez, zumbidos, tonturas, vertigens, assim como na saúde dos dentes e gengivas.
Shirovasti - Tratamento de patologias nos olhos, nariz, ouvidos e boca, na cura de enchaquecas, sinusite, stress e esforço mental escessivos, melhora a tez, a memória e promove o sono profundo.
Gulphavasti - Tratamento de dores nas articulações dos joelhos, e de sintomas como folga, inchaço, rigidez e crepitus nestas juntas.

Todas serão explicadas e descritas minuciosamente embora só as quatro primeiras serão postas em prática por todos os formandos.

Datas e locais

20 / 05 2020	Lisboa Espaço Amar Rua Rosa Araújo, Nº34 5º Andar (perto do Marquês de Pombal)
13 / 03 2021	Portimão Villa Prana Av. Miguel Bombarda 5, 8500-299 Portimão
13 / 03 2021	Sto. Tirso D'Alma e Corpo Rua Ferreira de Lemos, 216, 4780-468 Santo Tirso
06 / 02 2021	Évora Ginásios da Educação Da Vinci Rua de Chartres, nº5 B 7000-930 Évora

Investimento

50€ inscrição + 250€ divididos em 2 mensalidades (a pagar até ao dia 10 de cada mês ou até à conclusão do módulo)
10% desconto com pré-pagamento

Requisitos

Não existem pré-requisitos para o curso de Terapias Complementares mas é necessário considerar que se trata de um curso desafiante com momentos de avaliação teóricos e práticos ao longo de toda a formação.

Recomenda-se ter alguns conhecimentos de Anatomia e Fisiologia para uma correta aplicação e compreensão das terapias e técnicas envolvidas. Caso necessário, é oferecido aos formandos deste curso um desconto de 30% no módulo de Anatomia e Fisiologia lecionado no âmbito do Curso Avançado de Técnicas Complementares de Osteopatia.

Como tal este curso está aberto a qualquer terapeuta e profissional de saúde como também a qualquer interessado no tema.

(+351) 91 645 92 75
www.centrodeayurveda.com
info@centrodeayurveda.com
facebook.com/centrodeayurveda
twitter.com/ayurvedacentro
instagram.com/centrodeayurveda/
linkedin.com/company/centrodeayurveda

Adicione os nossos contactos directamente no seu telemóvel com o nosso QR-CODE!

CENTRO DE AYURVEDA
FORMAÇÃO, CONSULTORIA E TERAPIAS

DGERT ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

NAMA NATIONAL AYURVEDIC MEDICAL ASSOCIATION

DURAÇÃO: 20 HORAS

Curso de Pinda Swedana

Hoje em dia o trabalho terapêutico das pindas é reconhecido e divulgado por todo o mundo ao ser visto como utensílio essencial das medicinas orientais em geral e da massoterapia em particular. Os benefícios que estas variadíssimas terapias têm em comum derivam do prazer que proporcionam e da eficácia dos resultados obtidos com a sua massagem de aplicação.

Com esta formação irá aprender três terapias ayurvédicas distintas onde se usam técnicas de aquecimento com pindas para diferentes objectivos terapêuticos, nomeadamente o Elakizhi (pindas com preparado de ervas medicinais); o Navarakizhi (pindas com arroz medicado); o Podikizhi (pindas com pó terapêutico); e o Valuka Sweda (pindas com areia medicada).

Aprenderá também a fabricar pindas a partir de ervas fitoterapêuticas portuguesas de fácil acesso, de acordo com cada estação do ano, e ainda a prepará-las de acordo com cada cliente.

O workshop inclui também uma sequência de snehana (massagem de deslizamento ayurvédica) para aplicar óleos de forma adequada aos tratamentos e ainda a sequência tradicional de massagem com pindas com o cliente em sete posições corporais diferentes.

Datas e locais

25 / 05 2020 13 / 12 2020	Lisboa Espaço Amar Rua Rosa Araújo, Nº34 5º Andar (perto do Marquês de Pombal)
28 / 03 2021	Portimão Villa Prana Av. Miguel Bombarda 5, 8500-299 Portimão
28 / 03 2021	Sto. Tirso D'Alma e Corpo Rua Ferreira de Lemos, 216, 4780-468 Santo Tirso
21 / 03 2021	Évora Ginásios da Educação Da Vinci Rua de Chartres, nº5 B 7000-930 Évora

Investimento

50€ inscrição + 200€ divididos em 2 mensalidades (a pagar até ao dia 10 de cada mês ou até à conclusão do módulo)
10% desconto com pré-pagamento

Requisitos

Não existem pré-requisitos para o curso de Pinda Swedana mas é necessário considerar que se trata de um curso desafiante com momentos de avaliação teóricos e práticos ao longo de toda a formação.

