



Vaidya's[®]

Special Ayurvedic Concepts FORMULAS

Με σύμμαχο τον... Εαυτό!



#TheHomeofAyurveda



Ayurveda^{hellas}

holistic health & beauty

ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΕΣ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΦΥΣΙΚΟΥ ΕΥ ΖΗΝ



ΣΟΦΙΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ
Χημικός - Researcher of Ayurveda
Πρόεδρος της Ayurveda Hellas A.E.

«Σε κάθε άνθρωπο υπάρχει ένας τόπος χωρίς αρρώστιες, ένας τόπος που δεν νιώθει ποτέ τον πόνο, ένας τόπος που δεν μπορεί να γερνάει ή να πεθαίνει. Όταν πηγαίνουμε σε αυτόν τον τόπο οι περιορισμοί που όλοι αποδεχόμαστε παύουν να υπάρχουν. Αυτός ο τόπος ονομάζεται τέλεια υγεία.»

-Deepak Chopra

...είναι ο τόπος συνάντησης με την Αληθινή μας Φύση, με τον Ανώτερο Εαυτό!

Το πρώτο μυστικό που θα πρέπει να γνωρίζουμε για την τέλεια υγεία είναι ότι θα πρέπει να την επιλέξουμε. Μπορούμε να είμαστε τόσο υγιείς όσο νομίζουμε ότι έχουμε τη δυνατότητα να είμαστε.

Για να κάνουμε την υγεία πολλαπλάσια καλύτερη χρειαζόμαστε μία νέα γνώση βασισμένη σε μία βαθύτερη έννοια της ζωής. Σπουδαία πηγή τέτοιου είδους γνώσης είναι το παραδοσιακό σύστημα προληπτικής ιατρικής και υγιεινής φροντίδα, την **Αγιουρβέδα**. Ξεκινώντας από την Ινδία 5000 χρόνια πριν, η Αγιουρβέδα προέρχεται από δύο σασκρικτικές λέξεις, *Ayus* που σημαίνει Υγεία-Ζωή και *Veda* που σημαίνει Βαθιά γνώση-Επιστήμη, έτσι συνήθως μεταφράζεται ως «η Επιστήμη της Ζωής» ή πιο συγκεκριμένα η γνώση του εύρους της ζωής. Στόχος της Αγιουρβέδα είναι να μας πει πως μπορούμε να επηρεάσουμε να διαμορφώσουμε, να επεκτείνουμε και τελικά να ελέγξουμε τις ζωές μας χωρίς την παρεμβολή των ασθενειών και του γήρατος. Η βασική της αρχή είναι πως ο νους ασκεί την πιο βαθιά επίδραση στο σώμα και η ισορροπία και αρμονία ανάμεσα στο νου και το σώμα δημιουργεί μία ανώτερη κατάσταση συνειδητότητας (γι' αυτό και **παγκόσμια αποκαλείται Ιατρική Νου-Σώματος**) και αποτελεί το καλύτερο είδος φυσικής ανοσίας και μία ανώτερη κατάσταση υγείας.

Αν και αντιλαμβανόμαστε το σώμα μας σας στερεό και πραγματικό, μοιάζει μάλλον με φωτιά που όλο πάει να σβήσει και όλο αναζοπνύεται.

ΤΟ ΣΩΜΑ ΜΑΣ
ΕΧΕΙ ΤΗ ΙΔΙΟΤΗΤΑ
ΝΑ ΑΥΤΟΦΕΡΑΠΕΥΕΤΑΙ
ΥΨΙΣΤΗ ΣΗΜΑΣΙΑ ΕΧΟΥΝ
ΟΙ ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ

- ♦ ΔΙΑΤΡΟΦΗ
- ♦ ΚΙΝΗΣΗ
- ♦ ΠΑΡΙΒΑΛΛΟΝ
- ♦ ΤΡΟΠΟΣ ΖΩΗΣ
- ♦ ΤΡΟΠΟΣ ΣΚΕΨΗΣ

Ιπποκράτης 432 π.Χ.



Για παράδειγμα αναπτύσσουμε νέα τοιχώματα στο στομάχι μας κάθε 5 μέρες, το δέρμα μας ανανεώνεται κάθε 5 εβδομάδες και γενικότερα κάθε χρόνο το 98% του συνολικού αριθμού των κυττάρων του σώματός μας αντικαθίστανται.

