



YOGA Y AYURVEDA

Herramientas para mejorar el
vinculo médico-paciente y el
autocuidado

www.radhaestudio.wordpress.com

radhacontacto@gmail.com

1158 58 35 32

AYURVEDA

Ayur: vida

Veda :ciencia/ conocimiento/ estudio

Sesiones de terapia Masaje y auto
masaje

Abhyanga / Shiro Abhyanga

biotipo Vatta Pita kapha

YOGA

Asana

Pranaiaama yama:(‘control’).

Pratiajara regular los sentidos; implica el retrainamiento de los sentidos de los objetos externos)

Dharana (‘sostenimiento’ focalizar; dhara: ‘sostener’; implica la concentración de la mente en un pensamiento).

Dhiana (‘meditación’).

Samadhi acceso al estado de conciencia calma .

Yoga científico , oms

INTENCIÓN Y PROPÓSITO

Ayurveda argentino

Acceso popular a estas herramientas.

Experiencia en Hospitales .

Calidad de vínculo en el consultorio y con los
pacientes

Facilitar el valor intrínseco independiente del
valor que le puedan otorgar otras personas o
medio social



MUCHAS GRACIAS