Recomenda-se ter alguns conhecimentos de Anatomia e Fisiologia para uma correta aplicação e compreensão das terapias e técnicas envolvidas. Caso necessário, é oferecido aos formandos deste curso um desconto de 30% no módulo de Anatomia e Fisiologia lecionado no âmbito do Curso Avançado de Técnicas Complementares de Osteopatia.

Como tal este curso está aberto a qualquer terapeuta e profissional de saúde como também a qualquer interessado no tema.

(+351) 91 645 92 75
www.centrodeayurveda.com
info@centrodeayurveda.com
facebook.com/centrodeayurveda
twitter.com/ayurvedacentro
instagram.com/centrodeayurveda/
linkedin.com/company/centrodeayurveda

Adicione os nossos contactos directamente no seu telemóvel com o nosso QR-CODE!

CENTRO DE AYURVEDA
FORMAÇÃO, CONSULTORIA E TERAPIAS

DGERT ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

NAMA NATIONAL AYURVEDIC MEDICAL ASSOCIATION

DURAÇÃO: 20 HORAS

Curso de Indian Head Massage

A Ayurveda é uma das primeiras terapias conhecidas pelo homem, uma medicina holística oriunda da Índia. Tem assim em vista o ser humano como um todo, tendo como objectivo harmonizar e curar não só o corpo físico como o energético. Adapta-se a diferentes corpos e padrões energéticos (doshas). Ao longo do workshop irão aprender várias técnicas e sequências práticas de massagem à cabeça, rosto e áreas circundantes com os mais diversos efeitos curativos e aplicações.

A cabeça, pescoço e ombros contêm importantes pontos de energia do nosso corpo. Quando estamos stressados ou irritados, a tensão tende a manifestar-se e a acumular-se nestes pontos. Mais tarde esta tensão acumulada poderá aparecer sob a forma de nódulos no pescoço e ombros, imobilidade, mal-estar e até mesmo queda de cabelo. A Indian Head Massage vai ajudar a desbloquear estes pontos. O seu efeito não é apenas físico, também trabalha ao nível emocional, acalmando o espírito, promove relaxamento, e alivia o stress, uma das principais causas de doenças actualmente.

Abordaremos, entre outros temas: o que é a Indian Head Massage, os seus benefícios e história; acupressão e relaxamento; técnicas e sequências,de massagens; estilo Neendra Meta; o Shiro-abhyanga; o Champissage; a sequência tailandesa.

Datas e locais

18 / 06 2020	Lisboa Espaço Amar Rua Rosa Araújo, Nº34 5º Andar (perto do Marquês de Pombal)
23 / 01 2021	
24 / 04 2021	Portimão Villa Prana Av. Miguel Bombarda 5, 8500-299 Portimão
01 / 05 2021	Sto. Tirso D'Alma e Corpo Rua Ferreira de Lemos, 216, 4780-468 Santo Tirso
24 / 04 2021	Évora Ginásios da Educação Da Vinci Rua de Chartres, nº5 B 7000-930 Évora

Investimento

50€ inscrição + 150€ (a pagar até à data da conclusão do módulo)
10% desconto com pré-pagamento

Requisitos

Não existem pré-requisitos para o curso de Indian Head Massage mas é necessário considerar que se trata de um curso desafiante com momentos de avaliação teóricos e práticos ao longo de toda a formação.

Recomenda-se ter alguns conhecimentos de Anatomia e Fisiologia para uma correta aplicação e compreensão das terapias e técnicas envolvidas. Caso necessário, é oferecido aos formandos deste curso um desconto de 30% no módulo de Anatomia e Fisiologia lecionado no âmbito do Curso Avançado de Técnicas Complementares de Osteopatia.

Como tal este curso está aberto a qualquer terapeuta e profissional de saúde como também a qualquer interessado no tema.

(+351) 91 645 92 75
www.centrodeayurveda.com
info@centrodeayurveda.com
facebook.com/centrodeayurveda
twitter.com/ayurvedacentro
instagram.com/centrodeayurveda/
linkedin.com/company/centrodeayurveda

Adicione os nossos contactos directamente no seu telemóvel com o nosso QR-CODE!

CENTRO DE AYURVEDA
FORMAÇÃO, CONSULTORIA E TERAPIAS

DGERT ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

NAMA NATIONAL AYURVEDIC MEDICAL ASSOCIATION

DURAÇÃO: 20 HORAS

Curso de Chavutti Thirumal

A massagem com os pés pode ir à origem da dor, sentindo as áreas afectadas, libertando tensão acumulada e aumentando circulação, flexibilidade e mobilidade. A sua acção pode até ser mais profunda e terapêutica que a de certas massagens feitas com as mãos. Os movimentos podem ser gentis, profundos ou revigorantes: cada parte do pé serve uma função diferente.

Trata-se de uma especialização do bodywork ayurvédico, integrada de forma a proporcionar formas totalmente novas de tocar e honrar os corpos, comprovadas pela experimentação de milénios.

