

3. Festival celostnega zdravja — Dao Yah



3.-5. februarja 2017

www.daoyah.si

3. Festival celostnega zdravja

DAO YAH

Življenjska obdobja in zdravje – telesno in duhovno

Festival za vse, ki želite storiti nekaj več zase in poiskati poti za zdravo življenje s pomočjo starodavnih ved in spodobnih spoznanj v vsakem življenjskem obdobju.

Ne zamudite zanimivih delavnic in predavanj priznanih strokovnjakov, predstavitev in prodaje certificiranih izdelkov in storitev, odpočijte si v kotičku izbranih knjig, okrepčajte s kosilom DAO YAH.

Zakaj obiskati DAO YAH?

- **Da izvemo kaj več in novega o starodavnih modrostih, ki jih znanstveniki preučujejo danes.**
- **Da prejmemo informacije pri kredibilnem viru – od priznanih slovenskih in tujih strokovnjakov, ki prihajajo iz različnih področij medicine in drugih ved.**
- **Da pridobimo informacije, ki pomagajo do celostnega zdravja v vseh obdobjih našega življenja – od spočetja do jeseni življenja.**



ŽIVLJENJE KOT UŽITKOV POLNA UČNA URA

Ljudje so v današnjem času veliko bolj ozaveščeni pri prehranskih navadah, pa tudi okoli okoljskih tem, kot je bilo to za časa mojega otroštva pred štirimi desetletji, ko se nam je plastika zdela predvsem super material, bolj malo pa je bilo besede o tem, kam jo bomo odvrgli. Samoumevno se nam je zdelo, da imamo štiri letne čase in da je božič bel, da so ledene ploskve na Arktiki dovolj debele, voda iz pipe pa pitna. Že mi, predvsem pa naši otroci in vnuki, bodo dediči našega ravnanja in ravnanja naših staršev.

Obseg znanja se je predvsem s svetovnim spletom močno razširil, posamezne znanstvene discipline so se poglobile in specializirale, ljudi, ki bi bili sposobni povezovati bogastvo vseh teh modrosti, pa je vse manj. Zato o svetu, o sebi in o lastnem telesu ne razmišljamo več celostno, temveč parcialno.

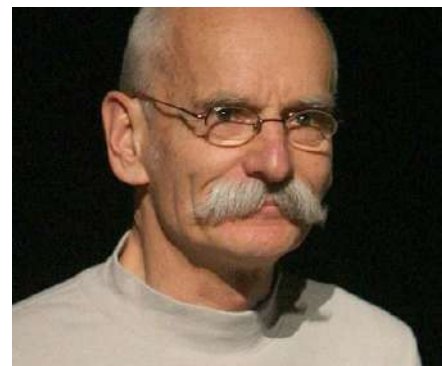
Festival Dao Yah poskuša razmišljati v obratno smer in skuša podati odgovore na vprašanja o človeku kot celostnem bitju ter o dopolnilnih načinah smiselne in smotrne ravnanja s samim seboj.

Zanimivo je, da se bo nekaterih vprašanj, ki jih bomo načeli na festivalu Dao Yah, dotaknil tudi festival Tolstoj, iskalec resnice, ki ga pripravljamo od januarja do aprila. Tolstoj je bil aristokrat, ki si je želel postati kmet. Njegove roke, s katerimi je napisal svoje tankočutne literarne mojstrovine, niso roke pianista, temveč robustnega obdelovalca zemlje. Vegetarijanec Tolstoj se je zavzemal za to, da človek poje zgolj tisto, kar pridelal sam. Kmečko življenje je bilo zanj prvobiten življenjski slog, s katerim je želel omiliti svoj neznosen strah pred smrtjo, ki ji pravi ruski kmet pogumno zre naravnost v oči, vsaj tako se mu je zdelo.

Večina ljudi si želi živeti dolgo in zdravo. Ker je življenje temeljita in užitek polna učna ura. Le zakaj bi se odrekli nečemu tako mamljivemu?

Uršula Cetinski,

generalna direktorica Cankarjevega doma



Sandi Pavlin, igralec V VSAKEM ŽIVLJENJSKEM OBDOBJU LAHKO NAREDIMO KAJ DOBREGA ZASE

Celostno zdravje ne pomeni samo zdravja fizičnega telesa, ampak predvsem zdravje duha, odprtega in prijaznega do človeka, živali in vsega stvarstva. Saj smo vendar delček te Celote. Sam notranje ravnovesje iščem tako, da skušam živeti v tem trenutku, hvaležen sem za vse, kar se zgodi, in če hočem živeti mirneje, brez stresa, moram misliti mirneje in bolj smiselno. Ko nadzorujem svoje misli, nadzorujem svoj um, in ko nadzorujem svoj um, nadzorujem svoje življenje. Lansko leto sem poslušal nekaj predavanj na tem festivalu. In priporočam ga vsakomur z željo po življenju, preživetem z zadovoljstvom in ljubeznijo.

V vsakem življenjskem obdobju lahko naredimo kaj dobrega zase: uživajmo rastlinsko hrano v oblikah, ki so čim bližje njenemu naravnemu stanju, izogibajmo se naglici in napetosti ter meditirajmo, posvečajmo pozornost telesu, ne polenimo se, ne zanemarjajmo ga. Redno vadimo, redno spimo in dovolj (pred dvanajsto zvečer). Urimo svojega duha z branjem, poslušanjem glasbe, obiskujmo gledališče in razstave in oglejmo si kak dober film, predvsem pa preživimo več časa v naravi, ki ima posebno moč, da nas uskladi s Celoto.



Maja Martina Merljak, igralka TEŽKO BOM KAR KOLI IZPUSTILA

Žal so sicer redki trenutki, ko čutim popolno sobitje uma, telesa in duše, zagotovo pa neprestano težim k njemu. Pri tem mi močno pomagajo meditacija, redna telesna vadba in zdrava prehrana. Rada tudi tečem, a ne pretiravam; le tako dolgo, dokler mi je v užitek. Prav odštevam dneve do devetega meseca po porodu, ko bom spet lahko vsak dan tekla. Obožujem tudi tibetanske vaje, poleg tega sem se že pred leti naučila transcendentalno meditacijo. Ogromna razlika je v počutju med dnem, ko redno meditiram, in dnem, ko ne. Ta spokojnost je neprecenljiva. Ta svoboda, ki jo pridobiš v mislih, je prelepa. Zato se zagotovo vsaka minuta, ki jo posvetim temu, splača. Večkrat nenamensko meditiram tudi, ko gledam Jonatana, ko spi ali ko se doji, v tišini dolgo zrem vanj in naenkrat se vse umiri ter ves balast odpade. Čeprav festival spoznavam šele prvo leto, sem navdušena. Prepriča me njegova konkretnost, predavatelji so priznani ljudje, ki posvečajo svoje življenje *raziskavam*. Še posebno pa se veselim predavanja o napredku v integrativnem pristopu do raka, vaje in masaže za zdravo otroštvo. Res bom težko kar koli izpustila!



Nataša Tič Ralijan, igralka DAO YAH JE ZA VEČJE KORAKE NA POTI DOBREGA

»Danes se moj pogled na zdravje zelo razlikuje od tistega izpred denimo dvajsetih let. Ravnovesje iščem tako, da skušam z razdalje pogledati na dogodke, svoja občutja, razumeti napačne svoje in meni nevšečne poteze drugih – s čim manj obsojanja; da zaupam, da sem del celote, da moj prispevek sploh ni zanemarljiv; z iskanjem ravnovesja v prostoru – feng šuj; z zdravo hrano – biovegansko, vodo, gibanjem in (tu imam težavo) dovolj spanja; s humorjem, kadar se le da. Podpiram, podpiram in se zahvaljujem vsem, ki ste kakor koli podprli festival DAO YAH. Vsak je dolžan poskrbeti zase. Vsak zase naredi prvi korak. Nihče ga ne more namesto drugega. Festival je korak, da na poti dobrega naredimo večje, daljše korake. V različnosti, ki jo festival ponuja, resnično obstajajo dragocenosti, koristne zame in za druge. Mene denimo zanima kaj več o antropozofski medicini. Splošno in tudi njen pogled na psihološke težave.«

PETEK, 3. FEBRUAR 2017

15.30–16.30

Okrogla miza: **Kako ajurveda lahko obogati razumevanje zdravja in boleznih znotraj sodobne medicine?**
Dvorana M1

16.00–17.30

Delavnica: **Vaje in masaža za zdravo otroštvo**; Dvorana M3+M4

18.00–19.00

Odprtje festivala; Linhartova dvorana

20.00–21.30

Koncert: **Valovanje - moje potovanje**; Štihova dvorana

SOBOTA, 4. FEBRUAR 2017

09.45–10.00

Meditacija; Linhartova dvorana

10.00–10.45

Predavanje: **Magične kretnje, Carlos Castaneda**; Odpri oder

10.00–11.00

Predavanje: **Otroštvo – ko prevladujejo sile izgrajevanja in ohranjanja**; Linhartova dvorana

