

I VideoCorsi e le VideoConferenze con Carmen Ruello

Lista aggiornata al 15 Luglio 2020 dei VideoEventi disponibili o in Programmazione

Gli eventi in diretta in Programmazione

Titolo

Approccio Sistemico al Sistema Immunitario
Rinforzare le “difese” aspettando l’Autunno...

Quando

Domenica 19 Luglio 2020 dalle 16,00 alle 19,00

Programma della giornata

15,30 Inizio collegamento

16,00 Inizio Parte Teorica

- ◆ Il sistema immunitario: generalità ;
- ◆ Il microbiota intestinale e la modulazione del SI;
- ◆ Prevenire l’Infiammazione Sistemica;
- ◆ L’intestino al centro del piano strategico;
- ◆ Alimentazione, piante medicinali, integratori per fortificare il sistema immunitario.

17,00 Fine Parte Teorica e Intervallo

17,15 Ripresa lavori e Sezione Domande&Risposte

17,30 Inizio Laboratorio

- ◆ FerVidoliti immunostimolanti ;
- ◆ Crema Budwig probiotica;
- ◆ Fermentazione dei Legumi.

18,30 Sezione Domande&Risposte finali

19,00 Fine dei lavori e saluti

Richiedi maggiori informazioni o prenota il tuo posto cliccando [qui!](#)

Gli eventi in Differita che puoi richiedere

Titolo

Il benessere cardiovascolare con le Fermentazioni Spontanee

Programma degli argomenti

Parte teorica

- Elementi di Anatomia
- Ipertensione - Artralgie
- Mialgie - Crampi
- Alimentazione e Fitoterapia
- L'aiuto della Fermentazione

Parte pratica

- Usi delle piante medicinali
- Preparazione di un Fermento (tecnica kombucha)
- Preparazione di un FerVidolito a scopo terapeutico

Durata

170 minuti

Richiedi maggiori informazioni o prenota il tuo posto cliccando [qui!](#)



Titolo

L'ABC della Fermentazione

Corso elementare Teorico-Pratico con Carmen Ruello!

Il primo VideoCorso Online di Carmen Ruello sulle basi della Fermentazione.

Tutto ciò che serve sapere per iniziare a Fermentare:

- ◆ Cos'è la fermentazione;
- ◆ Sicurezza delle Fermentazioni;
- ◆ Vari tipi di Fermentazione;
- ◆ Cosa sono le SCOBY;
- ◆ Come usare i Fermenti (Liquido, Vegetale, SCOBY).

Tutto quello che vorreste vedere per lanciarvi nel mondo delle Monere:

- ◆ Kefir d.acqua;
- ◆ Kombucha;
- ◆ FerVida;
- ◆ Krauti.

Richiedi maggiori informazioni o prenota il tuo posto cliccando [qui!](#)