Esta massagem traz diversos benefícios ao nível da circulação sanguínea e consequente fortalecimento do metabolismo e da sua imunidade. Tonifica todo o corpo, promove a eliminação de gordura excessiva e repara tecidos danificados, restaurando o equilíbrio físico. Previne o envelhecimento prematuro e promove o rejuvenescimento.

O conteúdo programático deste curso compreende uma introdução de princípios básicos da Ayurveda; rotinas e óleos recomendados; Breve história da técnica do Chavutti Thirumal, os seus benefícios, contra-indicações e sequências de massagem.

Datas e locais

09 / 07 2020	Lisboa Espaço Amar Rua Rosa Araújo, Nº34 5º Andar (perto do Marquês de Pombal)
21 / 02 2021	
09 / 05 2021	Portimão Villa Prana Av. Miguel Bombarda 5, 8500-299 Portimão
16 / 05 2021	Sto. Tirso D'Alma e Corpo Rua Ferreira de Lemos, 216, 4780-468 Santo Tirso
23 / 05 2021	Évora Ginásios da Educação Da Vinci Rua de Chartres, nº5 B 7000-930 Évora

Investimento

50€ inscrição + 200€ divididos em 2 mensalidades (a pagar até ao dia 10 de cada mês ou até à conclusão do módulo)
10% desconto com pré-pagamento

Requisitos

Não existem pré-requisitos para o curso de Chavutti Thirumal mas é necessário considerar que se trata de um curso desafiante com momentos de avaliação teóricos e práticos ao longo de toda a formação.

Recomenda-se ter alguns conhecimentos de Anatomia e Fisiologia para uma correta aplicação e compreensão das terapias e técnicas envolvidas. Caso necessário, é oferecido aos formandos deste curso um desconto de 30% no módulo de Anatomia e Fisiologia lecionado no âmbito do Curso Avançado de Técnicas Complementares de Osteopatia.

Como tal este curso está aberto a qualquer terapeuta e profissional de saúde como também a qualquer interessado no tema.

(+351) 91 645 92 75
www.centrodeayurveda.com
info@centrodeayurveda.com
facebook.com/centrodeayurveda
twitter.com/ayurvedacentro
instagram.com/centrodeayurveda/
linkedin.com/company/centrodeayurveda

Adicione os nossos contactos directamente no seu telemóvel com o nosso QR-CODE!

CENTRO DE AYURVEDA
FORMAÇÃO, CONSULTORIA E TERAPIAS

DGERT ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

NAMA NATIONAL AYURVEDIC MEDICAL ASSOCIATION

DURAÇÃO: 14 HORAS

Curso de Massagem Vibracional com Cristais

Este curso destina-se a pessoas que tomam como dado adquirido serem parte integrante da Natureza e de um Todo Maior. É uma introdução teórica e prática de várias terapias subtis que visam a cura do corpo físico e do seu campo electromagnético.

Nesta sessão estudaremos ferramentas essenciais para os que cuidam do corpo. Os formandos ganharão confiança prática na sua utilização, através de uma introdução à terapia de cristais com uma breve apresentação da sua História, principais terapias e como limpar, programar e aplicar cristais.

Vamos praticar uma terapia holística que vai englobar todas estas áreas e combiná-las com uma massagem de deslizamento que levará o paciente a estados profundos de relaxamento.

Datas e locais

17 / 09 2020	Lisboa Espaço Amar Rua Rosa Araújo, Nº34 5º Andar (perto do Marquês de Pombal)
20 / 03 2021	
19 / 06 2021	Portimão Villa Prana Av. Miguel Bombarda 5, 8500-299 Portimão
03 / 07 2021	Sto. Tirso D'Alma e Corpo Rua Ferreira de Lemos, 216, 4780-468 Santo Tirso
26 / 06 2021	Évora Ginásios da Educação Da Vinci Rua de Chartres, nº5 B 7000-930 Évora

Investimento

50€ inscrição + 200€ divididos em 2 mensalidades (a pagar até ao dia 10 de cada mês ou até à conclusão do módulo)
10% desconto com pré-pagamento

Requisitos

Não existem pré-requisitos para o curso de Massagem Vibracional com Cristais mas é necessário considerar que se trata de um curso desafiante com momentos de avaliação teóricos e práticos ao longo de toda a formação.

Recomenda-se ter alguns conhecimentos de Anatomia e Fisiologia para uma correta aplicação e compreensão das terapias e técnicas envolvidas. Caso necessário, é oferecido aos formandos deste curso um desconto de 30% no módulo de Anatomia e Fisiologia lecionado no âmbito do Curso Avançado de Técnicas Complementares de Osteopatia.

Como tal este curso está aberto a qualquer terapeuta e profissional de saúde como também a qualquer interessado no tema.