10.00–12.00

Delavnica sponzorja: **Ritem srca, izkustvena delavnica z meditacijo vrtenja**; Dvorana M3+M4

10.30–12.00

Predavanje sponzorja: **Homeopatski pogled na zdravje in bolezni**; Kosovelova dvorana

11.00–11.30

Predavanje: **Predstavitel projekta Pokončna drža**; Linhartova dvorana

11.00–11.45

Predavanje sponzorja: **Predavanje Maše Maruše Cvelbar z zdravnikom Chen Shanom**; Odpri oder

11.30–13.30

Delavnica sponzorja: **Moč zvoka, kozmične kirurgije in modrosti preteklosti za prihodnost**; Klub CD

12.00–12.45

Predavanje: **Imunsko-alergološki vzroki boleznih pri otrocih**; Linhartova dvorana

12.00–12.45

Predavanje sponzorja: **Klepetova srečanja: Kako pomladiti kožo brez dragih krem in kirurga**; Odpri oder

12.00–13.00

Predavanje sponzorja: **Zdravilne moči začimb pri težavah z ožiljem**; Kosovelova dvorana

12.45–13.30

Predavanje: **Imunski sistem je izziv tudi za homeopatijo**; Linhartova dvorana

12.45–13.30

Delavnica: **OM Chanting**; Štihova dvorana

13.00–14.30

Predavanje sponzorja: **Zdravje in biofotonsko prehranjevanje**; Kosovelova dvorana

15.00–15.45

Predavanje: **Spočetje, odraščanje in razvoj po teoriji TKM**; Linhartova dvorana

15.00–15.45

Predstavitel dejavnosti podjetja Helixor; Odpri oder

15.30–17.00

Delavnica sponzorja: **Joga za vata, pitta in kapha došo**; Dvorana M1

15.45–16.30

Predavanje: **Napredek v integrativnem pristopu do raka in drugih malignih bolezni**; Linhartova dvorana

16.00–16.45

Predavanje sponzorja: **Dišeče popotovanje: terapevtske lastnosti eteričnih olj rastlin z različnih kontinentov in njihova uporaba v aromaterapiji**; Odpri oder

16.45–17.30

Predavanje sponzorja: **Homeopatska lekarnica za otroke**; Odpri oder

17.00–17.45

Predavanje: **Antropozofska medicina**; Linhartova dvorana

17.00–18.30

Predavanje sponzorja: **Zdravje in spolna energija**; Kosovelova dvorana

17.00–18.30

Delavnica: **Obdobje staranja - ajurvedski nasveti s področja prehrane, vadbe in življenjskega sloga za preprečevanje osteoporoz, demence in splošnega upada vitalnosti**; Dvorana M3+M4

17.30–18.15

Predavanje sponzorja: **Visoko strukturirana voda kot medij za obnavljanje porušenega ravnovesja organizma**; Odpri oder

18.30–19.15

Predavanje sponzorja: **Sanjsko rojstvo, Catherine Shainberg**; Odpri oder

19.30–20.30

Monokomedija: **Skrivno življenje mojega telesa**; Klub CD

NEDELJA, 5. FEBRUAR 2017

09.45–10.00

Meditacija; Linhartova dvorana

10.00–10.45

Predavanje: **Stiske mladih - zakaj jih je težko slišati**; Linhartova dvorana

10.00–10.45

Predavanje sponzorja: **Naravna rešitev za najbolj zahrbtno zdravstveno težavo 21. stoletja**; Kosovelova dvorana

10.00–11.30

Delavnica sponzorja: **Ženski cikel v ajurvedi**; Dvorana M3+M4.

10.15–10.45

Predavanje sponzorja: **Oleoterapija: uporaba hladno stisnjenih rastlinskih olj za nego in zdravje**; Odpri oder

10.45–11.30

Predavanje: **Naravne rešitve za ohranjanje možganov in živčevja tudi v globoki starosti**; Linhartova dvorana

11.00–11.45

Predavanje sponzorja: **Predavanje dr. Cheng Ka Pik – Rachel**; Odpri oder

12.00–12.45

Predavanje: **Kako se lotiti težav v obdobju staranja z ajurvedo?**; Linhartova dvorana

12.00–12.45

Predavanje sponzorja: **Klepetova srečanja: Katera pravila upoštevajo najbolj srečni in zdravi ljudje?**; Odpri oder

12.45–13.30

Predavanje: **Andro- in menopavza**; Linhartova dvorana

12.45–13.30

Delavnica: **OM Chanting**; Štihova dvorana

14.00–14.45

Predavanje: **Aromaterapija v različnih življenjskih obdobjih: Kako in kdaj uporabljati eterična olja za zdravje in dobro počutje**; Linhartova dvorana

13.00 – 14.45

Delavnica: **EFT – bliskovito in učinkovito orodje za (neprijetne) občutke**; Dvorana M3+M4

15.00–15.45

Predavanje sponzorja: **Resnice in zmote o moči zdravilnih rastlin - kaj zmora sodobna fitoterapija**; Kosovelova dvorana

15.00–15.45

Predavanje: **Homeopatija – izjemna za zdravljenje otrok**; Linhartova dvorana

15.00–16.30

Delavnica: **Či gong delavnica za hrbtnico in trebušno prepono**; Dvorana M3+M4

15.45–16.30

Predavanje: **Nevrohormonsko ravnovesje v življenjskih obdobjih**; Linhartova dvorana

16.00–16.45

Predavanje sponzorja: **Klepetova srečanja: Vpliv zvoka na človeka v teoriji in praksi**; Odpri oder

17.00–17.45

Predavanje: **Antropozofska zdravila**; Kosovelova dvorana

17.00–18.30

Delavnica: **Hormonska joga in či gong naravna metoda za vzpostavljanje neuroendokrinega ravnovesja**; Dvorana M3+M4

19.30–21.00

Koncert: **Slovanski melos v zvočnih podobah sveta**; Linhartova dvorana



PETEK, 3. FEBRUAR 2017, 18.00–19.00

Odprtje festivala; Linhartova dvorana

VSTOPNINA

Prodajna razstava, predavanja na odprtem odru: **vstop prost**

PETEK, 3. 2.: **vstop prost**

Dnevna vstopnica za predavanja 4. in 5. 2.: **15 EUR** (vsa predavanja izbranega dne do zapolnitve sedežev v dvoranah; delavnice in spremljevalne prireditve niso vključene)

Dvodnevna vstopnica za predavanja: **25 EUR** (vsa predavanja izbranega dne do zapolnitve sedežev v dvoranah; delavnice in spremljevalne prireditve niso vključene)

Posamezna delavnica: **15 EUR**

Spremljevalni program: Valovanje – moje potovanje, multisenzorni koncert skupine Katrinas; Skrivno življenje mojega telesa, satirična monokomedija; Slovanski melos v zvočnih podobah sveta, energijsko-zvočni koncert ansambla Vedun; Posamezna prireditve: **13 EUR**

cankarjev dom

Informacijsko središče in prodaja vstopnic CD (podhod Maxija)

T (01) 2417 299 E vstopnice@cd-cc.si

Ob delavnikih odprto od 11. do 13. in 15. do 20. ure, ob sobotah od 11. do 13. ure ter uro pred prireditvami. Nakup vstopnic tudi pri pooblaščenih prodajalcih (M holidays, Petrol, Kompas, Alpetour, mojekarte.si idr.), po telefonu (01) 2417 300, ob delavnikih od 11. do 13. in od 15. do 16. ure ter na spletu www.cd-cc.si in www.daoyah.si

NE SPREGLEJTE

PETEK, 3. FEBRUAR, 15.30 – 16.30, Dvorana M1

OKROGLA MIZA: KAKO AJURVEDA LAHKO OBOGATI RAZUMEVANJE ZDRAVJA IN BOLEZNI ZNOTRAJ SODOBNE MEDICINE?

Biljana Dušić, dr. med., svetovalka za ajurvedo, Saša Staparski Dobravec, dr. med., spec. radiologije, mag. Tjaša Šubic, dr. med., spec. interne medicine, Helena Gantar Štular, dr. med., spec. psihiatrije

Tradicionalna indijska medicina, ajurveda, s svojimi vejami oziroma specializacijami predstavlja celosten medicinski sistem. Zadnjih nekaj desetletij postaja ajurveda v Sloveniji vse bolj prepoznana. Namen okrogle mize je predstavitev širine razumevanja izbranih kliničnih področij znotraj sistema ajurvede skozi razmišljanja zdravnikov. Z zdravniki, ki poznajo ajurvedski medicinski sistem, bomo spregovorili o tem, kako in koliko je njihovo razumevanje lastnega strokovnega področja obogateno in razširjeno z ajurvedskim znanjem. In ob spodbudnem dejstvu, da je Švica sprejela ajurvedo v svoj zdravstveni sistem, bomo na okrogli mizi tudi to novico predstavili strokovni in laični javnosti.

PETEK, 3. FEBRUAR, 16.00 – 17.30, Dvorana M3+M4 DELAVNICA: VAJE IN MASAŽA ZA ZDRAVO OTROŠTVO
mag. Petar Papuga, dr. med.

