



## ΑΓΙΟΥΡΒΕΔΙΚΑ - ΦΥΣΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ

- Φυτοθεραπεία, βοτανοθεραπεία
- Συμπληρώματα διατροφής
- Φυσικά καλλυντικά
- Αρωματοθεραπεία
- Κρυσταλλοθεραπεία
- Ινδικό feng shui

## ΑΓΙΟΥΡΒΕΔΙΚΕΣ - ΟΛΙΣΤΙΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ

- Αγιουρβεδικές πρακτικές
- Ολιστικά Μασάζ
- Thai Μασάζ
- Χειροπρακτική

## ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ - ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ - WEBINARS

- Ενημερωτικά - εκπαιδευτικά σεμινάρια
- Παραδοσιακή Γιόγκα
- Pranayama (τεχνικές αναπνοής)
- Kirtan & Mantras (μουσικοθεραπεία)
- Διαλογισμός
- Αργαλειός

## RETREATS - ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΕΣ ΔΙΑΚΟΠΕΣ

Αποδράσεις που συνδυάζουν διασκέδαση, μάθηση και πολλές βιωματικές εμπειρίες.

## ΕΚΔΟΣΕΙΣ - ΟΛΙΣΤΙΚΟ ΒΙΒΛΙΟΠΩΛΕΙΟ

Επιλεγμένη βιβλιογραφία, ξένη και ελληνική, βασισμένη στην Επιστήμη της Αγιουρβέδα, την ολιστική υγεία και την ευζωία.

## BIO BAR

Αγιουρβεδικές - βιολογικές προτάσεις διατροφής.

Αθήνα, Νίκης 28, Πλάκα, Σύνταγμα Τηλ: 210 3632 350

Θεσσαλονίκη, Βασ. Γεωργίου 41 Τηλ: 2310 887679





# Ayurveda<sup>hellas</sup>®

## holistic health & beauty

Η ΟΜΟΡΦΙΑ ΕΙΝΑΙ ΥΓΕΙΑ • Η ΥΓΕΙΑ ΕΙΝΑΙ ΕΠΙΛΟΓΗ

Η Αγιορβέδα είναι ένα πανάρχαιο, παραδοσιακό, ολιστικό, ινδικό σύστημα φυσικής ιατρικής, αναγνωρισμένο από τον ΠΟΥ, του οποίου η ηλικία υπολογίζεται πάνω από 5000 έτη. Ο όρος Αγυ(ρ) σημαίνει Υγεία-Ζωή σε όλο της το εύρος, ο όρος Veda σημαίνει βαθιά γνώση, επιστήμη ή μάθηση τόσο για τον ίδιο Εαυτό μας, όσο και για το συνειδητό Σύμπαν το οποίο μπορούμε να αντιληφθούμε μέσα μας και στη ζωής μας. Έτσι, η Αγιορβέδα μεταφράζεται ελεύθερα ως «**η Επιστήμη της Ζωής**». Στις χώρες με την κατάλληλη υποδομή (νοσοκομεία, κλινικές, πανεπιστήμια κ.α.) λειτουργεί σαν πλήρες ιατρικό σύστημα και αντιμετωπίζονται πιο οξείες και εκφυλιστικές καταστάσεις, ενώ σε άλλες χώρες, σαν και την δική μας, εφαρμόζεται σαν **ένα σύστημα φυσικού ευζην & μακροζωίας** με εξαιρετικές προτάσεις σε θέματα πρόληψης και χρόνιων καταστάσεων.

Βασική αρχή αποτελεί πως: «**ο νους ασκεί την πιο βαθιά επίδραση στο σώμα και η απελευθέρωση από τις ασθένειες εξαρτάται από την εξισορρόπηση της δικής μας συνειδητότητας και την επέκταση αυτής της ισορροπίας στο σώμα**». Έτσι, δημιουργείται μία ανώτερη κατάσταση υγείας. Γι' αυτό και μία από τις επικρατέστερες ονομασίες της Αγιορβέδα είναι «**η Ιατρική Νου - Σώματος**».