(+351) 91 645 92 75
www.centrodeayurveda.com
info@centrodeayurveda.com
facebook.com/centrodeayurveda
twitter.com/ayurvedacentro
instagram.com/centrodeayurveda/
linkedin.com/company/centrodeayurveda

Adicione os nossos contactos directamente no seu telemóvel com o nosso QR-CODE!

CENTRO DE AYURVEDA
FORMAÇÃO, CONSULTORIA E TERAPIAS

DGERT ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

NAMA NATIONAL AYURVEDIC MEDICAL ASSOCIATION

DURAÇÃO: 40 HORAS

Curso de Estética e Beleza Ayurvédica

Este curso abrange uma variedade de cuidados e tratamentos (Rasayana) de beleza e estética de origem herbal bastante eficazes, para o rosto, corpo, mãos, pés e cabelo. Os formandos aprenderão a personalizar os tratamentos após a análise do tipo de pele, corpo e cabelo.

A componente prática deste curso envolve tratamentos de corpo, rosto e cabelo com ervas, flores, frutas e legumes, assim como tratamentos com vapores herbais (Swedana). Veremos como fazer esfoliação e máscaras para diferentes efeitos e tipos de pele, eficazes no tratamento de acne e de outras questões de beleza do rosto e do couro cabeludo.Aprenderemos ainda sobre massagens de estética ayurvédica corporais, do rosto e couro cabeludo, das mãos e pés. Abordaremos temas variados desde a drenagem linfática ayurvédica básica a técnicas de depilação e imersões de mãos e pés, das massagens de mãos (Hastha Chakra) e de pés (Padh Chakra) a desenhos de henna.

No final deste curso os formando terão uma forte noção da Ayurveda e dos seus princípios básicos e diferentes constituições, com um forte enfoque na beleza e estética Ayurveda, seus tratamentos e rituais de beleza.

Datas e locais

08 / 10 2020 e **17 / 04 2021**
Lisboa
Espaço Amar
Rua Rosa Araújo, Nº34 5º Andar
(perto do Marquês de Pombal)

17 / 07 2021
Portimão
Villa Prana
Av. Miguel Bombarda 5,
8500-299 Portimão

24 / 07 2021
Sto. Tirso
D'Alma e Corpo
Rua Ferreira de Lemos, 216,
4780-468 Santo Tirso

17 / 07 2021
Évora
Ginásios da Educação Da Vinci
Rua de Chartres, nº5 B
7000-930 Évora

Investimento

50€ inscrição + 350€ divididos em 3 mensalidades (a pagar até ao dia 10 de cada mês ou até à conclusão do módulo)
10% desconto com pré-pagamento

Requisitos

Não existem pré-requisitos para o curso de Estética e Beleza Ayurvédica mas é necessário considerar que se trata de um curso desafiante com momentos de avaliação teóricos e práticos ao longo de toda a formação.

Recomenda-se ter alguns conhecimentos de Anatomia e Fisiologia para uma correta aplicação e compreensão das terapias e técnicas envolvidas. Caso necessário, é oferecido aos formandos deste curso um desconto de 30% no módulo de Anatomia e Fisiologia lecionado no âmbito do Curso Avançado de Técnicas Complementares de Osteopatia.

Como tal este curso está aberto a qualquer terapeuta e profissional de saúde como também a qualquer interessado no tema.

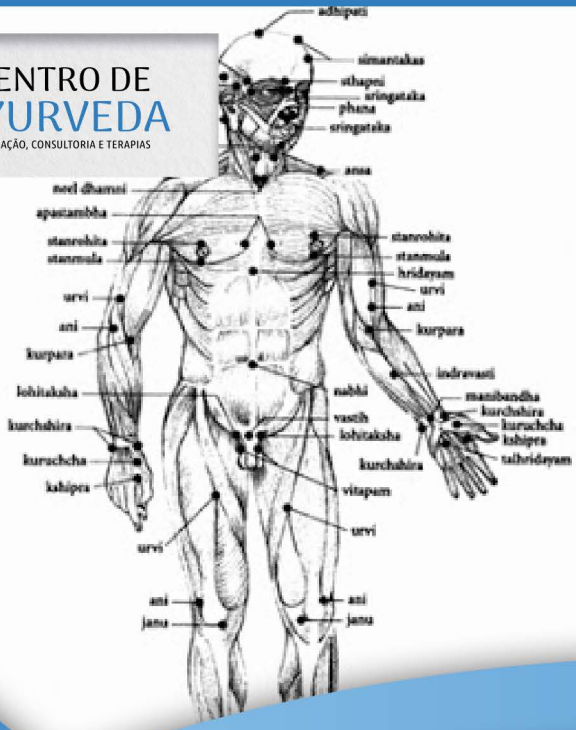
(+351) 91 645 92 75
www.centrodeayurveda.com
info@centrodeayurveda.com
facebook.com/centrodeayurveda
twitter.com/ayurvedacentro
instagram.com/centrodeayurveda/
linkedin.com/company/centrodeayurveda

Adicione os nossos contactos directamente no seu telemóvel com o nosso QR-CODE!