Pokončnost in prožnost hrbtenice sta od pamtiveka osrednji temelj dobrega zdravja v vseh medicinskih sistemih. Bližnjega in Daljnega vzhoda. Zato je koristno, da omenjene metode vadbe za pravilen razvoj in spodbujanje obtoka vitalne energije in telesnih tekočin približamo najmlajšim. Novejše ugotovitve nevrofiziologije in fizioterapije ter številnih tehnik za izboljšanje in uravnavanje pravilnega delovanja gibal kažejo na pomembno povezanost delovanja notranjih organov z napetostjo obhrbteničnih mišic in prožnostjo kit, ki podpirajo, stabilizirajo in varujejo medvretenčne prostore in

hrbtenjačne živce. Masaža je zelo preprosta ter izjemno učinkovita metoda za vrednotenje energijskih pretokov skozi tkiva, organe in vegetativni živčni sistem.

SOBOTA, 4. FEBRUAR, 10.00 – 12.00, Dvorana M3+M4

RITEM SRCA, IZKUSTVENA DELAVNICA Z MEDITACIJO VRTENJA

Kristina De Ventus, plesalka in plesna pedagoginja; delavnica revije Sensa

Vrtenje je ena od najstarejših in najmočnejših meditacijskih tehnik. Le ena sama izkušnja z njo vas lahko popolnoma spremeni. Zaradi hkratnega delovanja centrifugalne in centripetalne sile se v telesu zgodijo številni procesi, ki so znanstveno utemeljeni. Ker omenjeni sili zasenčita učinek konstantne sile gravitacije, se zgodi sprememba v delovanju naših celic. Vrtenje močno vpliva tudi na možgane – uravnoveša delovanje leve in desne možganske polovice ter spodbuja delovanje možganov tudi v odrasli dobi. Prav tako odpira čutenje, čisti um in kot močna notranja prha odstranjuje plasti nečistoč, ki so se naložile v nas.

PETEK, 3. 2., ob 20. uri KONCERT: VALOVANJE – MOJE POTOVANJE
Pesem šestih čutov – multisenzorni koncert skupine Katrinas: Sanja Mlinar Marin (vokal in klavir), Petra Grkman (vokal) in Katarina Habe (vokal), Andreja Cepuš (izrazni ples), Tjaša Cepuš (kristalna lira in kristalne posode)

Valovanje je zgodba o potovanju duše. Govori o posamezniku, ki se na neki točki tuzemskega bivanja prebudi v zavedanje, da je Življenje mnogo več kot programirano sledenje vsakdanjim rutinam, da je igrivi ples svetlobe in teme, ki se mu je treba prepustiti. Zave se popolnosti nepopolnosti, lepote drobnih biserov, ki ga obdajajo, svoje vpetosti v Višjo zgodbo in začuti globok smisel in povezanost z vsem. V naravi, medosebnih odnosih in umetnosti lahko najde in okusi trenutke večnosti, kjer se čas in prostor zlijeta v eno. Ko se odpre tem energijam, zasliši, zagleda in začuti svoja sporočila duše. Prepusti se Valovanju in zasije v vsej svoji lepoti bivanja.

Štihova dvorana, 13 EUR

Vendar ni dovolj, da se samo vrtimo, pomembno je, da se znamo pravilno vrteti. Na delavnici bo predstavljena izvorna tehnika vrtenja, ki sledi poti perzijskega pesnika in filozofa Mevlane Rumiija.

SOBOTA, 4. FEBRUAR, 11.30 – 13.30, Klub CD, 12.00 – 12.45,

Linhartova dvorana IMUNSKO-ALERGOLOŠKI VZROKI BOLEZNI PRI OTROCIH
mag. Lejla Hercegovac, dr. med., spec. pediatrije

Za razvoj alergij so najbolj nevarni prvi štiri meseci. Priporočamo dojenje, doječim materam hrano brez jajc, lešnikov, rib, posteljo brez pršic, bivalni prostor brez živali in drugo. Najpogostejše alergije pri otrocih so: astma, alergijski rinitis, kožne alergije (atopični dermatitis), alergije na hrano, alergeni v bivalnem prostoru, netoleranca na hrano, hude alergijske reakcije in druge alergije. Pri avtoimunskih boleznih telo napada svoje celice. Vedno so vzroki genetska predispozicija ter endogeni in eksogeni dejavniki: infekcije, stres, slaba, neuravnotežena prehrana, kajenje, premalo gibanja in drugo. Avtoimunske bolezni so



bolezni obilja. Kateri so še vzroki za alergološko-imunske bolezni pri otrocih, kako jih diagnosticirati, spremljati, zdraviti ... o tem več na predavanju.

SOBOTA, 4. FEBRUAR, 10.00

- 11.00, Linhartova dvorana PREDAVANJE: OTROŠTVO – KO PREVLAJUJEJO SILE IZGRAJEVANJA IN OHRANJANJA

Biljana Dušić, dr. med., svetovalka za ajurvedo

V otroštvu in odrasčanju v duševno-telesnem sistemu človeka prevladuje kapha fluid, ki v telesu podpira anabolične procese, v duševnosti pa taisti fluid podpira procese ustvarjanja in utrjevanja temeljnih psiholoških življenjskih vzorcev. Ne glede na osnovno konstitucijo otroka ali mladostnika je »nadih« kapha fluida vedno prisoten – vse do konca odrasčanja. To dejstvo narekuje tudi splošne smernice pri prehranjevanju v tem obdobju, ki so seveda vedno prilagojene osnovni konstituciji otroka. Kako se torej lotiti prehrane otrok po načelih indijske tradicionalne medicine, ajurvede, da bi čim bolj podprli ustvarjalne procese v njegovem telesu in duševnosti?



Biljana Dušić, dr. med. in svetovalka ajurvedske medicine:
»V tradiciji Indije in v ajurvedi, ki je njen del, se življenje doživlja in opisuje

v številnih, večjih in manjših ciklih ali obdobjih. V vsakem od teh obdobjev vladajo različne zakonitosti, ki narekujejo (vedno glede na telesno konstitucijo) prehrano in življenjski slog posameznika.«

SOBOTA, 4. FEBRUAR, 12.00 – 13.00, Kosovelova dvorana ZDRAVILNE MOČI ZAČIMB PRI TEŽAVAH Z OŽILJEM

Sanja Lončar v sodelovanju Skupaj za zdravje človeka in narave

Začimbe lahko uravnavajo holesterol, preprečujejo vnetja, znižujejo oksidativni stres ter povečujejo elastičnost ožilja. Seveda, če jih znamo pravilno uporabiti. Kakšno pomoč si lahko obetamo od začimbnic in kako jih pravilno uporabiti za reševanje težav z ožiljem, bo predavanja Sanja Lončar, soavtorica trilogije *Ščepec* in vodja projekta Skupaj za zdravje človeka in narave.

SOBOTA, 4. FEBRUAR, 12.45 – 13.30, Linhartova dvorana, 13.00

ZDRAVJE IN BIOFOTONSKO PREHRANJEVANJE

Srečko Šorli v sodelovanju z revijo Sensa

Človekovo fizično telo je povezano z dušo in duhom preko bioenergetskega telesa, ki ga sestavljajo biofotoni. Vsak živ organizem v sebi kopiči in oddaja biofotone. Biofotoni so informacijski sistem med posameznimi celicami organizma in tudi medij za prenos informacij med organizmom in njegovo okolico. Poljski biofizik dr. Slawinski je izmeril, da imajo organizmi umirajočih živali od 10- do 100-krat močnejše biofotonsko sevanje kot organizmi zdravih živali. Če jemo pretežno hrano, ki nima dovolj fotonov v sebi, oslabimo biofotonsko povezavo med telesom, dušo in duhom. Ko imamo v telesu dovolj biofotonov, se ustvari energijski most med telesom in duhom, ki omogoča pravilno delovanje telesa in sprejemanje pravilnih življenjskih odločitev. Biofotonsko prehranjevanje, pri katerem vnašamo v telo velike količine fotonov, ima velik potencial v revitalizaciji organizma, odkrivanju vrelca večne mladosti in zdravljenju različnih bolezni.

SOBOTA, 4. FEBRUAR, 17.00 – 18.30, Kosovelova dvorana ZDRAVJE IN SPOLNA ENERGIJA

mag. Zoran Železnikar, dipl. inž. elektrotehnike v sodelovanju z revijo Sensa

Šokiran ob tem spoznanju se je publicist, pisatelj in raziskovalec mag. Zoran Železnikar lotil pisanja knjige *Spregledano poslanstvo*

AJURJOGA: JOGA ZA VATA, PITTA IN KAPHA DOŠO

Joga je antična indijska znanost, ki izhaja iz Ved – starodavnih tekstov, ki opisujejo tudi ajurvedo. Joga je fizična, mentalna in duhovna disciplina, s katero želimo doseči stanje umirjenosti uma, medtem ko nas ajurveda uči o načinu življenja in postopkih, ki ohranjajo ali ponovno vzpostavijo ravnovesje v telesu in umu. Obe znanosti sta zasnovani na principih usklajenosti življenja z naravo, se dopolnjujeta in delujeta v harmoniji ena z drugo. Razumevanje, kako različni slogi joge, jogijski položaji, dihalne tehnike in meditacije povečujejo ali znižujejo naše doše, nam pomaga uravnovati naša neravnovesja in ohranjati zdravje.

