

II CONGRESO INTERNACIONAL BODYWISDOM SPAIN

“Alimentación y Salud Inteligente”

Benicàssim
del 5 al 7 de Junio
de 2013



BODYWISDOM

Foundation Spain



Tras el éxito adquirido en el Congreso del 2012 y con ganas de continuar, de compartir y de comunicar este concepto, decidimos crear una institución, **"Bodywisdom Spain Foundation"** para poder darle un mayor empuje a todas estas iniciativas y englobarlas bajo un mismo paraguas. Bodywisdom promociona, difunde y apoya todas las cuestiones que afectan a la salud integral de las personas, el bienestar y la prevención. Como el nombre de Bodywisdom nos indica, respetando la sabiduría corporal de las personas y su entorno.

El reconocimiento a nivel internacional ha impulsado que continuemos realizando eventos de este tipo.

Dada la cantidad de temas interesantes y de gran relevancia que en la actualidad se están debatiendo en el mundo sobre la salud integral y el autoconocimiento, hemos creído que el tema del Congreso de este año debía versar sobre uno de los pilares para nuestra salud y bienestar como es la alimentación y la nutrición.

índice

QUÉ: CONGRESO 2013

1

A QUIÉN VA DIRIGIDO

2

FUNDACIÓN BODYWISDOM

4

ALOJAMIENTO

8

SEDE

10

PROGRAMA

11

PONENTES

12

QUÉ: CONGRESO 2013

Un año más se organiza en Benicàssim el **II Congreso Internacional Bodywisdom Spain**, dónde en la pasada edición asistieron más de un centenar de congresistas de todo el mundo. Empezamos con una convocatoria sobre las terapias manuales y del movimiento que no vamos a abandonar

Sin embargo, este año en este Congreso damos un giro diferente, pero no menos interesante.

Estamos convencidos que a través de la alimentación podemos preservar y mejorar nuestra salud. La salud a través de nuestro alimento, aplicando el sentido común, respetando a la madre Naturaleza y a nosotros mismos. Diferentes profesionales con currículos muy diversos nos informaran de sus trabajos, novedades, estudios y aplicaciones para mejorar nuestra alimentación en calidad y en nutrientes.

Realizaremos talleres para ver in situ aplicaciones prácticas y poder debatir en grupos más pequeños. Comenzaremos y acabaremos el día con distintas prácticas de movimiento corporal, base necesaria para obtener una salud óptima a todos los niveles.



A QUIÉN VA DIRIGIDO

A los profesionales de salud que quieran conocer de primera mano las novedades de la alimentación integral, para poder recomendar y entender la relación de la alimentación con los problemas de salud de sus pacientes, y como mejorando la alimentación y el auto cuidado pueden ayudarles.

Al público en general que quiera saber más sobre alimentación natural, auto cuidado y salud integral, estar informado para así poderlo aplicar en su vida diaria.



FUNDACIÓN BODYWISDOM SPAIN

Nace tras el interés de dos profesionales de salud en el campo de las terapias manuales y del movimiento como son **Sol Petersen (NZ)** y **Bibiana Badenes (ESP)** de reunir a distintos profesionales del mundo de las terapias, profesores de movimiento de distintas disciplinas con enfoques integrales hacia la salud y el bienestar basados en la evidencia científica en un encuentro para debatir, intercambiar y exponer sus conocimientos y experiencias.

El lema de este primer Congreso fue la Anatomía de la Vitalidad. La gran variedad de profesionales hizo que fuera un encuentro muy enriquecedor en todos los aspectos, la calidez y cercanía de los ponentes hizo que los asistentes participaran muy activamente en todos los debates y talleres. Los encuentros de movimiento corporal nos acercan a todos, y la dimensión humanista del encuentro pudo sentirse de buen grado. "Esta semilla continuara y cada dos años realizaremos un congreso relacionado con las terapias manuales y del movimiento, con una base en la Integración de la Estructura".