Η **Αγιουρβέδα** μάς δίνει τα εργαλεία για να παρέμβουμε σε αυτό το κβαντικό επίπεδο από το οποίο δημιουργούμαστε καθημερινά. Αυτή την πλούσια εργαλειοθήκη η **Ayurveda Hellas** έχει σαν βασικό της στόχο να μοιραστεί μαζί σας, προσφέροντας τα πιο επιλεγμένα αγιουρβεδικά **προϊόντα συνδυασμένα με υπηρεσίες και κούρες** (μασάζ, αποτοξίνωσης, εναρμόνισης κλπ.), ειδικά εργαστήρια (yoga, pranayama, ηχοθεραπεία κ.ά.), εξειδικευμένες **προτάσεις lifestyle** και προπαντός βαθιά γνώση για το τι είμαστε και σε τι πλαίσια κινούμαστε, το Γνώθι σαυτόν.



Ειδικά η σειρά **VAIDYAS formula**, όπου *Vaidya* σημαίνει αγιουρβεδικός γιατρός στα σανσκριτικά, στήθηκε μαζί με τους εξαιρετικούς, αγαπημένους και μόνιμους συνεργάτες στο **#TheHomeofAyurveda**, τον Dr. Venugopal, ιδιοκτήτη αγιουρβεδικής κλινικής στην Κεράλα και Dr. Anand, καθηγητή πανεπιστημίου στην Ινδία, με τους οποίους εδώ και χρόνια διοργανώνουμε ειδικές συνεδρίες, σεμινάρια και retreats. Τα προϊόντα αυτής της σειράς εστιάζουν κυρίως **στην εξισορρόπηση των ενεργειών Vata - Pitta - Kapha με προϊόντα καθημερινού lifestyle**, συντελώντας στο να ζούμε ζωές με περισσότερη υγεία, αρμονία και Επίγνωση!



Με σύμμαχο λοιπόν την **Αληθινή μας φύση, τον Ανώτερο Εαυτό μας**, οι μηχανισμοί αυτοθεραπείας, τα μυστικά της ύπαρξης, οι πύλες στο διαχρονικό και το αιώνιο... ξεκλειδώνονται!

Namaste!

Σημείωση: Υιοθετώντας την αγιουρβεδική προσέγγιση δεν εγκαταλείπουμε τη συμβατική, αλλά την επεκτείνουμε. Το μίγμα της Αγιουρβέδα και της Δυτικής ιατρικής φέρνει κοντά την αρχαία σοφία και τη σύγχρονη επιστήμη, που και οι δύο έχουν αποδειχθεί εντελώς συμβατές.

Περισσότερες πληροφορίες για την επιστήμη της Ayurveda μπορείτε να βρείτε στην ειδικά επιλεγμένη βιβλιογραφία των εκδόσεων της **Ayurveda Hellas A.E.**



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΕΛΙΞΗΡΙΑ

Bilola Ghee	06
Brahmarasayanam	06
Chyavanaprasam	07

ΑΓΙΟΥΡΒΕΔΙΚΑ ΡΟΦΗΜΑΤΑ

Immune Aid Ayurvedic coffee	08
Memory & Vital Aid Coffee	08
Detox Ayurvedic Tea	09
Masala Ayurvedic Tea	09
Vata Ayurvedic Tea	10
Pitta Ayurvedic Tea	10
Kapha Ayurvedic Tea	11
Wellness Ayurvedic Tea	11

ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΑΓΙΟΥΡΒΕΔΙΚΑ ΕΛΑΙΑ

Body Massage Oil	12
Eva Ayurvedic Oil	12
Hair Ayurvedic Oil	13
Oral Oil Wash	13
Sthana Oil	14
Skincare Oil	14
Facial Saffron Oil	15
Karnapoornam Oil	15
Nasya Oil	15



ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟΥ
ΑΓΙΟΥΡΒΕΔΙΚΟΥ



Lifestyle

#TheHomeofAyurveda

Η Αγιουρβέδα πέρα από ένα ολιστικό σύστημα υγείας είναι και μία... “Στάση ζωής”!

NETI

Στην Αγιουρβέδα ο καθημερινός καθαρισμός της μύτης αποτελεί πανάρχαια παράδοση, στοχεύοντας στην υγεία της περιοχής και την εύρυθμη ζωτική λειτουργία της αναπνοής. Προκειμένου γι' αυτό χρησιμοποιείται το Νέτι, μία μικρή κανάτα ειδικά σχεδιασμένη για να εγχύεται αλατόνερο (με ειδική αναλογία και τεχνική) στη μύτη, περνώντας από το ένα ρουθούνι στο άλλο, καθαρίζοντας και αποτοξινώνοντας την περιοχή!*