SOBOTA, 4. FEBRUAR, 17.00 – 17.45, Linhartova dvorana

ZDRAVJE IN BIOFOTONSKO PREHRANJEVANJE

Ratimir Šimetin, dr. med.

Antropozofska medicina je stara okoli sto let. Zdravilska metoda, ki jo je v začetku 20. stoletja utemeljil avstrijski filozof Rudolf Steiner, predvideva, da si ob pacientovi obravnavi zdravnik oblikuje celovito sliko človeka ter njegovo povezanost z naravo, iz katere potem črpa moč za samozdravitev. S svojim duhovno-znanstvenim raziskovanjem Steiner nadgrajuje znanstveno medicino ter vključuje galensko humoralno medicino, ki jo najdemo pri Hipokratu, in alkimistično medicino, ki jo predstavlja Paracelsus. Narava okoli nas je pravzaprav razširjeni človek, v njem pa je zajeta vsa narava. Tako v njej lahko najdemo zdravilo za katero koli motnjo v človeškem organizmu.

SOBOTA, 4. FEBRUAR, 17.00 – 18.30, Kosovelova dvorana

ZDRAVJE IN SPOLNA ENERGIJA

mag. Zoran Železnikar, dipl. inž. elektrotehnike v sodelovanju z revijo Sensa

Šokiran ob tem spoznanju se je publicist, pisatelj in raziskovalec mag. Zoran Železnikar lotil pisanja knjige *Spregledano poslanstvo*

ZA DOBRO POČUTJE OBISKOVALCEV

Na Festivalu DAO YAH bomo v sodelovanju s kuharsko ekipo Mateje Ulaga poskrbeli za zdravo kosilo. Vsa hrana je rastlinskega in biološkega izvora ter domačih sestavin. Za vse, ki boste svoje zdravo kosilo naročili po elektronski pošti v naprej (mateja.ulaga@gmail.com), pa tudi ni čakanja v vrstah. Podrobneje na www.kuha.si. Dober tek!

SOBOTA, 4. FEBRUAR, 15.00 – 15.45, Linhartova dvorana **SPOČETJE, ODRAŠČANJE IN RAZVOJ PO TEORIJU TKM** **mag. Petar Papuga, dr. med., specialist za akupunkturo**

Temeljni zapisi v *Notranjem vodniku* (po kitajsko Nei Jing) opisujejo spočetje kot vstop Duha v telo. Pridobitev Duha pomeni življenje, odhod pa smrt. Vstop Duha naj bi temeljil na hrepenenju po novem življenju, ki združuje očeta in mater. Mati postavi temelj, oče pa skelet novega bitja. Ko se Duh zasidra v fizično telo, začne pridobivati moč, s katero skupaj vstopa razum. Ta vodi rast in razvoj do konca življenja. Telesna rast in razvoj potekata skozi placentno, duhovna pa skozi nevidni duhovni kanal, ki prenaša na zarodek množico nevidnih vplivov. Ti slonijo na mislih, čustvih, dieti in splošnem ustroju materinega počutja skozi nosečnost, še posebej v prvih treh mesecih. Pretočnost vitalne energije in telesnih tekočin skozi posteljico in zarodek je ključnega pomena za rojstvo zdravega in čustveno zrelega otroka na poti skozi življenje. Vse to čedalje bolj spoznavamo v luči embriologije, neonatologije in otroške psihologije.



mag. Petar Papuga, dr. med., spec. za akupunkturo:
»Pretočnost vitalne energije in telesnih tekočin skozi posteljico in zarodek je ključnega pomena za rojstvo zdravega in čustveno zrelega otroka na poti skozi življenje. Vse to čedalje bolj spoznavamo tudi v luči sodobne znanosti.«

spolnosti, v kateri razkriva doslej zamolčane skrivnosti o njej. Nikoli se ne vprašamo: je seks zadovoljil tudi mojo dušo? Na žalost smo seznanjeni le z eno platjo seksa – telesno. Ko se podajamo v spolni odnos zgolj z željo po telesnih užitkih, duša trpi, opeharjena za tisto, kar ji pripada. Z ničemer ne moremo bolj oplemenititi svojega življenja kot s tem, da se naučimo svoje spolno življenje voditi tako, da vključimo vanj tudi srčno, duševno-duhovno plat. Takšna spolnost krepi zdravje, vitalnost, ustvarjalnost, dolgoživost in budi duhovno moč. Predavanje o tako imenovani napredni spolnosti vam bo ponudilo prve korake.

SOBOTA, 4. FEBRUAR, 17.30 – 18.15, Odprti oder **VISOKO STRUKTURIRANA VODA KOT MEDIJ ZA OBNAVLJANJE PORUŠENEGA RAVNOVESJA ORGANIZMA** **Vesna Periček Krapež, Akademija za zdravilstvo**

Spoznanja sodobnih znanstvenikov kažejo, da je voda mnogo več kot naključen skupek posamičnih molekul, sestavljenih iz dveh atomov vodika in enega atoma

kisika. Voda je pravi ansambel med seboj usklajenih molekul, ki znajo skupaj ubrano plesati kot čudovit baletni ansambel. Prav ta dinamična skladnost in ubranost sta temelj našega zdravja in dobrega počutja ter nenazadnje tudi odprtosti v svet subtilnih energij. In ko se zaradi različnih razlogov skladnost in ubranost porušita, se odpre pot v nizko storilnost, slabo odpornost in bolezen. Vendar ju je mogoče obnoviti in ohranjati prav s pomočjo vode – posebne, visoko strukturirane vode, ki prinaša izbrane, organizmu potrebne signale za samoobnavljanje in samozdravljenje.

NEDELJA, 5. FEBRUAR, 10.00 – 10.45, Kosovelova dvorana **NARAVNA REŠITEV ZA NAJBOLJ ZAHRTNE ZDRAVSTVENE TEŽAVE 21. STOLETJA**

Henry Kraš, dr. med., v sodelovanju z Skupaj za zdravje človeka in narave
Zadnja dognanja, znanstvene študije in številni uspešni klinični primeri nam potrjujejo, da stimulacija makrofagov v imunskem sistemu lahko reši številne najpogostejše

SOBOTA, 4. 2., ob 19:30 **SKRIVNO ŽIVLJENJE MOJEGA TELESA, SATIRIČNA MONOKOMEDIJA**

Igra: Nik Škrlec, režija: Ajda Valcl, scenografija in kostumografija: Nuša Mulej, glasbena oprema: Saša Lušič, strokovna sodelavka: Anita Kajtezovič, produkcija: Društvo Samorog
Z vsemi roki, sodobnim tempom, obveznostmi, dokazovanjem, narcisoidnostjo, tekmovalnostjo, hitenjem in nujno informiranostjo obteženi posameznik v predstavi *Skrivno življenje mojega telesa* predstavlja življenjsko okolje – domovanje petih Organov, ki se šibijo pod težo omenjenega življenjskega stila. Gledamo zgodbo Pljuč, Srca, Vranice, Jeter in Ledvic, ki pred nami rešujejo zdravstvene težave sebe in svojega Telesa. Med posameznimi Organi, ki v predstavi nastopijo v personificirani obliki, se zaradi njihovih specifičnih potreb in interesov ustvari napet dialog. Skozi dramatično reševanje vsemogočih težav v Telesu predstava pod vprašaj postavlja tipične vrednote današnje družbe in obenem na poljuden način razstira vpogled v osnovne premise starodavne vzhodne filozofije.
Klub CD, 13 EUR

SOBOTA, 4. 2., NEDELJA, 5. 2., od 9.45 do 10.00, Linhartova dvorana. **MEDITACIJA**

Na začetku dneva, pred začetkom programa, bomo z meditacijo umirili um, ga uglasili s temo festivala in tako omogočili, da naša pozornost postane subtilnejša in širša. Meditacija v ožjem smislu je znanost, ki obravnava delo z umom. Tukaj jo bomo uporabili kot metodo utišanja nemirne pozornosti, kot sredstvo duševne sprostitve, kar umu omogoči lažjo koncentracijo.

zdravstvene težave 21. stoletja. Ko aktiviramo makrofage, se v imunskem sistemu sproži pozitivna verižna reakcija, ki ustvari interno okolje, sposobno preprečiti in/ali ozdraviti številne avtoimunske bolezni, rakava obolenja, avtizem, srčno-žilna obolenja in nevrodegenerativne bolezni. V seminarju bo Henry Kraš, dr. med., predstavil delovanje tega mehanizma ter nekaj izjemnih primerov iz svoje prakse na Kliniki za integrativno medicino Dr. Kraš v Nemčiji. Predavanje bo v angleščini s simultanim tolmačenjem.

