

# WORKSHOP COSMÉTICA AYURVÉDICA

## PROF. GHANASHYAM MARDA

DOUTORADO EM AYURVEDA, MÉDICO AYURVÉDICO E PROFESSOR UNIVERSITÁRIO NA UNIVERSIDADE TILAK MAHARASHTRA, ÍNDIA, NA UNIVERSIDADE DE MIDDLESEX, EM LONDRES, NO REINO UNIDO E NO CENTRO DE ESTUDOS PÓS-DOCTORADOS DO MINISTÉRIO DA SAÚDE ROMENO.

O DR. GHANASHYAM MARDA EXERCE AINDA EM PUNE, NA ÍNDIA E É DIRECTOR DO SURAJ AYURVEDIC CLINIC AND PANCHKARMA RESEARCH CENTRE. ALÉM DISTO COLABORA COM DIVERSAS INSTITUIÇÕES DE RENOME NO SECTOR E PROMOVE PALESTRAS EM DIVERSOS PAÍSES COMO A FRANÇA, REINO UNIDO, ALEMANHA, ITÁLIA, PORTUGAL, ESPANHA, ROMÊNIA E AUSTRÁLIA.

É O COORDENADOR DO CURSO DE MEDICINA TRADICIONAL AYURVÉDICA DO IMT.

### APRESENTAÇÃO:

O CONCEITO DE BELEZA FLUI DAS QUALIDADES ÍNTIMAS DO SER, EMANANDO A VIBRAÇÃO MENTAL E EMOCIONAL NUMA IMAGEM FÍSICA. A QUALIDADE FÍSICA REFLECTE TANTO O CÓDIGO GENÉTICO COMO A NOSSA ESCOLHA EM TERMOS DE ALIMENTAÇÃO, AMBIENTE E ESTILO DE VIDA. O CORPO PODE SER TRABALHADO, EQUILIBRADO, DISCIPLINADO ATRAVÉS DO CULTIVAR DE ESTADOS MENTAIS POSITIVOS, E DE TERAPIAS DE PURIFICAÇÃO QUE O FORTALECEM FAZENDO-O ESPELHAR O BELO QUE NASCE DO INTERIOR.

O INÍCIO DESTES PROCESSOS PASSA PELA TOMADA DE CONSCIÊNCIA DA MATRIZ DA NOSSA CONSTITUIÇÃO, E DA ACEITAÇÃO E SINTONIZAÇÃO COM ESSA MESMA MATRIZ PERMITINDO ESSA PERCEPÇÃO QUE ACEITEMOS A INTELIGÊNCIA CORPORAL REFLECTINDO ASSIM SAÚDE E HARMONIA.

SEGUNDO A AYURVEDA, A BELEZA IRRADIA NAQUELES QUE TÊM A AUTO-ESTIMA BEM DESENVOLVIDA E MANTÊM A CAPACIDADE DE VER BELEZA AO SEU REDOR. TODOS OS PROCESSOS DO CORPO SÃO VISTOS COMO BELOS, E O AMADURECIMENTO, A SABEDORIA GANHA COM O TEMPO É VALORIZADO COMO A BELEZA MAIS PROFUNDA. AS PESSOAS QUE CUIDAM DA SUA SAÚDE, E CULTIVAM A ÉTICA E O EQUILÍBRIO NO SEU QUOTIDIANO PERMITEM QUE A BELEZA INTERIOR IRRADIE DA SUA PELE. A MEDITAÇÃO, O YOGA, A MASSAGEM, A DIETA APROPRIADA SÃO ASPECTOS QUE AJUDAM A DESENVOLVER UMA AURA BELA E VERDADEIRA.

A COSMÉTICA AYURVÉDICA É UMA FERRAMENTA QUE COMBINADA COM UM ESTILO DE VIDA SAUDÁVEL NOS PROPORCIONA HARMONIA. ESTE INSTRUMENTO PAUTA PELO USO DE ERVAS, FLORES E ÓLEOS ESSENCIAIS, E PELA APLICAÇÃO DE TÉCNICAS DE PURIFICAÇÃO QUE PROPORCIONAM À PELE UM EQUILÍBRIO SUBTIL, AJUDANDO-NOS A EMANAR A NOSSA BELEZA NATURAL.

#### OBJECTIVOS:

NO FINAL DO WORKSHOP O FORMANDO DEVERÁ SER CAPAZ DE:

- COMPREENDER O CONCEITO DE BELEZA NO CONTEXTO DA AYURVEDA
- DISSEMINAR FUNDAMENTOS BÁSICOS DO AYURVEDA E AS TERAPIAS QUE LHE ESTÃO ASSOCIADAS;
- RESPONDER À NECESSIDADE DE FORMAÇÃO ESPECÍFICA NA ÁREA, FACILITADA ATRAVÉS DE SUSTENTAÇÃO PRÁTICA;
- PROPORCIONAR UM ENCONTRO COM UMA VISÃO INTEGRAL DA SAÚDE E DA ESTÉTICA, GERADORA DE BEM-ESTAR E EQUILÍBRIO INTERNO;
- TORNAR A AYURVEDA E A COSMÉTICA NESTE CONTEXTO ACESSÍVEL A UM PÚBLICO MAIS VASTO.

#### DESTINATÁRIOS:

- PROFISSIONAIS E ESTUDANTES DA ÁREA DE SAÚDE E BEM-ESTAR;
- OUTROS CANDIDATOS COM INTERESSE PROFISSIONAL NA ÁREA.

**CARGA HORÁRIA TOTAL:** 06 HORAS

#### DATAS E HORÁRIOS:

LISBOA - 25 DE FEVEREIRO, DAS 10H ÀS 13H E DAS 15:30H ÀS 17:30H

#### CONDIÇÕES MÍNIMAS DE ACESSO:

- SEM EXIGÊNCIA FORMAL, SUGERE-SE NO ENTANTO, UM NÍVEL DE CONHECIMENTOS MÉDIO/SUPERIOR E ABERTURA INTELECTUAL PARA COMPREENSÃO DOS MÉTODOS TERAPÊUTICOS HOLÍSTICOS.
- COMPREENSÃO MÉDIA DA LÍNGUA INGLESA POIS O WORKSHOP É MINISTRADO NESTA LÍNGUA.

#### CERTIFICAÇÃO:

CERTIFICADO DE FREQUÊNCIA  
(DE ACORDO COM O DECRETO REGULAMENTAR Nº 35/2002 DE 23 DE ABRIL)

#### INVESTIMENTO/INSCRIÇÕES:

70 EUROS (EXTERNOS)  
35 EUROS (ALUNOS/DOCENTES IMT)

INSCRIÇÕES ATÉ 48H ANTES DO INÍCIO DO WORKSHOP

#### MATERIAL NECESSÁRIO:

ROUPA CONFORTÁVEL

**VAGAS:** 20

#### LOCAL DE REALIZAÇÃO DO CURSO:

INSTALAÇÕES DO IMT

#### MAIS INFORMAÇÕES/INSCRIÇÕES:

LISBOA:  
SECRETARIA-GERAL  
TEL.: 213 304 965/6  
TELM: 932 304 965  
EMAIL: SECRETARI@IMT.PT

Unidades Curriculares	Horas
Conceito de beleza no Ayurveda	30min
Panchakarma /Desintoxicação	30min
Aplicação Interna (Panchakarma e plantas)	1h
Aplicação Externa (massagem, lepas, máscaras, pindasveda, cremes, etc)	1h
Técnicas de produção e aplicação (lepas, cremes, máscaras e pindasveda)	3h
Total	6h

WORKSHOP  
COSMÉTICA  
AYURVÉDICA