CENTRO DE AYURVEDA
FORMAÇÃO, CONSULTORIA E TERAPIAS

DGERT ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

NAMA NATIONAL AYURVEDIC MEDICAL ASSOCIATION



Datas e locais

19 / 11 2020	Lisboa Espaço Amar Rua Rosa Araújo, Nº34 5º Andar (perto do Marquês de Pombal)
26 / 06 2021	
20 / 11 2021	Sto. Tirso D'Alma e Corpo Rua Ferreira de Lemos, 216, 4780-468 Santo Tirso
16 / 10 2021	Portimão Villa Prana Av. Miguel Bombarda 5, 8500-299 Portimão
09 / 10 2021	Évora Ginásios da Educação Da Vinci Rua de Chartres, nº5 B 7000-930 Évora

DURAÇÃO: 20 HORAS

Curso de Marmaterapia

Este curso ensina como aplicar a marmaterapia, informação mantida com algum secretismo (terapia de pontos vitais) e que só agora começa a ser divulgada pelo Ocidente. O formando aprenderá a localizar e medir os marmas; a identificar as estruturas anatómicas que são afectadas por cada marma; a identificar o que controlam e como tratá-los individualmente e em grupo para tratar os sistemas (srotas), sendo eles o respiratório, digestivo, metabólico, linfático, circulatório, adiposo, muscular, esquelético, nervoso, reprodutivo, urinário, excretor, menstrual, a lactação, a mente.Saberão ainda como tratar os sete tecidos (sapta dhatus), os doshas e sub-doshas, os chakras e zonas necessitadas específicas.

De acordo com a necessidade em causa, o marmaterapeuta utiliza uma variedade de técnicas que serão ensinadas durante a formação para tratar os marmas em questão, nomeadamente a Yogaterapia (asanas); a massagem mármica (mardana); mantras para tratamento de marmas (mantra chikitsa); yantras (yantra chikitsa); uso de cristais para tratar marmas (mani chikitsa); aplicação de pastas herbais (lepa chikitsa); aromaterapia; cromoterapia; equilíbrio de marmas com prana (prana chikitsa); método de aplicação de calor (agni karma). Também discutiremos os métodos: cauterização (kshara karma), acupuntura (suchi karma) e sangramento (sira vedha).

Investimento

50€ inscrição + 150€ (a pagar até à data da conclusão do módulo)
10% desconto com pré-pagamento

Requisitos

Para realizar o módulo de Marmaterapia é obrigatório ter feito o módulo de Diagnóstico e Anamnese. É necessário considerar que se trata de um curso desafiante com momentos de avaliação teóricos e práticos ao longo de toda a formação.

Recomenda-se também ter alguns conhecimentos de Fitoterapia Ayurvédica e de Anatomia e Fisiologia para uma correta aplicação e compreensão das terapias e técnicas envolvidas. Caso necessário, é oferecido aos formandos deste curso um desconto de 30% nos módulos de Anatomia e Fisiologia.

Caso tenha feito formações que pense que lhe permitem acompanhar o curso envie-nos os certificados, para que o seu caso possa ser analisado pela Coordenação Pedagógica e ser atribuída equivalência. Como tal o módulo está aberto a qualquer terapeuta e profissional de saúde como também a qualquer interessado no tema.

(+351) 91 645 92 75
www.centrodeayurveda.com
info@centrodeayurveda.com
facebook.com/centrodeayurveda
twitter.com/ayurvedacentro
instagram.com/centrodeayurveda/
linkedin.com/company/centrodeayurveda

Adicione os nossos contactos directamente no seu telemóvel com o nosso QR-CODE!

CENTRO DE AYURVEDA
FORMAÇÃO, CONSULTORIA E TERAPIAS

DGERT ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

NAMA NATIONAL AYURVEDIC MEDICAL ASSOCIATION

DURAÇÃO: 20 HORAS

Curso de Nutrição e Culinária Ayurvédica

A nutrição é um dos principais pilares da saúde para a ciência Ayurveda, sendo um complemento imperativo da sua medicina. Hoje em dia vivemos numa época em que a alimentação perdeu muito do seu valor contextual. O facto de podermos comer alimentos sasonais em qualquer época do ano altera o equilíbrio do nosso biotipo. Com um conhecimento adequado sobre o poder e os efeitos que a alimentação exerce na saúde física, clareza mental e progresso espiritual, é possível manter a vitalidade do corpo e evitar doenças. A grande diferença entre a Nutrição praticada no Ocidente e a Nutrição Ayurvédica é que esta inclui, para além dos conceitos nutricionais, os 5 elementos e o poder digestivo e pós-digestivo dos alimentos, como importantes ferramentas para recuperar e manter a saúde.