“**Η Αγιορβέδα έχει εφαρμογή σε κάθε τόπο, κάθε εποχή, κάθε άνθρωπο που θέλει να γνωρίσει την Αληθινή του Φύση.**”



#TheHomeofAyurveda





**Ayurveda** hellas®

holistic health & beauty

Η ΟΜΟΡΦΙΑ ΕΙΝΑΙ ΥΓΕΙΑ • Η ΥΓΕΙΑ ΕΙΝΑΙ ΕΠΙΛΟΓΗ

Η Ayurveda Hellas είναι η εταιρεία που ουσιαστικά «εισηγάγε» την **Αγιουρβέδα στην Ελλάδα** και που εδώ και 22 ολόκληρα χρόνια σταθερά και συνειδητά την κάνει γνωστή και την εφαρμόζει σε όλες της τις δυνατές εκφράσεις στη χώρα μας. Έχοντας σαν βάση το μεράκι, την αγάπη και την αφοσίωση στον χώρο φυσικής υγείας & ομορφιάς και ιδιαίτερα της επιστήμης της Ayurveda (που αποκαλείται παγκόσμια **«Μητέρα όλων των Θεραπευτικών τεχνών»**), ξεκινήσαμε με την αποκλειστική αντιπροσώπευση των προϊόντων της Himalaya Herbals και συνεχίζουμε να εμπλουτίζουμε τις λίστες μας με ό, τι πιο αξιόλογο από τον χώρο της Ayurveda και της φυσικής υγείας, πάντα με υψηλές προδιαγραφές και standards. Οι προϊόντικές μας προτάσεις πλαισιώνονται από ποικίλες άλλες δραστηριότητες και υπηρεσίες.

Θα θέλαμε να τονίσουμε πως η όλη μας δραστηριότητα δεν είναι απλά «επιχειρηματική», αλλά υπάρχει ένα **«επιστημονικό-φιλοσοφικό»** υπόβαθρο. Με πιο απλά λόγια, ό,τι κάνουμε είναι στα πλαίσια **«στάσης ζωής»!** Σε αυτά τα πλαίσια, λοιπόν, συστήθηκε πρώτα ο πολυχώρος ολιστικής υγείας & ομορφιάς της Ayurveda Hellas «Το Σπίτι της Αγιουρβέδα» στη Νίκης 28 στην Πλάκα. Νοιώθουμε δε χαρά και ευγνωμοσύνη που πρόσφατα στήθηκε «Το Σπίτι της Αγιουρβέδα» και στην Θεσσαλονίκη στη Βασιλέως Γεωργίου 41.  
#TheHomeofAyurveda

\*

Η πλούσια λίστα προτάσεων της Ayurveda Hellas **μπορεί να διαμορφώσει ποικιλία customized επιμέρους συνεργασιών** με φαρμακοποιούς και επαγγελματίες υγείας, για μία ξεχωριστή και ιδιαίτερη μορφή επιχειρηματικότητας.

Αθήνα, Νίκης 28, Πλάκα,  
Σύνταγμα Τηλ: 210 3632 350

Θεσσαλονίκη, Βασ. Γεωργίου  
41 Τηλ: 2310 887679

\*

[info@ayurveda-hellas.gr](mailto:info@ayurveda-hellas.gr)  
[www.ayurveda-hellas.gr](http://www.ayurveda-hellas.gr)

#TheHomeofAyurveda



**Ayurveda** hellas®

holistic health & beauty

Η ΟΜΟΡΦΙΑ ΕΙΝΑΙ ΥΓΕΙΑ • Η ΥΓΕΙΑ ΕΙΝΑΙ ΕΠΙΛΟΓΗ

ΑΓΙΟΥΡΒΕΔΙΚΑ-ΦΥΣΙΚΑ ΠΡΟΙΟΝΤΑ

## Bipha Ayurveda

**Bipha:** Η Bipha Ayurveda, με μία πορεία 90+ χρόνων, από το 1929, στο χώρο της αγιουρβεδικής ιατρικής φροντίδας, αναπτύσσει προϊόντα με βάση τα αρχαία παραδοσιακά, αγιουρβεδικά κείμενα σε συνδυασμό με υψηλή τεχνολογία και standards. Προϊόντα σχεδιασμένα για εύκολη χρήση και προσβάσιμα σε όλους. Πρόκειται για μία εταιρεία πρωτοπόρο και καταξιωμένη στον χώρο της παραδοσιακής, αγιουρβεδικής επιστήμης, της φυσικής υγείας και της μακροζωίας, με εξαιρετικά πλούσια γκάμα προϊόντων και προτάσεων.



**Himalaya:** Η Himalaya από το 1930 επικεντρώνεται στην δημιουργία ασφαλών, φυσικών και πρωτοπόρων θεραπευτικών λύσεων που βοηθούν τον άνθρωπο να απολαμβάνει μία όμορφη και μακρά ζωή. Η Ayurveda Hellas είναι η εταιρεία που εδραίωσε την Himalaya στην Ελλάδα πριν από 22 χρόνια και συμπεριλαμβάνει τις καλύτερες και επιλεγμένες προτάσεις της στη γενικότερη στην γκάμα της.