NEDELJA, 5. FEBRUAR, 10.45 – 12.30, Linhartova dvorana **NARAVNE REŠITVE ZA OHRANJANJE MOŽGANOV IN ŽIVČEVJA TUDI V GLOBOKI STAROSTI**

Sanja Lončar
Kaj načena naše možgane? Zakaj smo priča epidemičnem razmahu degenerativnih bolezni živčevja? Kako propad lahko preprečimo, ustavimo ali celo zdravimo? Naši predniki so poznali rastlinske moči tudi na tem področju, sodobna znanost pa pritrjuje njihovim ugotovitvam in celo razkriva mehanizme, s katerimi rastlinam uspeva pomagati tudi na teh področjih.

NEDELJA, 5. FEBRUAR, 12.00 – 12.45, Linhartova dvorana **KAKO SE Z AJURVEDO LOTITI TEŽAV V OBDOBJU STARANJA?** **dr. Manivannan Ramasamy, B. A. M. S.**

Beseda staranje ne opredeljuje le fizičnega videza osebe, ampak tudi izgubo vitalnosti in telesne moči ob upokojitvi in spremembi vloge v družbi. Starost doživljamo kot neizogibno obdobje v življenju, pogosto nezaželeno zaradi več težav: ob staranju se pojavijo številne težave in bolezni, kot so degenerativne bolezni, artritis,

nespečnost, izguba spomina (demenca), upad libida, depresija, zaprtje, debelost, suha koža ... Na predavanju se bomo posvetili predvsem težavam prezgodnjega staranja in iskanju odgovora na vprašanje, kako se lotiti teh težav z zdravim življenjskim slogom in s pomočjo ajurvedskih terapij.

NEDELJA, 5. FEBRUAR, 12.00 – 12.45, Odprti oder **KLEPETOVA SREČANJA: KATERA PRAVILA UPOŠTEVAJO NAJBOLJ SREČNI IN ZDRAVI LJUDJE?**

V sodelovanju z oddajo Klepet ob kavi
Prehrana je pomembna, a tudi dnevni rituali in obredi. Majhne pozornosti do sebe v hitrem tempu vsakdanjika. Tisti "zastonjski" nasveti, za katere farmacija in kozmetična industrija ne želi, da jih veste!

NEDELJA, 5. FEBRUAR, 12.45 – 13.30, Linhartova dvorana **ANDRO- IN MENOPAVZA**

Ivica Flis Smaka, dr. med., spec.
O ženskem klimakteriju vemo skoraj vse. Kako je s tem pri moških? Ali sploh obstaja, kako se izrazi in kako se pravzaprav imenuje? Zelo dolgo je veljalo, da so samo ženske »žrtve prehodnega obdobja«, saj se menopavza (upad spolnih hormonov pri ženskah in posledice) na hitro in nazorno vidi. Po več kot stotih letih danes tudi moški končno priznavajo, da imajo v zrelih letih težave. Skupno ime zanje je andropavza. Pojavljajo se lahko že po štiridesetem, najpogosteje po petdesetem letu starosti, povzročajo pa jih znižana raven moških spolnih hormonov v telesu.

NEDELJA, 5. FEBRUAR, 15.00 – 14.45, Dvorana M3+4 **ČI GONG DELAVNICA ZA HRBTENICO IN TREBUŠNO PREPONO**

SOBOTA, 4. FEBRUAR, 12.45 – 13.30, Linhartova dvorana **IMUNSKI SISTEM JE IZZIV TUDI ZA HOMEOPATIJO**

dr. Maruša Hribar, mag. farm.
Sodobni človek je v povprečju veliko pogosteje bolan, kot so bili naši predniki. Odpornost je šibka točka tako za otroke, ki svoj imunski sistem šele razvijajo, kot za starejše, pri katerih ne deluje več popolnoma. Žal je tudi za aktivni del prebivalstva v obdobju polne delovne aktivnosti zmanjšana odpornost pogosta težava. Gre za obolenja, za katerimi oboli odrasel človek, ki se manifestirajo kot prehladi, astma, bronhitis, alergije, viroze, številna rakava obolenja ... Poleg klasičnega zdravljenja z zdravili in domačimi zdravilnimi pripravki je priporočljivo tudi drugo zdravljenje, med katero spada tudi homeopatija. Iz arzenala homeopatskih zdravil proti stresu najpogosteje uporabljajo Gelsemium, Ignatia, Nux vomica ... Za podporo imunskega sistema pa v zimskem času tradicionalno priporočajo Thymuline, Oscillococcinum, Influenzinum, Echinacea ...



Dr. Maruša Hribar, mag. farm.:
»Homeopatska zdravila imajo pomembno prednost: njihovo predpisovanje je prilagojeno posamezniku. So brez stranskih učinkov in ne povzročajo zasvojenosti, zato so primerna za različne paciente, tudi za doječe matere. Homeopatijo torej lahko uporabljamo v vseh življenjskih obdobjih.«

NEDELJA, 5. 2., ob 19.30**SLOVANSKI MELOS V ZVOČNIH PODOBAH SVETA, KONCERT ANSAMBLA VEDUN**

Koncerti ansambla Vedun (dr. Mira Omerzel – Mirit, Tine Omerzel Terlep, Polona Kuret, Igor Meglič) sodijo med posebna doživetja. So ples neobičajnih zvokov, ritmov in harmonij, zrcalo trenutnosti, ki povezuje spoznanja in zavedanje prednamcev z novodobnimi iskanji, z glasbo in logiko današnjih dni. Ansambel svojemu izvajanju pridaja nekdanjo pomembno, a danes prezrto svečeniško ali šamansko in zdraviteljsko noto, zvoku pa večnivojsko globino, izjemno urejajočo in zdravilno moč ter učinkovitost. Spogledujejo se s preteklostjo, poslušalce našega časa pa navdihujejo z oživiljenimi staro-novimi glasbenimi jeziki, zvočnimi obrazy in neobičajnimi – a zanimivimi izvajalskimi praksami.

Linhartova dvorana, 13 EUR

Mladen Dakić, Društvo Taiji-Voda

Udeleženci delavnice se bodo naučili osem enostavnih, a zelo učinkovitih čí gong vaj za samostojno vadbo doma. Pridobili si bodo znanje, čemu posamezne vaje koristijo; spretnost, kako jih pravilno izvajati ter občutek, kako zavestno sprostiti misli in telo pri posameznih gibih. Primerno tako za popolne začetnike kot za izkušene poznavalce čí gonga, ki si želijo poglobiti znanje in veščino.

Trajanje: 90 minut

Navodila pred delavnico: Ne jejte dve uri pred pričetkom delavnice. Pridite v udobnih oblačilih.

NEDELJA, 5. FEBRUAR, 15.00**– 15.45, Linhartova dvorana
HOMEOPATIJA – IZJEMNA ZA ZDRAVLJENJE OTROK**

Živan Krevel, dr. med., univ. dipl. biolog

Splošno sprejeto je, da otroci ob začetku obiskovanja vrtca zbolevajo zaradi bakterijskih, virusnih in parazitskih okužb. Izkušnje skoraj

četrtstoletnega opazovanja in homeopatskega zdravljenja otrok kažejo, da so vzroki za pogosto boleznost teh otrok največkrat drugje. Otroci so na splošno zelo občutljivi del prebivalstva, saj duševno in fizično še niso dovolj razviti, da bi lahko prenašali stres, ki so mu podvrženi že v prvih letih življenja. Prvo leto obiskovanja vrtca je zanje v primerjavi s prvim, zelo mirnim letom življenja doma z materjo na porodniški neke vrste »služba«, v kateri je tempo senzornih, socialnih in fizičnih vtisov zanje pogosto odločno prevelik. Pomemben je tudi duševni vidik ločitve od matere, ki je še posebej izrazit pri bolj občutljivih in introvertiranih otrocih.

NEDELJA, 5. FEBRUAR, 15.45 – 16.30, Linhartova dvorana**DELAVNICA:
NEUROHORMONSKO
RAVNOVESJE V ŽIVLJENJSKIH
OBDOBJIH**

Alenka Košorok Humar, univ. dipl. pravica, učiteljica joge in čí

gonga

Alenka Košorok Humar je učiteljica hatha joge ter mednarodno certificirana učiteljica hormonske joga terapije in čigonga, sicer odvetnica in publicistka. Alenkina velika strast in raziskovanje so hormoni in endokrini sistem. Ta veja medicine je ena zadnjih odkritih in vedno bolj aktualnih. Ne mine leto, da ne bi znanstveniki odkrili kakšnega novega hormona. Hormonska joga, ki jo Alenka že dobrih pet let poučuje na delavnicah in potem na rednih vadbah, predstavlja naravno pomoč pri vzpostavitvi hormonskega ravnovesja.