Neste curso abordaremos a nutrição e princípios alimentares na Ayurveda, os atributos e distribuição dos alimentos para cada biotipo e as suas propriedades terapêuticas. Falaremos sobre temperos e especiarias e sugestões de receitas. Abordaremos ainda dietas para tratamentos, e nutrição e culinária ayurvédica para Spa e consultas, sob um protocolo de atendimento de excelência. No final será preparado um almoço seguindo os preceitos da nutrição e culinária ayurvédica, com receitas indianas.

Datas e locais

17 / 12 2020 04 / 07 2021	Lisboa Espaço Amar Rua Rosa Araújo, Nº34 5º Andar (perto do Marquês de Pombal)
28 / 11 2021	Sto. Tirso D'Alma e Corpo Rua Ferreira de Lemos, 216, 4780-468 Santo Tirso
24 / 10 2021	Portimão Villa Prana Av. Miguel Bombarda 5, 8500-299 Portimão
31 / 10 2021	Évora Ginásios da Educação Da Vinci Rua de Chartres, nº5 B 7000-930 Évora

Investimento

50€ inscrição + 250€ divididos em 2 mensalidades (a pagar até ao dia 10 de cada mês ou até à conclusão do módulo)
10% desconto com pré-pagamento

Requisitos

Não existem pré-requisitos para o curso de Nutrição e Culinária Ayurvédica mas é necessário considerar que se trata de um curso desafiante com momentos de avaliação teóricos e práticos ao longo de toda a formação.

Recomenda-se ter alguns conhecimentos de Anatomia e Fisiologia para uma correta aplicação e compreensão das terapias e técnicas envolvidas. Caso necessário, é oferecido aos formandos deste curso um desconto de 30% no módulo de Anatomia e Fisiologia lecionado no âmbito do Curso Avançado de Técnicas Complementares de Osteopatia.

Como tal este curso está aberto a qualquer terapeuta e profissional de saúde como também a qualquer interessado no tema.

(+351) 91 645 92 75
www.centrodeayurveda.com
info@centrodeayurveda.com
facebook.com/centrodeayurveda
twitter.com/ayurvedacentro
instagram.com/centrodeayurveda/
linkedin.com/company/centrodeayurveda

Adicione os nossos contactos directamente no seu telemóvel com o nosso QR-CODE!

CENTRO DE AYURVEDA
FORMAÇÃO, CONSULTORIA E TERAPIAS

DGERT ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

NAMA NATIONAL AYURVEDIC MEDICAL ASSOCIATION

DURAÇÃO: 20 HORAS

Curso de Drenagem Linfática Ayurvédica

Integradas neste curso vamos ver as técnicas ayurvédicas de:
Cerca de 10 tratamentos linfáticos ayurvédicos.
Programas linfáticos.
Yoga linfático.
Auto-massagem linfática.
Dinacharya / rotina para problemas linfáticos.
Marmani linfáticos, nutrição e fitoterapia para programas linfáticos.
Garshana - Esfregar linfático da pele a seco, com uma luva de seda ou lã virgem, recorrendo a elementos naturais e herbais para a esfoliação. Estimula o tecido subcutâneo e aumenta a circulação periférica, removendo células mortas como um leve peeling. Também é um óptimo desintoxicante do corpo e limpa as energias.
Udwartana - Realização de uma massagem com uma pasta linfática (rasa) de ervas juntamente com o óleo. O uso do pó tem a finalidade de estimular o tecido adiposo e a circulação local.
Neerabhyanga - Estimula o sistema linfático e elimina o excesso de fluidos tóxicos, especialmente útil em situações de pós-operação ou doença prolongada pois ajuda na recuperação e a eliminar os efeitos de medicamentos tomados. É aconselhável tanto a pessoas sedentárias como para quem vive de forma mais activa.
Os formandos terão noções básicas de Ayurveda, aprendendo a personalizar os tratamentos consoante o biótipo da pessoa.

Datas e locais

21 / 01 2021 18 / 09 2021	Lisboa Espaço Amar Rua Rosa Araújo, Nº34 5º Andar (perto do Marquês de Pombal)
15 / 01 2022	Sto. Tirso D'Alma e Corpo Rua Ferreira de Lemos, 216, 4780-468 Santo Tirso
13 / 11 2021	Portimão Villa Prana Av. Miguel Bombarda 5, 8500-299 Portimão
27 / 11 2021	Évora Ginásios da Educação Da Vinci Rua de Chartres, nº5 B 7000-930 Évora

Investimento

50€ inscrição + 250€ divididos em 2 mensalidades (a pagar até ao dia 10 de cada mês ou até à conclusão do módulo)
10% desconto com pré-pagamento

Requisitos

Não existem pré-requisitos para o curso de Drenagem Linfática Ayurvédica mas é necessário considerar que se trata de um curso desafiante com momentos de avaliação teóricos e práticos ao longo de toda a formação.