### Vaidyas:

Η σειρά Vaidyas formulas (όπου Vaidya στα σανσκριτικά-αρχαία ινδικά σημαίνει αγιουρβεδικός γιατρός) αναπτύχθηκε με στόχο την δημιουργία ξεχωριστών, εξειδικευμένων αγιουρβεδικών προϊόντων-προτάσεων lifestyle (ελιξίρια, τσάγια, καφέδες, παραδοσιακά έλαια και εργαλεία φροντίδας). Πρόκειται για προϊόντα βασισμένα στα αγιουρβεδικά κείμενα και την αγιουρβεδική επιστήμη με επιστημονική επίβλεψη και συνεργασία καταξιωμένων αγιουρβεδικών γιατρών κλινικής στην Κεράλα της Ινδίας.



**Aeolus:** Η Αγιουρβέδα Ελλάς νιώθει ιδιαίτερη δικαίωση και ευγνωμοσύνη που μετά την πολυετή, συνειδητή ενασχόλησή μας με την αγιουρβεδική επιστήμη, μας δίνεται η ευκαιρία να συμπεριλάβουμε στις ολιστικές φυσικές προτάσεις μας και την Ελλάδα μας με την σειρά Aeolus. Η σειρά Aeolus είναι μία σειρά από μοναδικά ενδημικά βότανα από ελληνικές βιοκαλλιέργειες, με την εποπτεία ειδικών γεωπόνων και επιστημόνων. Προϊόντα της ελληνικής φύσης, υψηλής θρεπτικής αξίας και βιοδιαθεσιμότητας.





## ΑΓΙΟΥΡΒΕΔΙΚΕΣ - ΟΛΙΣΤΙΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ

Οι Κλινικές Αγιουρβεδικές κούρες και τεχνικές θεωρούνται παραδοσιακές ιατρικές πρακτικές (nasyam, karma rooram-αυτιών, akshi tarpana-ματιών, αγιουρβεδικό μασάζ κεφαλής και σώματος, shirodhara, βοτανόλουτρο-sveda κ.α.). Στους πολυχώρους της Ayurveda Hellas #TheHomeofAyurveda διδάσκονται και εφαρμόζονται οι παραπάνω τεχνικές σε συνεργασία με την επιστημονική μας ομάδα και με καταξιωμένους αγιουρβεδικούς γιατρούς από αγιουρβεδική κλινική στην Κεράλα της Ινδίας.



## ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ - ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ - WEBINARS

Η Ayurveda Hellas ακολουθώντας την ολιστική της προσέγγιση και την αρχή Σώμα – Νους – Πνεύμα εδώ και 22 χρόνια χαρίζει εμπειρίες μάθησης, δημιουργίας και αναζήτησης του Εαυτού μέσα από τα ειδικά σεμινάρια και τα workshops που διοργανώνει κατά βάση σχετικά με επιστήμη της Αγιουρβέδα, αλλά και με την ολιστική υγεία γενικότερα.



Χαρακτηριστικά εργαστήρια (που γίνονται και διαδικτυακά) είναι τα παρακάτω:

- Παραδοσιακή Γιόγκα
- Pranayama
- Kirtan & Mantras
- Διαλογισμός
- Αργαλιός

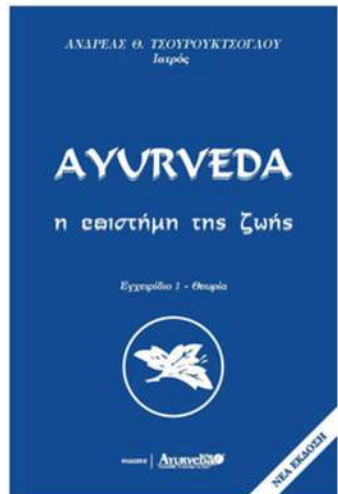
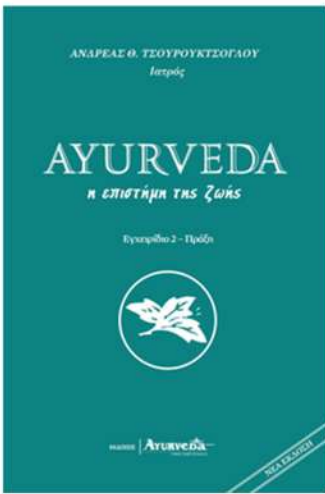


**Ayurveda** hellas®

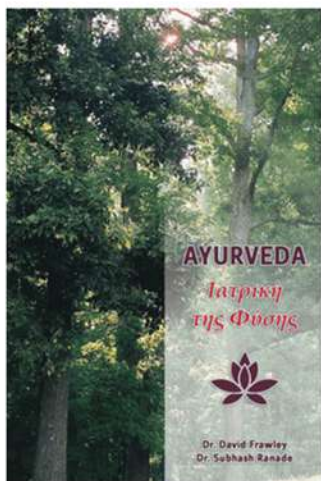
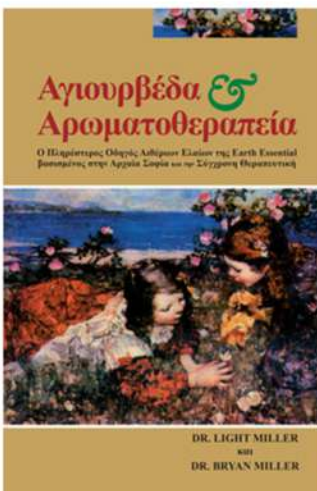
holistic health & beauty

