



همایش سالمندی و سلامت، زندگی سالم و طول عمر بیشتر با همکاری اداره اجتماعی ناحیه 2 و اداره سلامت منطقه 22، توسط کانون انسان پاک، زمین پاک در روز دوشنبه 21 فروردین ماه از ساعت 10 الی 12 ظهر در ساختمان فرهنگی و اجتماعی امام علی (ع) برگزار شد.
سخنرانان همایش: دکتر فرخی، دکترای آناتومی و خانم حسینی، رئیس انجمن تغذیه طبیعی تهران

در ابتدا بعد از تلاوت قرآن و سرود جمهوری اسلامی ایران، آقای دکتر فرخی، دکترای آناتومی (کالبد شناسی و شناخت بدن انسان) که بیش از ده سال گیاهخوار هستند سخنرانی کردند.
ایشان توضیح دادند که باید چگونه تغذیه کنیم که هم از خوردن لذت ببریم و هم سالم بمانیم:
”به گیاهان توجه کنید که املاح را که در واقع ماده مرده هستند از زمین می گیرند و به کمک نور خورشید به ماده زنده تبدیل می کنند. ما هم باید ماده زنده بخوریم و حرارت دادن نیز باعث از بین رفتن ماده زنده یا به عبارتی انرژی حیاتی گیاهان می شود.“

همچنین در مورد سیستم بدن انسان توضیح دادند که مواد غذایی را به مولکولها و اتمها تبدیل می کند و هوشمندانه هر جا و هر شکلی که نیاز باشد استفاده می کند.
”بدن انسان در برابر گیاهان که مثل ماشین حساب هست یک ابر کامپیوتر است که توان ترمیم خودش را دارد و همچنین نیازهایش را با کمترین مواد غذایی نیز تامین می کند“

در مورد زمان صحیح خوردن میوه که قبل از غذا و با معده خالی است و ترکیب میوه ها هم توضیحاتی دادند و به زیانهای تخم مرغ نیز اشاراتی کردند که از جمله باعث تمام بیماریهای قلبی می شود و همینطور زیانهای نوشابه که باعث پوکی استخوان می شود.

ایشان پیشنهاد دادند که بهترین دارو برای انسان روزه هست که باعث از بین رفتن تمام املاح و سموم بدن می شود و همچنین توضیح دادند که انسان از بدو تولد گوشتخوار نیست و والدین بچه ها را به خوردن گوشت عادت می دهند.

بعد از صحبت‌های آقای دکتر فرخی، خانم حسینی رئیس انجمن تغذیه طبیعی ایران تجربیاتشان را از بیماریهایی که داشتند و سلامتی که از طریق خام گیاهخواری بدست آورده بودند با حضار درمیان گذاشتند و در ادامه سه تن از دوستانی که از طریق انجمن خام گیاهخواری و تغذیه سالم توانسته بودند بیماریهای خودشان را درمان کنند، صحبت کردند.

در هفته آینده فیلم سخنرانی کامل دکتر فرخی و خانم حسینی و شفا یافتگان را بر روی سایت کانون قرار خواهیم داد.

و در آخر گروه موسیقی شهرداری منطقه 22 به اجرای موسیقی زنده پرداختند.

عکاس : خانم صدف کاظمی

{AdmirorGallery} salmandi90-1 {/AdmirorGallery}