ΧΑΛΚΙΝΑ ΣΚΕΥΗ

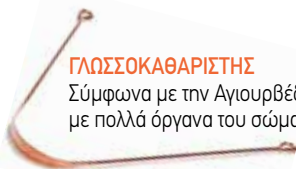
Ο χαλκός είναι γνωστός για τις θεραπευτικές του ιδιότητες (αντιμικροβιακές, αντιοξειδωτικές, βοηθά απορρόφηση σιδήρου, τη λειτουργία νευρικού και του ανοσοποιητικού συστήματος, τη μεταφορά του οξυγόνου κ.α.). Στην αγιουρβεδική παράδοση τονίζονται τα οφέλη που χαρίζει στον οργανισμό το νερό που έχει αποθηκευθεί σε χάλκινα σκεύη, καθώς απορροφά και μεταφέρει αυτές τις ιδιότητες στον οργανισμό μας.*



ΓΛΩΣΣΟΚΑΘΑΡΙΣΤΗΣ

Σύμφωνα με την Αγιουρβέδα, η γλώσσα συνδέεται με πολλά όργανα του σώματος και η εικόνα της αντανακλά την συνολική υγεία του οργανισμού.

Η καθημερινή χρήση του γλωσσοκαθαριστή απομακρύνει τοξίνες και βακτήρια, ενισχύοντας, συν τοις άλλοις, και την γευστική λειτουργία!*



ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ STICK

Τα sticks αρωματοθεραπείας αποτελούνται από ειδικές συνθέσεις αγιουρβεδικών βοτάνων και αιθέριων ελαίων, χωρίς τοξίνες και πρόσθετα. Ανάβοντάς τα προσφέρουν πολλαπλά οφέλη τόσο στην ψυχική ευεξία και ισορροπία του ατόμου, όσο και στην καλή ενέργεια του χώρου του.*



* Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την χρήση και τις τεχνικές των προϊόντων και των εργαλείων μπορείτε να απευθύνεστε στο **The Home of Ayurveda** στα τηλέφωνα που υπάρχουν παρακάτω!

Αθήνα: Νίκης 28, Πλάκα, Σύνταγμα, 105 57, Τηλ.: 210 3632350
Θεσσαλονίκη: Βασ. Γεωργίου 41, Φάληρο, 546 40, Τηλ.: 2310 887679
Web: www.ayurveda-hellas.gr, Email: info@ayurveda-hellas.gr

Ayurveda hellas
holistic health & beauty
ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΕΣ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ ΦΥΣΙΚΟΥ ΕΥ ΖΗΝ



500gr



Bilona Ghee

Εξαγνισμένο αγελαδινό βούτυρο. Το Ghee ένα παραδοσιακό ινδικό, αγιουρβεδικό προϊόν εξαγνισμένου βουτύρου που χρησιμοποιείται από τα αρχαία χρόνια. Φτιάχνεται περνώντας από ειδική διαδικασία όπου το αγελαδινό γάλα ζυμώνεται όλη τη νύχτα με λίγο γιαούρτι και γίνεται τυρόπηγμα. Το Bilona Ghee είναι το προϊόν που φτιάχνεται με τον πιο παραδοσιακό τρόπο, όπου το τυρόπηγμα χτυπιούνται με το χέρι σε ένα ειδικό δοχείο, απομακρύνοντας όλα τα στερεά του γάλακτος, καθαρίζεται από τοξίνες και αφαιρούνται όλα του τα υγρά, με αποτέλεσμα η αργή και ειδική διαδικασία να δίνει ένα αποτέλεσμα υψηλής διατροφικής αξίας. Έχει λιγότερη λακτόζη και βοηθά στην πέψη, ιδιαίτερα τονωτικό για το νευρικό σύστημα, το συκώτι, ενώ έχει αντιφλεγμονώδεις, αντιοξειδοτικές και αντιγηραντικές ιδιότητες. Το πιο υγιεινό υποκατάστατο για το βούτυρο!

Διατροφικά συστατικά:

Πλούσιο σε Ωμέγα 3 και 9 λιπαρά οξέα και Βιταμίνες A, D, E και K.

Χωρίς πρόσθετα και συντηρτικά
Ιδανικό για όλες τις ηλικίες!



Τρόπος χρήσης:

1 κουταλάκι του γλυκού σε άδειο στομάχι το πρωί μαζί με ένα ποτήρι χλιαρό νερό. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί στο μαγείρεμα αντικαθιστώντας όλα τα είδη λαδιών και βουτύρων, σε όλες τις θερμοκρασίες ακόμη και για τηγάνισμα.

500gr



Brahmarasayanam

Παραδοσιακό αγιουρβεδικό ελιξίριο για τη γενικότερη υγεία και ευεξία, με bilona ghee (advanced ghee). Ενισχύει κυρίως τις νοντικές λειτουργίες, τη μνήμη, μειώνει το στρες και γενικότερα βοηθά στη διατήρηση της φυσικής υγείας και ανοσίας.