Η ΟΜΟΡΦΙΑ ΕΙΝΑΙ ΥΓΕΙΑ • Η ΥΓΕΙΑ ΕΙΝΑΙ ΕΠΙΛΟΓΗ

## ΕΚΔΟΣΕΙΣ - ΟΛΙΣΤΙΚΟ ΒΙΒΛΙΟΠΩΛΕΙΟ



Αρχίζοντας με την μελέτη ενός βιβλίου μπορεί κανείς να μπει στον κόσμο της Αγιουρβέδα, της ολιστικής υγείας, του φυσικού Ευζην και της αυτοβελτίωσης. Με την αρχή ότι το θεωρητικό κομμάτι συμπληρώνει το πρακτικό η Ayurveda Hellas δημιουργεί ένα ολοκληρωμένο βιβλιοπωλείο στον χώρο της αυτοβελτίωσης και του Φυσικού Ευ Ζήν Στο Σπίτι της Αγιουρβέδα #TheHomeofAyurveda.







## RETREATS - ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΕΣ ΔΙΑΚΟΠΕΣ

Η «Ayurveda Hellas» έχει παράδοση στα retreats της. Κάθε ταξίδι μαζί της αποτελεί και μια μοναδική εμπειρία χαλάρωσης, αποτοξίνωσης, ψυχαγωγίας και γνώσης. Προσεκτικές επιλογές χώρων διαμονής και εστίασης, σε συνδυασμό με τις αγιουρβεδικές παραδοσιακές/ολιστικές πρακτικές και σεμινάρια από ειδικούς γιατρούς και επιστήμονες, στα πλαίσια μιας όμορφης «παρέας» όπου μοιράζονται γνώσεις και εμπειρίες...



## BIO BAR

Στους πολυχώρους της Ayurveda Hellas σε Αθήνα και Θεσσαλονίκη #TheHomeofAyurveda, μπορεί κανείς να βρει φρεσκοκομμένο καφέ (κανονικό αλλά και από βότανα), ειδικά ροφήματα και τσάγια, φρεσκοστημένους χυμούς και smoothie από τα βιολογικά φρούτα και λαχανικά του καταστήματος, υγιεινά βιολογικά snack, ξηρούς καρπούς και γλυκίσματα και άλλες διατροφικές βιολογικές προτάσεις στα πλαίσια της ολιστικής υγείας και διατροφής.





Vaidya's<sup>®</sup>  
Special Ayurvedic Concepts FORMULAS

Παρουσίαση  
Προϊόντων



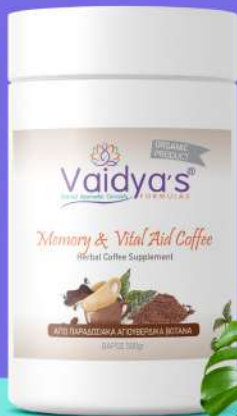


Η σειρά Vaidyas formulas (όπου Vaidya στα σανσκριτικά-αρχαία ινδικά σημαίνει αγιουρβεδικός γιατρός) αναπτύχθηκε με στόχο την δημιουργία ξεχωριστών, εξειδικευμένων αγιουρβεδικών προϊόντων-προτάσεων lifestyle (ελιξήρια, τσάγια, καφέδες, παραδοσιακά έλαια και εργαλεία φροντίδας).

Πρόκειται για προϊόντα βασισμένα στα αγιουρβεδικά κείμενα και την αγιουρβεδική επιστήμη με επιστημονική επίβλεψη και συνεργασία καταξιωμένων αγιουρβεδικών γιατρών κλινικής στην Κεράλα της Ινδίας.



# Αγιουρβεδικοί καφέδες





# Αγιουρβεδικά τσάι

  
**Vaidya's**<sup>®</sup>  
Special Ayurvedic Concepts FORMULAS



Ελιξήρια

  
**Vaidya's**<sup>®</sup>  
Special Ayurvedic Concepts FORMULAS





# Παραδοσιακά έλαια

  
**Vaidya's**<sup>®</sup>  
Special Ayurvedic Concepts FORMULAS





Vaidya's<sup>®</sup>  
Special Ayurvedic Concepts FORMULAS

Παραδοσιακά έλαια