Recomenda-se ter alguns conhecimentos de Anatomia e Fisiologia para uma correta aplicação e compreensão das terapias e técnicas envolvidas. Caso necessário, é oferecido aos formandos deste curso um desconto de 30% no módulo de Anatomia e Fisiologia lecionado no âmbito do Curso Avançado de Técnicas Complementares de Osteopatia.

Como tal este curso está aberto a qualquer terapeuta e profissional de saúde como também a qualquer interessado no tema.

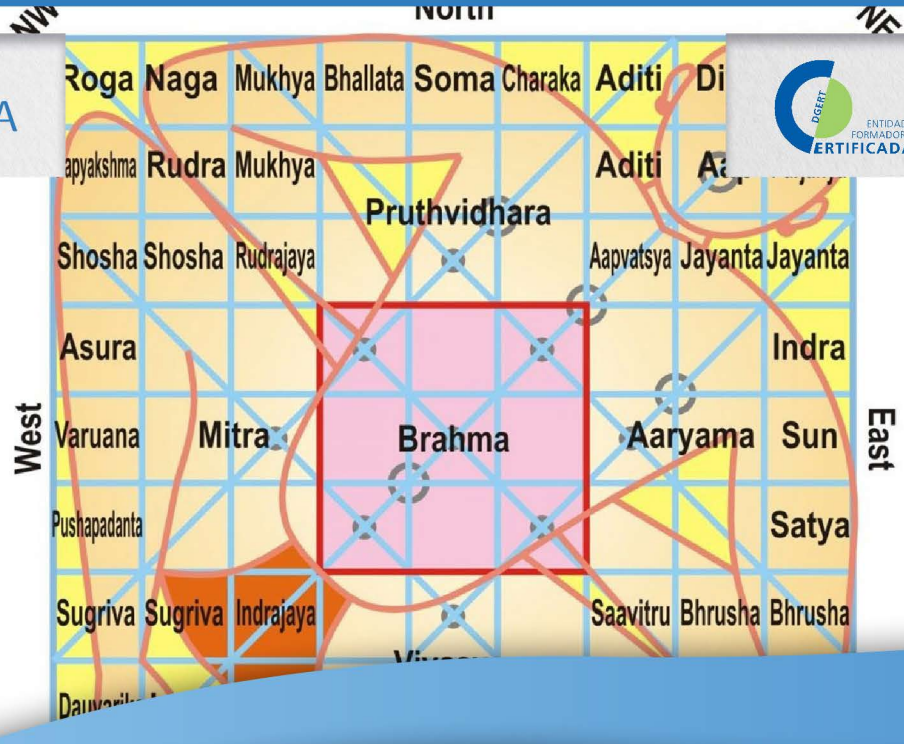
(+351) 91 645 92 75
www.centrodeayurveda.com
info@centrodeayurveda.com
facebook.com/centrodeayurveda
twitter.com/ayurvedacentro
instagram.com/centrodeayurveda/
linkedin.com/company/centrodeayurveda

Adicione os nossos contactos directamente no seu telemóvel com o nosso QR-CODE!

CENTRO DE AYURVEDA
FORMAÇÃO, CONSULTORIA E TERAPIAS

ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

NAMA
NATIONAL AYURVEDIC MEDICAL ASSOCIATION



DURAÇÃO: 10 HORAS

Curso de Vastu Vidya

Vastu Vidya, ou Vastu Shastra, consiste no sistema indiano tradicional de arquitectura e design, de origem védica, que nos ajuda a usufruir da energia positiva do espaço que nos rodeia. O vastu lida com o lugar correcto do Homem com respeito ao ambiente envolvente, no sentido de atingir a harmonia com a Natureza. Para isso recorre aos 5 elementos ayurvédicos – Éter, Ar, Fogo, Água, Terra –, de forma a equilibrar a energia que se encontra latente em tudo à nossa volta, em conjunto com os campos magnéticos da Terra.

Este curso visa formar os alunos em consultoria referente à construção de raiz de espaços terapêuticos e spas ou correção dos mesmos, de acordo com Vastu Shastra / Feng Shui ayurvédico.

Uma casa adequadamente desenhada e agradável será a morada da boa saúde, riqueza, inteligência, boa descendência, paz e felicidade, e redimirá o seu dono de dívidas e obrigações. Negligenciar os cânones da arquitectura resultará em viagens desnecessárias, perda do bom nome, lamentações e desapontamentos. Todas as casas, vilas, comunidades e cidades, portanto, deverão ser construídas de acordo com o Vastu Shastra. Trazido à luz em favor do universo inteiro, este conhecimento é para a satisfacção, melhoria e bem-estar generalizado de todos.