Συστατικά:

Raw Sugar Cane, Honey, Ghee Sesame oil, Terminalia chebula, Phyllanthus emblica, Withania somnifera, Centella asiatica, Cinnamomum verum, Clitoria ternate, Curcuma longa, Cyperus esculentus, Cyperus rotundus, Elattaria cardamomum, Glycyrrhiza glabra, Mesua ferrea, Piper longum, Aerva lanata, Holostemma, Aegle marmelose, Asparagus recemosus, Boerhaavia diffusa, Coccinia grandis, Desmostachis bipinnata, Desmodium gangeticum, Gmelina arborea, Oroxyllum indicum, Premna corymbosa, Ricinus cummunis, Saccharum officinarum, Sida rombifolia, Solanum xanthocarpum, Tribulus terrestris, Vigna radiata

Δοσολογία:

Ενήλικες: 1 κ. σούπας (10g) μία ή δύο φορές την ημέρα (πρωί-βράδυ), πίνοντας μετά ένα ποτήρι χλιαρό νερό ή βοτανικό ρόφημα.

Παιδιά: 1 κ. γλυκού (5g) μία ή δύο φορές την ημέρα (πρωί-βράδυ), πίνοντας μετά ένα ποτήρι χλιαρό νερό ή βοτανικό ρόφημα.



500gr



Chyavanaprasham

Παραδοσιακό αγιουρβεδικό ελιξίριο για τη γενικότερη υγεία και ευεξία, με bilona ghee (advanced ghee). Βοηθά στη φυσική ανοσία, την ομοίωση και τη μακροζωία.

Συστατικά:

Saccharum officinarum, Phyllanthus emblica, Honey, Cow's ghee, Sesamum indicum, Maranta arundinacea, Piper longum, Pueraria tuberosa (sub.), Withania somnifera (sub.), Piper longum, Gmelina arborea, Aegle marmelos, Stereospermum colais, Oroxylum indicum, Premna corymbosa, Pseudarthria viscid, Desmodium gangeticum, Solanum anguivi, Solanum virginianum, Tribulus terrestris, Sida cordifolia, Cyperus rotundus, Kaempferia rotunda, Vigna radiata var. sublobata, Dysolobium pilosum, Galls on Pistacia chinensis, Asparagus racemosus (sub.), Phyllanthus amarus, Elettaria cardamomum, Leptadenia reticulata, Vitis vinifera, Inula racemosa, Santalum album, Hedychium spicatum, Boerhavia diffusa, Trichosanthes hirticuspidata, Tinospora cordifolia, Terminalia chebula, Pueraria tuberosa, Justicia beddomei, Cinnamomum verum, Cinnamomum tamala, Mesua ferrea

Δοσολογία:

Ενήλικες: 1 κ. σούπας (10g) μία ή δύο φορές την ημέρα (πρωί-βράδυ), πίνοντας μετά ένα ποτήρι κλιαρό νερό ή γάλα.

Παιδιά: 1 κ. γλυκού (5g) μία ή δύο φορές την ημέρα (πρωί-βράδυ), πίνοντας μετά ένα ποτήρι κλιαρό νερό ή γάλα.

**ΕΝΙΣΧΥΣΤΕ
ΤΗΝ ΑΓΙΟΥΡΒΕΔΙΚΗ ΣΑΣ
ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ...
ΜΕ ΤΑ ΚΑΛΥΤΕΡΑ
ΔΕΙΓΜΑΤΑ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ
& ΞΕΝΗΣ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑΣ!**



Στα πλαίσια του **Ολιστικού Βιβλιοπωλείου** Αυτοϊσσης, Αυτοεξέλιξης & Αυτοβελτίωσης στο «**Σπίτι της Αγιουρβέδα**» θα βρείτε όλους τους μεγάλους οίκους που είναι σχετικοί με το αντικείμενο.



500gr



Immune Aid Ayurvedic Coffee

Ειδικά μελετημένη αγιουρβεδική συνταγή με εκλεκτά βότανα (χωρίς καφέ) που βοηθά στη γενικότερη τόνωση του οργανισμού, τη φυσική κατάσταση και πολλαπλά οφέλη για την συνολικότερη ευεξία του οργανισμού.

