

**Διάλεξη Σάββατο 28 Ιανουαρίου 17:30 στην Εκάβη**

**Ομιλήτρια Αλεξάνδρα Ευθυμιάδου Γρίβα - Ειδική Παθολόγος**

Κατά την διάρκεια της ζωής μας, το σώμα μας αλλάζει, ακολουθώντας μια πορεία ανάπτυξης και, εν συνεχεία, σταδιακής φθοράς, την οποία υφίστανται όλα τα συστήματα (μυοσκελετικό, κυκλοφορικό, κ.α.) και τα διάφορα όργανά μας. Οι βλάβες αφορούν τόσο στις λειτουργίες, όσο και στη δομή των συστημάτων μας και εκφράζονται με συμπτώματα είτε συνηθισμένα είτε πιο ειδικά, όπως η κολίτιδα, η αρτηριακή υπέρταση, η αρθρίτιδα.

Η συμβατική ιατρική άποψη είναι ότι αυτές οι διαταραχές είναι μη αναστρέψιμες και θα μας συνοδεύουν σε όλη μας την ζωή. Η τρέχουσα φαρμακευτική παρέμβαση της συμβατικής ιατρικής ουσιαστικά δεν επιδιώκει την ανατροπή της εξέλιξης ενός νοσήματος, αλλά της φαρμακευτικής καταστολής των συμπτωμάτων, με όσες παρενέργειες αυτή συνεπάγεται.

Με βάση την νέο-Ιπποκρατική ιατρική, η διαδικασία του εκφυλισμού, της δυσλειτουργίας και τελικά της καταστροφής του ανθρώπινου σώματος είναι αποτέλεσμα των ακατάλληλων μοντέλων διατροφής και διαβίωσης που υιοθετούν οι σύγχρονες κοινωνίες.

Βασικός άξονας της θεραπευτικής πρακτικής είναι η θέση του Ιπποκράτη: «Η τροφή σου είναι η αρρώστια και το φάρμακο σου».

Με την αλλαγή του τρόπου διατροφής και την χρήση φαρμακευτικών βοτάνων (φυτοθεραπεία) είναι εφικτή η ανατροπή μιας εκφυλιστικής νόσου και η αποκατάσταση του ασθενούς.

## **Θα πραγματοποιηθεί και Χορτοφαγικό Τραπέζι**

Σκοπός μας είναι να επιδείξουμε έναν υγιεινό τρόπο διατροφής, να ανταλλάξουμε ιδέες και συνταγές.

**Η οικολογική μας ομάδα προτείνει πρόληψη και όχι αντιμετώπιση!**

**Μόνο με υγεία μπορούμε να έχουμε καλή ποιότητα ζωής αλλά και ως υγιείς πολίτες να δημιουργήσουμε τις προϋποθέσεις για μια ευτυχισμένη κοινωνία!**