Saramananga Sutradhara

Datas e locais

18 / 02 2021 26 / 09 2021	Lisboa Espaço Amar Rua Rosa Araújo, Nº34 5º Andar (perto do Marquês de Pombal)
30 / 01 2022	Sto. Tirso D'Alma e Corpo Rua Ferreira de Lemos, 216, 4780-468 Santo Tirso
21 / 11 2021	Portimão Villa Prana Av. Miguel Bombarda 5, 8500-299 Portimão
05 / 12 2021	Évora Ginásios da Educação Da Vinci Rua de Chartres, nº5 B 7000-930 Évora

Investimento

50€ inscrição + 100€ (a serem pagos até à data da conclusão do módulo)
10% desconto com pré-pagamento

Requisitos

Não existem pré-requisitos para o curso de Vastu Vidya mas é necessário considerar que se trata de um curso desafiante com momentos de avaliação teóricos e práticos ao longo de toda a formação.

Como tal este curso está aberto a qualquer terapeuta e profissional de saúde como também a qualquer interessado no tema.

(+351) 91 645 92 75
www.centrodeayurveda.com
info@centrodeayurveda.com
facebook.com/centrodeayurveda
twitter.com/ayurvedacentro
instagram.com/centrodeayurveda/
linkedin.com/company/centrodeayurveda

Adicione os nossos contactos directamente no seu telemóvel com o nosso QR-CODE!

CENTRO DE AYURVEDA
FORMAÇÃO, CONSULTORIA E TERAPIAS

DGERT ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

NAMA NATIONAL AYURVEDIC MEDICAL ASSOCIATION

Datas e locais

25 / 02 2021 17 / 10 2021	Lisboa Espaço Amar Rua Rosa Araújo, Nº34 5º Andar (perto do Marquês de Pombal)
18 / 02 2022	Sto. Tirso D'Alma e Corpo Rua Ferreira de Lemos, 216, 4780-468 Santo Tirso
08 / 01 2022	Portimão Villa Prana Av. Miguel Bombarda 5, 8500-299 Portimão
15 / 01 2022	Évora Ginásios da Educação Da Vinci Rua de Chartres, nº5 B 7000-930 Évora

DURAÇÃO: 40 HORAS

Curso de Panchakarma

O estilo de vida que levamos, bem como o tipo de sociedade em que vivemos não nos permitem tratar de nós como deveríamos. Os níveis de stress e de toxinas a que estamos sujeitos diariamente são muito superiores ao que os nossos corpos e mentes deveriam suportar. Esta situação permite um acumular de toxinas no nosso organismo em tecidos mais profundos, o que faz com que o nosso corpo não as possa expulsar normalmente.

Panchakarma é o programa terapêutico mais profundo e completo em Ayurveda. Consiste em 5 terapias de limpeza profunda que eliminam as toxinas do corpo, mesmo as acumuladas nos tecidos mais profundos, e restabelecer o seu equilíbrio natural. As suas terapias são levadas a cabo de forma controlada e terapêutica, garantindo a expulsão de toxinas sem desequilibrar os doshas. Este programa exige um tempo e terapias preparatórias (Purvakarma) e um acompanhamento pós-terapia (Pachatkarma). Quando executado de forma correcta rejuvenesce o nosso corpo, permitindo-nos uma vida mais longa e bastante mais saudável.

Este programa envolve o acompanhamento nutricional e psicológico, terapia alimentar, fitoterapia (com flora local), terapias de sudação (Pinda Swedana, banho herbal, esfoliações herbais), terapias de oleação (massagens, Shirodhara, Vastis externos), e Vasti Karma.

Investimento

50€ inscrição + 350€ divididos em 3 mensalidades (a pagar até ao dia 10 de cada mês ou até à conclusão do módulo)
10% desconto com pré-pagamento

Requisitos

Para realizar o módulo de Panchakarma é obrigatório ter feito o módulo de Diagnóstico e Anamnese. É necessário considerar que se trata de um curso desafiante com momentos de avaliação teóricos e práticos ao longo de toda a formação.

Recomenda-se também ter alguns conhecimentos de Anatomia e Fisiologia para uma correta aplicação e compreensão das terapias e técnicas envolvidas. Caso necessário, é oferecido aos formandos deste curso um desconto de 30% nos módulos de Anatomia e Fisiologia.

Caso tenha feito formações que pense que lhe permitem acompanhar o curso envie-nos os certificados, para que o seu caso possa ser analisado pela Coordenação Pedagógica e ser atribuída equivalência. Como tal o módulo está aberto a qualquer terapeuta e profissional de saúde como também a qualquer interessado no tema.

(+351) 91 645 92 75
www.centrodeayurveda.com
info@centrodeayurveda.com
facebook.com/centrodeayurveda
twitter.com/ayurvedacentro
instagram.com/centrodeayurveda/
linkedin.com/company/centrodeayurveda

Adicione os nossos contactos directamente no seu telemóvel com o nosso QR-CODE!