Συστατικά:

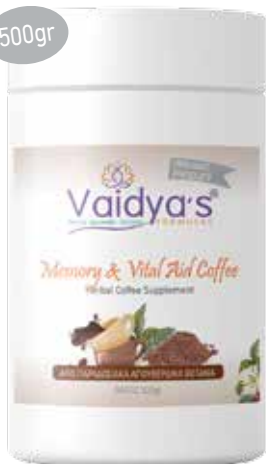
Coconut milk powder, Ocimum Sanctum, Tinosporia Cordifolia, Withania Somnifera, Phyllanthus Emblica

Δοσολογία:

1 κουταλάκι του γλυκού σκόνη σε 200ml βραστό νερό



500gr



Memory & Vital Aid Coffee

Ειδικά μελετημένη αγιουρβεδική συνταγή με εκλεκτά βότανα (χωρίς καφέ) που βοηθά στη γενικότερη τόνωση του οργανισμού.

Συστατικά:

Coconut milk powder, Centella Asiatica, Withania Somnifera, Mucuna Pruriens

Δοσολογία:

1 κουταλάκι του γλυκού σκόνη σε 200ml βραστό νερό





500gr



Detox Ayurvedic Tea

Ειδικά μελετημένη αγιουρβεδική συνταγή με εκλεκτά βότανα, βασισμένη στην παράδοση της Αγιουρβέδα. Συντελεί στη γενική υγεία και έχει αποτοξινωτικές ιδιότητες.

Συστατικά:

Acacia catechu, Aegle marmelos, Boerhavia diffusa, Chrysopogon zizanioides, Cyperus rotundus, Hemidesmus indicus, Caesalpinia sappan, Glycyrrhiza glabra, Zingiber officinale

Δοσολογία:

1 κουταλάκι του γλυκού σκόνη σε 200ml βραστό νερό



500gr



Masala Ayurvedic Tea

Ειδικά μελετημένη αγιουρβεδική συνταγή με εκλεκτά βότανα, βασισμένη στην παράδοση της Αγιουρβέδα.

Συστατικά:

Cardamom (Elettaria cardamomum), Dry Ginger (Zingiber officinale), Myristica fragrans, Clove (Syzygium aromaticum), Pepper (Piper nigrum), Cinnamon (Cinnamomum verum)

Δοσολογία:

1 κουταλάκι του γλυκού σκόνη σε 200ml βραστό νερό. Λαμβάνετε κάθε πρωί πριν το πρωινό.





500gr



Vata Ayurvedic Tea

Αυτό το ρόφημα βοηθά στην εξισορρόπηση της ενέργειας (Vata Dosha σύμφωνα με την Αγιουρβέδα).

Συστατικά:

Strobilanthus heiniyanus, Acacia catechu, Desmodium gangeticum, Viscid pseudarthria, Cedrus deodara, Hemidesmus indicus, Glycyrrhiza glabra, Zingiber officinale

Δοσολογία:

1 κουταλάκι του γλυκού σκόνη σε 200ml βραστό νερό.



Στην επιστήμη της Αγιουρβέδα προέκταση της θεωρίας των 5 στοιχείων (τα πάντα στο σύμπαν αποτελούν από τα ίδια συστατικά, δηλ. αιθέρας, αέρας, φωτιά, νερό, γη) αποτελεί το σύστημα **Tridosha**, σύμφωνα με το οποίο τα πάντα στο σύμπαν διέπονται από τις τρεις βασικές ενέργειες, την **Vata-κινητική** (αιθέρας, αέρας), **Pitta-μεταβολική** (φωτιά, νερό) και την **Kapha-δομική** (νερό, γη). Όλοι γεννιόμαστε με μία συγκεκριμένη αναλογία αυτών των 3 ενεργειών, που καθορίζει τον μοναδικό, αγιουρβεδικό μας τύπο και την οποία πρέπει να κρατάμε σε ισορροπία ώστε να παραμένουμε υγιείς!

*Επικοινωνήστε μαζί μας για να βρείτε τον αγιουρβεδικό σας τύπο!



500gr



Pitta Ayurvedic Tea

Αυτό το ρόφημα βοηθά στην εξισορρόπηση της ενέργειας (Pitta Dosha, σύμφωνα με την Αγιουρβέδα).

Συστατικά:

Acacia catechu, Cyperus rotundus, Caesalpinia sappan, Chrysopogon zizanioides, Hemidesmus indicus, Glycyrrhiza glabra

Δοσολογία:

1 κουταλάκι του γλυκού σκόνη σε 200ml βραστό νερό.





500gr



Kapha Ayurvedic Tea

Αυτό το ρόφημα βοηθά στην εξισορρόπηση της ενέργειας (Καφα, Dosh, σύμφωνα με την Αγιουρβέδα).