NEDELJA, 5. FEBRUAR, 17.00 – 18.30, Dvorana M3+M4**HORMONSKA JOGA IN ČÍ
GONG ZA VZPOSTAVLJANJE
NEUROENDOKRINEGA
RAVNOVESJA**

vodi Alenka Košorok Humar, univ. dipl. prav., učiteljica joge in čí gonga

Hormonska joga, ki jo Alenka že dobrih pet let poučuje na delavnicah in rednih vadbah, predstavlja naravno pomoč pri vzpostavitvi hormonskega ravnovesja. Hormonska joga je učinkovita alternativa za vse vrste ženskih in moških težav s hormonskimi nihanji (predvsem v srednjih letih), je pa odlična pomoč tudi mlajšim ženskam s težavami, kot so PMS, policistični jajčniki, neredna menstruacija, težave z zanositvijo in podobno. Prvi rezultati vadbe se pokažejo takoj, najpozneje pa po štirih tednih. Vaje so preproste, posebno predznanje joge ni potrebno, zahtevajo pa redno vajo. S hormonsko jogo spodbujamo in uravnovesimo žleze z notranjim izločanjem in s tem ohranjamo optimalno raven hormonov v našem organizmu.

SOBOTA, 4. 2., NEDELJA, 5. 2., od 12.45 do 13.30, Štiхова dvorana**OM CHANTING**

Chanting pomeni čantanje, petje ali ponavljanje določene besede – mantre.

Izvira iz starodavnih časov, ko je bilo človeštvo bolj povezano z višjo modrostjo in je živelo v harmoniji z vesoljem. V tistih časih so himalajski rišiji uporabljali prvobitno vibracijo OM, za zdravljenje svojih bližnjih ter vseh neravnovesij v ljudeh in naravi. OM Chanting vnaša harmonijo in ljubezen v naše življenje, spreminja odnose z našimi najbližjimi in nas ponovno povezuje s tem, kar smo, kar smo vedno bili in kar vedno bomo – atma (duša). OM Chantingu se lahko pridruži prav vsak, saj je tehnika zelo preprosta in zanjo ni potrebno nobeno predhodno znanje. S petjem OM v posebej organizirani skupini ljudi se zdravilna moč okrepi in poveča. Po končanem OM Chantingu vsaka naša celica vibrira v najvišji obstoječi frekvenci, v čistem OM. Počutimo se lažji, misli so umirjene, čustva sproščena, občutimo globok notranji mir, naša avra pa postane čista svetloba.

POKROVITELJI FESTIVALA

DAO YAH IN NJIHOVA PONUDBA

ADRIAPHARM, d.o.o.

AdriaPharm orje ledino na področju komplementarnih sistemov zdravljenja. V slovenske lekarne so prvi vpeljali homeopatska zdravila in originalne Bachove cvetne esence vključno z Rescue izdelki. Strokovno in laično javnost izobražujejo tako na področju homeopatije kot Bachovih cvetnih esenc. Ponujajo homeopatska zdravila proizvajalca Remedia, originalne Bachove kapljice z Rescue izdelki (v obliki kapljic, razpršil, kreme in pastil) in prehransko dopnilo z železom Ferrotone z okusoma jabolka, ki ga proizvaja podjetje Nelsons.

Na festivalu Dao Yah bodo predstavili homeopatska zdravila in homeopatsko literaturo (homeopatske pravljičice za otroke in odrasle *Kralj Aurum* ter knjigi *Homeopatija za domačo uporabo* in *Družinski homeopatski vodnik*), originalne Bachove cvetne esence in izdelke Rescue za dober dan in lahko noč kot naravna pomoč v čustveno zahtevnih stanjih ter tekoče prehransko dopnilo z železom naravnega izvora Ferrotone z okusom jabolka. Na festivalu bodo obiskovalcem ponudili brezplačno individualno svetovanje o Bachovih cvetnih esencah.



AdriaPharm, d.o.o.
Cesta na Brdo 100, Ljubljana
info@adriapharm.com

**POKROVITELJICA KNJIGARNE
izBranih KNJIG**

Primus je založba skrbno izBranih knjig s področja osebne rasti, duhovnosti, medosebnih odnosov, vzgoje, naravnih zdravilnih metod in kakovostnega leposlovja. Vedno se trudimo, da so naše knjige dobro prevedene in urejene ter privlačno oblikovane. Naš namen je bralca navdihniti za notranje spremembe, ljubečo in celostno skrb zase ter izboljšanje življenjskih okoliščin, da bi lažje hodil po svoji edinstveni poti in razvil vse svoje ustvarjalne zmožnosti. Primusov založniški program je iz leta v leto bogatejši in svojemu poslanstvu bomo ostali zvesti tudi v prihodnje. Na 3. Festivalu celostnega zdravja DAO YAH založba predstavlja knjige s področja zdravega načina življenja, ki so vzbudile največ zanimanja med bralci.



Založba Primus
Brezina 19, 8250 Brežice
Mirela Smajić Zuber,
mirela.zuber@primus.si,
www.primus.si

PRANARÔM IZ PHARMAGENE

PRANARÔM je francosko-belgijski laboratorij, specializiran za znanstveno in klinično aromaterapijo ter vodilni proizvajalec aromaterapevtskih izdelkov vrhunske kakovosti. Je sinonim za strokovnost in kakovost ter svetovno priznana referenca na področju aromaterapije, saj za svoje izdelke uporablja le najboljše surovine. Vsa eterična olja so kemotipizirana, 100-odstotno naravna, 100-odstotno čista in 100-odstotno popolna. Podjetje Pharmagena d.o.o. je ekskluzivni distributer v Sloveniji za izdelke PRANARÔM.

Ponujajo bio kemotipizirana eterična olja PRANARÔM, bio hladno stiskana rastlinska olja PRANARÔM, visoko tehnološki ultrazvočni difuzorji in aromaterapevtske mešanice eteričnih olj PRANARÔM za difuzijo. Na festivalu Dao Yah bodo predstavili širok spekter izdelkov PRANARÔM za uporabo v aromaterapiji, izdelke pa bodo obiskovalci lahko tudi preizkusili. Za vse izdelke bodo ponudili sejamski popust, kupci pa bodo lahko sodelovali v nagradni igri. V sodelovanju s priznanim aromaterapevtko Ano Ličina bodo na svojem razstavnem prostoru pripravili krajše delavnice s področja aromaterapije.



Pharmagena, d.o.o.
Stegne 11, Ljubljana
Elena Barl, info@pharmagena.si,
info@pranarom.si, www.pranarom.si

PRANARÔM

AROMATHÉRIE
SCIENTIFIQUE

TERRANOVA prehranska dopolnila

Podjetje Avemed iz Ljubljane se želi na slovenskem trgu uveljaviti kot zastopnik ter ponudnik kakovostnih ter uglednih znamk prehranskih dopolnil. Poleg odlične distribucije inovativnih prehranskih dopolnil Terranova, ki bodo zadostila pričakovanjem alopatske medicine ter komplementarnih in alternativnih praks, bomo v Avemedu temeljno dejavnost dopolnili tudi z ažurno podporo pri prodaji ter rednim izobraževanjem prodajnega osebja ter splošne javnosti. Zavzemamo se za spoštljive odnose z vsemi našimi poslovnimi partnerji ter končnimi kupci, saj verjamemo, da je to temelj uspešnega delovanja!

Terranova je edinstvena britanska znamka prehranskih dopolnil, ki ponuja aktivne oblike hranil najvišje kakovosti in škodljive pomožne snovi nadomešča s patentirano naravno zmesjo polnovrednih ekoloških ali divjerastocih rastlin kompleksa Magnifood. Vsa prehranska dopolnila Terranova so zasnovana na holističnih principih in dosežkih z dokazi podprte znanosti. Poleg tega predstavljajo novo paradigmo v razvoju prehranskih dopolnil.



Avemed d.o.o.
Koprška cesta 94, Ljubljana
Ana Mikuž, info@avemed.si

PONUJNARI IZDELKOV IN STORITEV ZA CELOSTNO ZDRAVJE IN LEPŠE ŽIVLJENJE

PRODAJNA RAZSTAVA

Predavanja in delavnice bogati prodajna razstava z odprtim odrom, kjer se bodo predstavljali izbrani razstavljalci, ki imajo v svoji ponudbi certificirane izdelke ali storitve, ki izhajajo iz tradicionalnih znanj o zdravju in jih želijo prikazati na razstavnem prostoru ter prispevati k širjenju načel celostnega zdravja. Razstava poteka v Drugem predverju Cankarjevega doma. Vstop prost!

AROMATICA

Aleš Oblak, Cesta Andreja Bitenca 31, 1000 Ljubljana
info@aromatica.si, www.aromatica.si

Posebnost izdelkov Aromatica je, da so zasnovani z ljubeznijo in spoštovanjem do bogastva, ki ga v sebi nosijo avtohtone rastlinske vrste, kot so žajbelj, sivka, rožmarin, smilj oziroma suhocvetnica, bolhač, ognjič, rožmarin in druge. Rastejo in dišijo na našem posestvu v Istri, ki je bilo ustvarjeno z namenom, da bi ohranili avtohtone rastline, značilne za Istro in Dalmacijo. Da bi rasle v neokrnjeni naravi brez kemičnih dodatkov in drugih vplivov. Dišeča darila narave so plod neokrnjene narave in pridnih človeških rok. Nabrali smo ročno samo najboljše in iz njih po tradicionalnih postopkih izdelali čudovite pripomočke za dobro počutje in lepoto.

