



Studio del Benessere
Uschi De Carlo



I consigli di Uschi De Carlo...

Num. 5/13 – Dicembre 2013

☞Peaceful food

Il periodo pre-natalizio mi sembra il momento ideale per parlare di "Peaceful food", di "Alimentazione di Pace".

Alcuni di voi forse si saranno accorti che i media, ultimamente, parlano sovente di alimentazione vegana, appunto di "peaceful food" e soprattutto in lingua tedesca sono usciti tanti nuovi libri e corsi di cucina vegana.

Ma da dove viene questa nuova tendenza e cosa significa esattamente questa espressione?

Se vuoi saperne di più, trovi in allegato un articolo tratto da "China Study e cucina vegana".

Allora perché abbuffarsi di cibo che ci fa male durante questo periodo e non prendere invece l'occasione di fare magari una cena con amici che sia più "cosciente e spirituale" a base di seitan, tofu, verdure, noci ecc.? Magari sarete sorpresi di quanto possa essere gustoso!

☞Terapie ormonali naturali

Come sapete, quest'anno sono stata molto impegnata nella ricerca e sviluppo di terapie sugli ormoni naturali, in stretta collaborazione con dei laboratori di analisi sugli ormoni.

Perciò il prossimo anno vi potrò informare sulle mie nuove scoperte e offrirvi grandi novità nelle terapie ormonali naturali!

☞Costellazioni Familiari e Sistemiche

Purtroppo in questi ultimi mesi non ho avuto tempo per poter organizzare costellazioni di gruppo ma, per chi fosse interessato a provare questa esperienza, continuo ad offrire costellazioni individuali.

Ritornando sull'argomento del cibo pacifico, vi auguro sane, pacifiche e serene Feste per tutti, esseri umani ed animali, e un'ottima partenza nell'anno nuovo!