Συστατικά:

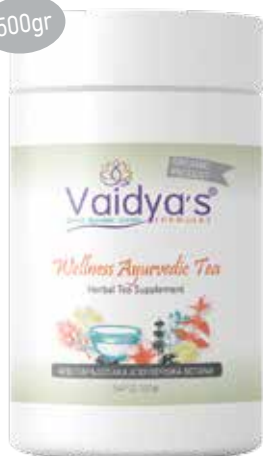
Cedrus deodara, Acacia catechu, Boerhaavia diffusa, Hemidesmus indicus, Cyperus rotundus, Justicia adhatoda, Elettaria cardamomum, Chrysopogon zizanioides, Zingiber officinale

Δοσολογία:

1 κουταλάκι του γλυκού σκόνη σε 200ml βραστό νερό



500gr



Wellness Ayurvedic Tea

Ειδικά μελετημένη αγιουρβεδική συνταγή με εκλεκτά βότανα, βασισμένη στην παράδοση της Αγιουρβέδα. Συντελεί στη γενική υγεία, έχει χωνευτικές, αντιοξειδωτικές και βοηθά σε έναν καλό μεταβολισμό.

Συστατικά:

Coriander (Coriandrum sativum), Cumin (Cuminum cyminum), Fenugreek (Trigonella foenum-graecum), Cardamom (Elettaria cardamomum), Dry Ginger (Zingiber officinale), Thulasi (Ocimum sanctum)

Δοσολογία:

1 κουταλάκι του γλυκού σκόνη σε 200ml βραστό νερό. Λαμβάνετε κάθε πρωί πριν το πρωινό.





Body Massage Oil

200ml

Ειδικά μελετημένη σύνθεση σε μορφή λάδι για μασάζ για όλο το σώμα, το οποίο βοηθάει στη βελτίωση της υφής του δέρματος, της μικροκυκλοφορίας, και γενικά της συνολικής υγείας του δέρματος.

Συστατικά:

Whey, Sesamum indicum, Sida cordifolia, Ghee, Laccifer lacca, Withania somnifera, Ricinus communis, Alpinia galanga, Santalum album, Rubia cordifolia, Cynodon dactylon, Glycyrrhiza glabra, Hemidesmus indicus, Vetiveria zizanioides, Cyperus rotundus, Cedrus deodara, Curcuma longa, Nymphaea nouchali, Piper cubeba, Anethum graveolens, Nelumbo nucifera (stamen)

Χρήση:

Εφαρμόστε την απαραίτητη ποσότητα στο σώμα κάνοντας απαλό μασάζ. Αφήστε για τουλάχιστον 20 λεπτά. Αν θέλετε ξεπλένετε.



Eva Ayurvedic Oil

200ml

Ειδικά μελετημένη σύνθεση, βασισμένη στην παράδοση της Αγιουρβέδα, που βοηθά στην ξηρότητα, στις αλλεργικές αντιδράσεις, τη φαγούρα και γενικότερα στην ενυδάτωση και την προστασία της ευαίσθητης περιοχής.

Συστατικά:

Gingely oil, Myristica fragrans, Alovera, Asparagus racemosus, Hemidesmus indicus

Χρήση:

Εφαρμόζουμε την απαραίτητη ποσότητα εξωτερικά στην περιοχή και κάνουμε απαλό μασάζ.



Hair Ayurvedic Oil

200ml

Ειδικά μελετημένη σύνθεση που περιέχει εκλεκτά αγιουρβεδικά βότανα. Βοηθά στη βελτίωση της κυκλοφορίας του αίματος στο τριχωτό της κεφαλής, στην ενυδάτωση, θρέψη των ριζών των μαλλιών και στη μείωση της τριχόπτωσης, συμβάλλοντας στην ανάπτυξη των μαλλιών και τη γενικότερη υγεία τους.

Συστατικά:

Cocos nucifera, Indigofera tinctoria, Eclipta prostrata, Cardiospermum halicacabum, Phyllanthus emblica, Goat's milk, She Buffalo's milk, Cow's milk, Cocos nucifera, Glycyrrhiza glabra, Abrus precatorius, Antimony

Χρήση:

Εφαρμόστε την απαραίτητη ποσότητα στο τριχωτό της κεφαλής και στις άκρες των μαλλιών κάνοντας απαλό μασάζ. Αφήστε για τουλάχιστον 20 λεπτά και μετά ξεπλένετε καλά.



Oral Oil Wash

200ml

Ειδικά μελετημένη σύνθεση, βασισμένη στην παράδοση της Αγιουρβέδα. Βοηθά στη γενική στοματική υγιεινή με αποτέλεσμα γερά ούλα και δόντια.