Predstavitev izdelkov: eterična olja, dišave, rastlinski izvlečki, mila, šamponi, kopeli, soli, olja za nego in masažo, naravne kreme, balzami, hidrolati in toniki, dišeče sveče, naravni osvežilci prostora.

AJURJOGA, center za ajurvedo in jogo

Kaja Kastner s.p., Vodnikova 187, 1000 Ljubljana
info@ajurjoga.si, www.ajurjoga.si

V centru AJURJOGA se združujeta tradicionalni znanosti ajurvede in joge v celosten, naraven ter individualen pristop k ravnovesju telesa in uma. Mednarodno certificirano osebje svetuje o ajurvedski medicini, ajurvedskih tretmajih, šoli ajurvede in joge, bioajurvedskih zeliščih in pripravkih, tečajih vata, pitta in kapha joge, tradicionalne joge ter joge za starejše.

Posebnosti ponudbe: popust za naročila na svetovanje iz ajurvedske medicine, ajurvedske tretmaje in enomesečne tečaje joge. Ponujamo pa tudi ekološka ajurvedska zelišča in pripravke, različne pakete ekoloških ajurvedskih zelišč, začimb in prehrane za ajurvedsko razstrupljanje, imunost, dihalni sistem ali uravnoteženo prebavo.

Certifikati: nemški ekološki certifikat za ajurvedska zelišča, začimbe in prehrano (DE-ÖKO).

ADRIAPHARM, d.o.o.

AdriaPharm, Cesta na Brdo 100, Ljubljana
info@adriapharm.com, www.adriapharm.com

Na DAO YAH predstavlja: homeopatska zdravila in originalne Bachove cvetne esence, vključno z Rescue izdelki.

Posebnosti festivalske ponudbe: brezplačno individualno Bachovo cvetno svetovanje; homeopatska zdravila in knjige o homeopatiji, Originalne Bachove cvetne esence in izdelke Rescue za dober dan in lahko noč (naravna pomoč pri čustvenih pretresih v obliki kapljic, razpršil, kreme in pastil), Ferrotone Jabolko (tekoče prehransko dopolnilo z železom naravnega izvora).

Certifikati: Registrirana homeopatska zdravila z dovoljenjem za promet v Sloveniji. Bachov cvetni svetovalec ima certifikat Bahovega cvetnega središča v Angliji.

ADITI, inštitut za tradicionalne medicinske sisteme, Biljana Dušić, s.p.

Glogovica 21, 1296 ŠENTVID PRI STIENI
biljana.dusic@aditi.si, www.aditi.si

Center HORTUS VITÆ predstavlja preplet dejavnosti za ohranjanje in krepitev zdravja. V njem ekipa strokovno usposobljenih predavateljev, terapevtov in vaditeljev, ki so predani svoji dejavnosti. Naša ponudba je pestra in celostna, zato lahko v njej prav vsak izbere nekaj zase. V centru, ki je zasnovan po metodi feng šuj, stremimo k osebnemu pristopu, s čimer omogočamo visoko kakovostne storitve in sproščeno ter udobno počutje v naših prostorih.

Posebnosti festivalske ponudbe: predstavljamo ajurvedsko zdravniško ordinacijo Biljane Dušić, zdravnice in svetovalke ajurvedske medicine, vadbo feldenkrais, jogo in FLOORTIME terapijo. Podrobneje se boste lahko seznanili z našo ponudbo, prejeli nasvet glede ajurvedske prehrane, spoznali zeliščna mazila in tinkture znamke Hanuman ter izbrali vaš kupon ugodnosti.

AROMATICA

Aleš Oblak, Cesta Andreja Bitenca 31, 1000 Ljubljana
info@aromatica.si, www.aromatica.si

Posebnost izdelkov Aromatica je, da so zasnovani z ljubeznijo in spoštovanjem do bogastva, ki ga v sebi nosijo avtohtone rastlinske vrste, kot so žajbelj, sivka, rožmarin, smilj oziroma suhocvetnica, bolhač, ognjič, rožmarin in druge. Rastejo in dišijo na našem posestvu v Istri, ki je bilo ustvarjeno z namenom, da bi ohranili avtohtone rastline, značilne za Istro in Dalmacijo. Da bi rasle v neokrnjeni naravi brez kemičnih dodatkov in drugih vplivov. Dišeča darila narave so plod neokrnjene narave in pridnih človeških rok. Nabrali smo ročno samo najboljše in iz njih po tradicionalnih postopkih izdelali čudovite pripomočke za dobro počutje in lepoto.

Predstavitev izdelkov: eterična olja, dišave, rastlinski izvlečki, mila, šamponi, kopeli, soli, olja za nego in masažo, naravne kreme, balzami, hidrolati in toniki, dišeče sveče, naravni osvežilci prostora.

BIJOLADA, Danica Stošič S.P.

Pšata 46a, 1262 Dol pri Ljubljani
danica.stosic@bijolada.com

Na Dao YAH predstavlja: Bijolada chocowellness, presna bioveganska, alter temna čokolada, brez desetih alergenov (ne vsebuje: soje, mleka, laktoze, licitina, glutena, teobromina, kofeina, umetnih dodatkov, umetnih sladil in rafiniranih sladkorjev).

CENTER TKM – Center za tradicionalno kitajsko medicino

Knezova 18, 1000 Ljubljana
Špela Kraševc, spela.krasevec@centertkm.si, www.centertkm.si

Na DAO YAH predstavlja: storitve, ki jih nudi strankam – diagnostične preglede po tradicionalni kitajski medicini (TKM) po nižani ceni, terapije, s katerimi TKM zdravi, ter zeliščna prehranska dopolnila in vse za izvajanje moksibustije.

Posebnosti ponudbe: popust na diagnostični pregled opravljen na sejmju, na izdelke moksibustije in na prehranska dopolnila, nudimo tudi diagnostični pregled po tradicionalni kitajski medicini, predstavitev izvajanja moksibustije ter informacije o zdravljenju s tradicionalno kitajsko medicino.

EUROSOLAR KOZMETIKA d.o.o.

Tomšičeva ulica 16, 4000 Kranj
info@eurosolar.si, www.eurosolar.si

DAOFA, d.o.o.

Sadarjeva 12, 1218 Komenda
Petar Papuga, daofa7@gmail.com, www.papuga.si

Na DAO YAH predstavlja: tri knjige in tri DVD-je za či gong, vaje Kitajski ključ do zdravja in vaje za preprečevanje in dopolnilno zdravljenje boleznih ščitnice.

ENDOVITAL

Endovital je ideja in čista energija, ki nas vse čisto tiho in neopazno pelje naprej v vrednote prihodnjega časa. V podjetju Endovital nastajajo izdelki z namenom prinesiti čisto neokrnjeno naravo do vsakega posameznika, ki si tega želi. Izdelki Endovital so pripravljani iz ekološke pridelave, ekološkega čebelarstva in ekološke priprave v Sloveniji po lastnih unikatnih recepturah. Tako že več kot trideset let nastajajo izdelki iz čebeljih produktov in soka rdeče pese. Izdelki so na voljo v lekarnah, Sanolaborju in trgovinah z zdravo prehrano.

Posebnost ponudbe: izdelki bodo na voljo z 10-odstotnim popustom, posamezne izdelke bo možno tudi poskusiti, predstavljali bomo ekološki sirup rdeče pese za otroke in odrasle, ekološki sirup rdeče pese, ekološki med, oplemeniten s cvetnim prahom, ekološke smrekove vršičke, ekološko tinkturo propolisa, ekološki med, ekološki med v satju in ekološki cvetni prah.

Certifikati: podjetje Endovital ima že 20 let certifikat za ekološko pridelavo surovin in predelavo končnih izdelkov.

HELIXOR, družba za holistično medicino

www.helixor.com, information@helixor.com

Helixor Heilmittel GmbH iz Nemčije proizvaja in distribuira zdravila rastlinskega izvora za integrativno terapijo. Glavni poudarek je na razvoju izdelkov za vbrizgavanje iz bela omele in teloha. Vse aktivnosti potekajo lokalno: nabiranje in predelava zdravih rastlin, raziskave, trženje in distribucija. Helixor je aktiven na mednarodni ravni in ima distribucijske partnerje in kupce v več kot 20 državah po vsem svetu.

Helixor zdravila se proizvajajo v posebnem proizvodnem postopku v skladu s predpisi GMP. Učinkovitost in varnost izdelkov dokazujejo stalne klinične in predklinične raziskave kot tudi sodelovanje z univerzitetnimi bolnišnicami, zdravniki in znanstveniki. Helixor predstavlja vmesni člen med konvencionalno in integrativno medicino. Cilj podjetja je ponuditi zdravila in ustrezno zdravljenje čim več bolnikom na najboljši možni način. To zagotavljajo z zdravniško svetovalno službo.

OLGA LUKNER s.p.