Συστατικά:

Sesamum indicum, Acacia leucophloea, Ficus benghalensis, Ficus racemosa, Ficus religiosa, Ficus microcarpa, Santalum album, Glycyrrhiza glabra, Elettaria cardamomum, Cinnamomum tamala, Cinnamomum verum, Rubia cordifolia, Acacia catechu, Symlocos cochinchinensis, Gmelina arborea, Ficus benghalensis, Ficus racemosa, Ficus religiosa, Ficus microcarpa, Acacia leucophloea, Cyperus rotundus, Myristica fragrans (Nutmeg), Illicium verum, Plectranthus vettiveroides, Red orche, Laccifer lacca, Nelumbo nucifera, Anethum graveolens, Piper longum, Nelumbo nucifera, Prunus cerasoides, Mimosa pudica, Solanum anguivi, Aegle marmelos, Cedrus deodara, Parmelia perlata, Pinus roxburghii, Schizachyrum exile, Butea monosperma, Curcuma longa, Berberis aristata, Syzygium cumini, Celastrus paniculatus, Terminalia arjuna, Woodfordia fruticosa, Terminalia chebula, Terminalia bellirica, Phyllanthus emblica, Inula racemosa, Solanum virginianum, Catunaregum spinosa, Crocus sativus, Cinnamomum camphora

Χρήση:

Παίρνουμε μία κουταλιά της σούπας σκέτο έλαιο ή διαλυμένη σε 100ml κλιαρό νερό. Κρατάμε στο στόμα για μερικά λεπτά, μεταφέροντας σε όλο το εσωτερικό και φτύνουμε.

Προσοχή! Δεν καταπίνουμε.



Sthana Oil

200ml

Ειδικά μελετημένη σύνθεση, βασισμένη στην παράδοση της Αγιουρβέδα, που βοηθά στην περιποίηση, στην ενυδάτωση, στη σύσφιξη, αλλά και στην ελαστικότητα και τη μικροκυκλοφορία της περιοχής, εξασφαλίζοντας όμορφα και υγιή στήθη.

Συστατικά:

Cow's milk, Gingely oil, Buffalo's Ghee, Cow's Ghee, Callicarpa macrophylla, Acorus calamus, Mimosa pudica, Curcuma longa, Phyllanthus emblica, Terminalia chebula, Terminalia bellirica

Χρήση:

Εφαρμόστε σε όλο το στήθος κάνοντας απαλό μασάζ. Αφήντε για τουλάχιστον 20 λεπτά. Αν θέλετε ξεπλένετε.



Skincare Oil

200ml

Ειδικά μελετημένη σύνθεση που περιέχει εκλεκτά αγιουρβεδικά βότανα. Βοηθά στη βελτίωση της υφής της επιδερμίδας, του μυϊκού τόνου, της μικροκυκλοφορίας, στη μείωση των σκοτεινών κηλίδων, της ξηρότητας και ενισχύει την υγεία του δέρματος.

Συστατικά:

Sesamum indicum, Cocos nucifera, Elettaria cardamomum, Amomum subulatum, Boswellia serrata, Callicarpa macrophylla, Plectranthus vittiveroides, Cymbopogon martinii, Schizachyrum exile, Cinnamomum verum, Cinnamomum tamala, Myristica fragrans, Commiphora myrrha, Pearl oyster, Shell, Cedrus deodara, Pinus roxburghii, Commiphora mukul, Shorea robusta, Liquidamber orientalis, Calophyllum inophyllum, Mesua ferrea, Crocus sativus

Χρήση:

Εφαρμόστε την απαραίτητη ποσότητα στο σώμα κάνοντας απαλό μασάζ. Αφήστε για τουλάχιστον 20 λεπτά. Αν θέλετε ξεπλένετε.



Facial Saffron Oil

30ml

Ειδικά μελετημένη σύνθεση, βασισμένη σε παραδοσιακή αιγυπτιακή συνταγή, σε μορφή λαδιού για την περιποίηση του προσώπου. Με τα εκλεκτά βότανα που περιέχει βελτιώνει την υφή του δέρματος, βοηθά στην ενυδάτωση, τη σύσφιξη, τη μείωση των μαύρων κηλίδων και την καλή κυκλοφορία της περιοχής.

Συστατικά:

Goat's milk, Sesamum indicum, Santalum album, Crocus sativus, Vetiveria zizanioides, Santalum album (sub.), Laccifer lacca, Glycyrrhiza glabra, Ficus benghalensis, Prunus cerasoides, Nelumbo nucifera, Monochoria vaginalis, Rubia cordifolia, Laccifer lacca, Caesalpinia sappan, Rubia cordifolia, Glycyrrhiza glabra, Crocus sativus

Χρήση:

Εφαρμόστε την απαραίτητη ποσότητα στην περιοχή του προσώπου κάνοντας απαλό μασάζ. Αφήστε για τουλάχιστον 20 λεπτά. Αν θέλετε ξεπλύνετε.