Scopolijeva ulica 55, 1000 Ljubljana
oli@zdravljenje.si, www.zdravljenje.si, www.odpuscanje.si

Na Dao Yah predstavlja: tečaje refleksne masaže stopal za pridobitev certifikata NPK, šola za osebno rast – Šola neustrašnega srca, osebno svetovanje in duhovno mentorstvo, telesne vaje za energijo in moč, meditacijo, plakat refleksnih con na stopalu, knjige za osebno rast avtorice Oli Lukner in predavanje na temo Moč odpuščanja (sobota, 4. februar, 11.00, Štihova dvorana).

Posebnost ponudbe: 10-odstotni popust za obisk začetnega tečaja refleksne masaže stopal, 10-odstotni popust za osebno svetovanje in duhovno mentorstvo, 10-odstotni popust za obisk enoletne Šole neustrašnega srca.

Certifikati: Oli Lukner je univ. dipl. ing. agronomije, diplomantka zdravilske šole Barbare Brennan (ZDA), certificirana refleksoterapevtka, certificirana EMF Balancing technique practitioner, opravila je mnoga druga izobraževanja in usposabljanja pri svetovno znanih zdravilcih in raziskovalcih s področja celostnega zdravljenja. Ima 25 letne izkušnje iz svoje zdravilske prakse, že 14 let pa uspešno poučuje refleksno masažo stopal.

ORTOPEDICA d.o.o.

roman Vrčkovnik, Tržaška Cesta 40, 2000 Maribor
info@ortopedica.si, www.ortopedica.si

Brezplačna računalniška testiranja obremenitev stopal. Izdelava unikatnih spominskih ortopedskih vložkov za vse vrste obutve.

Posebnosti ponudbe: brezplačna računalniška testiranja stopal ter unikatni spominski ortopedski vložki za vse vrste obutve.

PROJEKT SKUPAJ ZA ZDRAVJE ČLOVEKA IN NARAVE

Zapotok 54, 1292 Ig
sanja.zazdravje@gmail.com, www.zazdravje.net

Projekt skupaj za zdravje človeka in narave je eden največjih slovenskih nevladnih projektov, ki deluje že 12 let. V projektu raziskujejo preverjene naravne rešitve za različne težave, s katerimi se soočamo v različnih življenjskih obdobjih. Projekt gradi predvsem na spremembi odnosa do sebe, zdravja in do naravnih rešitev, ter združuje izkušnje različnih strok, tradicij in kultur; vse s ciljem podati kredibilne in uporabne informacije tistim, ki so pripravljene prevzeti odgovornost za svoje zdravje. **Posebnosti ponudbe:** brezplačne novice Skupaj za zdravje človeka in narave možnost nakupa knjig projekta s popustom.

PRVI ZLATI GHEE

Dušan M. Badovinac, info@ghee.si

Na DAO YAH predstavlja: Zlati Ghee kuhano maslo, SeGhee namaz s sezamom, GarGhee namaz s česnom in peteršiljem, TartuGhee namaz s tartufi.

Posebnosti festivalske ponudbe: okusen, uporaben, ročno narejen, zdrav, eko-bio in lep.

Certifikati: eko-bio certifikat certifikatne službe IKC (inštitut univerze v Mariboru).

PRANAROM IZ PHARMAGENE

Stegne 11, 1000 Ljubljana
Elena Barl, info@pharmagena.si, info@pranarom.si, www.pranarom.si

PRANAROM je francosko-belgijski laboratorij, specializiran za znanstveno in klinično aromaterapijo ter vodilni proizvajalec aromaterapevtskih izdelkov vrhunske kakovosti. Je sinonim za strokovnost in kakovost ter svetovno priznana referenca na področju aromaterapije, saj za svoje izdelke uporablja le najboljše surovine. Vsa eterična olja so kemotipizirana, 100-odstotno naravna, 100-odstotno čista in 100-odstotno popolna. Podjetje Pharmagena d.o.o. je ekskluzivni distributer v Sloveniji za izdelke PRANAROM. **Na festivalu DAO YAH predstavlja:** bio kemotipizirana eterična olja PRANAROM, bio hladno stiskana rastlinska olja PRANAROM, visoko tehnološki ultrazvočni difuzorji in aromaterapevtske mešanice eteričnih olj PRANAROM za difuzijo, ki jih bodo lahko obiskovalci tudi preizkusili.

Posebnosti ponudbe: za vse izdelke bodo ponudili sejmski popust, kupci pa bodo lahko sodelovali v nagradni igri. V sodelovanju s priznano aromaterapevtko Ano Ličina bodo na svojem razstavnem prostoru pripravili krajše delavnice s področja aromaterapije.

TERRANOVA prehranska dopolnila

Avemed d.o.o.
Koprska cesta 94, 1000 Ljubljana
Ana Mikuž, info@avemed.si

Terranova je edinstvena britanska znamka prehranskih dopolnil, ki ponuja aktivne oblike hranil najvišje kakovosti in škodljive pomožne snovi nadomešča s patentirano naravno zmesjo polnovrednih ekoloških ali divjerastočih rastlin kompleksa Magnifood. Vsa prehranska dopolnila Terranova so zasnovana na holističnih principih in dosežkih z dokazi podprte znanosti. Poleg tega predstavljajo novo paradigmo v razvoju prehranskih dopolnil.

THERMANA & VEDA AYURVEDA CENTER

Zdraviliška Cesta 6, 3270 Laško
Mojca Dragar, marketing@thermana.si, www.thermana.si

Zaradi vse večjega zavedanja o pomenu lastnega vlaganja v dolgoročno ohranjanje zdravja, potrebe po zdravem načinu življenja in zaradi bolezni, ki bi se jim želeli izogniti, smo se v Thermani Laško odločili, da svojo ponudbo obogatimo z centrom ajurvede. Novembra leta 2012 smo odprli Thermana & Veda Ayurveda Center Laško. Je eden redkih celovitih ajurvedskih centrov v Sloveniji in v tem delu Evrope, ki poleg certificiranih ajurvedskih masaž nudi programe bivanja z vključeno individualno celostno obravnavo svetovalca ajurvede. V Thermani celostno poskrbimo za sprostitve, meditacijo, lepoto, razstrupljanje, pravilno prehrano, pomlajevanje in podaljšanje življenja. Odnos do telesa in duha vključuje: razstrupljanje (pančakarman), pravilno hranjenje, vaje iz joge, zeliščne terapije in masažo, meditacijo in molitev.

Ekipa Ayurveda Centra: dr. Ajith Chakrapani Somarajan – specialist ajurvede, Pratheep Barnabas – joga mojster, Soni Kollamkudy Chakkappan – ajurvedski kuhar, Kappackal Saji Satheesh Kumar – terapevt, John Chempil Ninan – terapevt, Somiya Antony – terapevtka.

ZALOŽBA PRIMUS

Brezina 19, 8250 Brežice
Mirela Smajić Zuber, mirela.zuber@primus.si, www.primus.si

Na DAO YAH predstavlja: knjige o naravnih zdravnih metodah, osebne rasti, duhovnosti, medosebnih odnosov, vzgoje in kakovostnega leposlovja.

ZEN ZONE POTOVANJA

Zdrava potovanja za telo, dušo in um
Pot na mah 13, 1000 Ljubljana
www.zenzone.si, neja@zenzone.si

Na DAO YAH predstavlja: organizacijo wellness in ajurvedskih potovanj s programi za negovanje zdravja in dobrega počutja: razstrupljanje, premagovanje stresa, hujšanje in oblikovanje telesa, lepota & wellness, pomlajevanje in joga oddihi.

Posebnosti za obiskovalce: brezplačna sestava individualnega potovalnega programa v državo po izbiri in popust na potovalni aranžma.

Certifikati: TGZS licenca za turistično agencijo.



AdriaPharm



AJURJOGA
center ajurvede in joge



BiJoLada
CHOCowellness



GHEE
WWW.ZLATI-GHEE.SI



PRANARŌM
AROMATHÉRAPIE
SCIENTIFIQUE

enzymproag
Regulat International



Oli
LUKNER



zen
zone

VABIMO VAS K SODELOVANJU

Predstavili smo razstavljalce, ki so svoje sodelovanje potrdili do 15. decembra 2016. Vse, ki se še želite sodelovati, vabimo, da nam pišete na elektronski naslov mateja.peric@cd-cc.si. Potrudili se bomo, da vam bomo zagotovili razstavno mesto.

ORGANIZATOR



cankarjev dom

GLAVNA MEDIJSKA
POKROVITELJICA

viva,
REVUIJA ZA BOLJŠE ŽIVLJENJE

SPLETNI MEDIJSKI
POKROVITELJ



Med.Over.Net
DELAMO S SRCEM

MEDIJSKI POKROVITELJI

DNEVNIK



Klepet ob kavi

sensa
REVUIJA ZA SREČNEJŠE ŽIVLJENJE



Skupaj za zdravje
človeka in narave

Dao Yah, oglasna priloga revije Viva, revije za boljše življenje, Litostrojska 52, 1000 Ljubljana
• prilogo pripravili: Cankarjev dom in uredništvo revije Viva • oblikovanje: Grega Žunič, Grega Rumiha
• založnik: VANEMA, storitve, d.o.o. • tisk: SET, d.o.o. • januar 2017