Karnapoornam Oil

30ml

Ειδικά μελετημένη σύνθεση, βασισμένη στην παράδοση της Αιγυπτιακής. Βοηθά στην ενυδάτωση και στην περιποίηση της περιοχής των αυτιών.

Συστατικά:

Citrus medica, Musa paradisiacal, Sesamum indicum, Brassica juncea, Silax china, Zingiber officinale, Ferula assa-foetida, Zingiber officinale, Anethum graveolens, Acorus calamus, Cedrus deodara, Moringa oleifera, Berberis aristata, Black salt, Reh, Rock salt, Betula utilis, Piper longum (wild var.), Cyperus rotundus

Χρήση:

Εφαρμόστε 1-2 σταγόνες εξωτερικά σε κάθε αυτί κάνοντας απαλό μασάζ.



Nasya Oil

30ml

Ειδικά μελετημένη σύνθεση, βασισμένη στην παράδοση της Αιγυπτιακής. Βοηθά στην ενυδάτωση και στην περιποίηση της περιοχής της μύτης.

Συστατικά:

Sesamum indicum, Goat's Milk, Leptadenia reticulate, Plectranthus vertiveroides, Cedrus deodara, Cyperus rotundus, Cinnamomum verum, Vetiveria zizanioides, Hemidesmus indicus, Santalum album, Berberis aristata, Glycyrrhiza glabra, Cyperus esculentus, Asparagus recemosus, Saccharum officinarum, Aegle marmelos, Kaempferia rotunda, Desmodium gangeticum, Pseudarthria viscidia, Ocimum tenuiflorum, Solanum anguivi, Solanum virginianum, Embelia ribes, Cinnamomum tamala, Elettaria cardamomum, Piper cubeba, Nelumbo nucifera, Sida cordifolia

Χρήση:

Εφαρμόστε 3-4 σταγόνες εξωτερικά στην περιοχή της μύτης κάνοντας απαλό μασάζ.





Η **Ayurveda Hellas A.E.** είναι η εταιρία που ουσιαστικά **«εισήγαγε» την επιστήμη της Αγιουρβέδα στην Ελλάδα** και συντέλεσε καθοριστικά (σε συνεργασία πάντα με επιλεγμένους επιστήμονες και φορείς, τόσο στην Ελλάδα, όσο και στο εξωτερικό) στο να γίνεται ευρέως γνωστή και στο ελληνικό κοινό... **ΣΤΑΘΕΡΑ & ΣΥΝΕΙΔΗΤΑ ΕΔΩ ΚΑΙ 22 ΧΡΟΝΙΑ!** Έχοντας σαν βάση **το μεράκι, την αγάπη και την αφοσίωση** στον χώρο της φυσικής υγείας & ομορφιάς... και ιδιαίτερα της επιστήμης της Ayurveda (που αποκαλείται παγκόσμια **«The Mother of All Healing Arts»** και **«Ιατρική Νου-Σώματος»**) και πάντα μέσα από τα φίλτρα της δικής μας αρχαιοελληνικής παράδοσης (με την οποία άλλωστε υπάρχουν πολλές κοινές αρχές), μπορούμε και δίνουμε **«Ολοκληρωμένες προτάσεις Φυσικού Ευ Ζην και Μακροζωίας»** (εξαιρετικά επιλεγμένα προϊόντα, σεμινάρια, υπηρεσίες, κούρες κ.ά.). Βασικοί πυλώνες/φορείς αυτού του οράματος οι δύο Πολυχώροι Ολιστικής Υγείας και Ομορφιάς **#TheHomeofAyurveda, σε Αθήνα και Θεσσαλονίκη, όπου σας περιμένουμε να μοιραστούμε εμπειρίες και γνώσεις για ζωές γεμάτες υγεία, αρμονία & ευτυχία!**

Επισκεφθείτε το ανανεωμένο μας web site για ενημέρωση, εκπαίδευση, καινοτόμες προτάσεις & προσφορές!



AYURVEDA HELLAS A.E.

Αθήνα: Νίκης 28, Πλάκα, Σύνταγμα, 105 57, Τηλ.: 210 3632350
Θεσσαλονίκη: Βασ. Γεωργίου 41, Φάληρο, 546 40, Τηλ.: 2310 887679
Web: www.ayurveda-hellas.gr, **Email:** info@ayurveda-hellas.gr

#TheHomeofAyurveda