Los años pares **BODYWISDOM FOUNDATION SPAIN** realizara un encuentro de terapeutas profesionales dedicados a trabajar con el cuerpo y educadores internacionales para explorar los enfoques y procesos hacia la salud y el bienestar. Centrándonos en la investigación basada en evidencia que informa el arte de la sanación y la orientación hacia la medicina preventiva. Esta es una oportunidad enriquecedora para compartir la inspiración y las habilidades con profesionales de un gran espectro de métodos y con una gran experiencia en su área de trabajo.

Los años impares **BODYWISDOM FOUNDATION SPAIN** realizara eventos relacionados, con el bienestar, la alimentación, el crecimiento personal y pondremos en marcha distintas actividades socio culturales para involucrar de una forma más activa a la sociedad. Queremos ser una fuente de inspiración y un referente para que los profesionales de todo el mundo y la ciudadanía se puedan beneficiar de los aportes de esta Asociación.



ALOJAMIENTO

Benicàssim se convirtió en un destino turístico hace más de cien años atrás. Su fina arena, playas de suave pendiente, las aguas cristalinas y numerosas instalaciones siguen dando forma a un destino elegido por miles de personas. Con el telón de fondo del "Desert de les Palmes" parque natural, hay un sin fin de lugares dignos de visitar. Cultura y ocio, actividad y descanso son las posibilidades simultáneas.

www.benicassim.org

SEDE

HOTEL INTUR BONAIRE 4*
Avda. Gimeno Tomas, 3. Benicàssim

Situado a 100 metros de la playa Heliópolis y a escasos 15 minutos del centro de Castellón, el Hotel Intur Bonaire le ofrece todas las comodidades propias de un Hotel de 4 estrellas en un entorno magnífico. Situado en una zona residencial de Benicasim muy próxima al centro urbano, es perfecto tanto para quienes desean hacer turismo como para quienes viajan por motivos de negocios. El Hotel Intur Bonaire es sinónimo de confort y calidad de servicio, por ello tratamos de que nuestros clientes dispongan de todas las comodidades necesarias para que su estancia con nosotros sea inolvidable.



PROGRAMA

Miércoles 5 de junio

19:30 h. Bienvenida al Congreso. Moviéndonos y celebrando este momento: 5 ritmos con la profesora D^a. Helena Barquilla.

Imprescindible confirmar asistencia enviando correo electrónico a info@bodywisdomspain.com

Jueves 6 de junio

8:00 h. - 08:45 h. Clase de Tai Chi por Roger Oriol

09:00 h. - 09:30 h. Recogida de acreditaciones

09:30 h.- 10:00 h. Inauguración a cargo de las Autoridades.

10:00 h.- 11:00 h. Conferencia Plenaria:

"CLEAN: el programa revolucionario para restaurar la capacidad natural auto curativa del cuerpo".

Dr. Alejandro Junger, Doctor en Medicina, especialista en cardiología y medicina interna. New York (EEUU).

11:00 h.-11:30 h. Pausa-Café

11:30 h. - 12:30 h. Ponencia:

"La reconexión al orden de la naturaleza por medio de la alimentación".

D^a Patricia Restrepo, Consultora Macrobiótica, dirige desde hace más de 20 años el Restaurante orgánico Kimpira. Valencia (España).

12:30 - 13:30 h. Ponencia:

"¿Hay alguna fórmula de éxito para comunicar salud y nutrición?".

D. Adolfo D. Lozano, Blogger y creador www.juventudybelleza.com, blog de referencia de nutrición, vida sana, y dermatología cosmética. Madrid (España).

14:00 h.-15:30 h. Comida

15:30 h. - 16:30 h.

TALLER 1:

"Cocina saludable en directo". Chef invitado, **D. Miguel Barrera** cocinero **Restaurante Cal Paradis**, nominado a una Estrella Michelin año 2014. Vall d'Alba (España).

PROGRAMA

16:30 h.- 16:45 h. Pausa

16:45 h.-18:15 h.

TALLER 2:

Chef invitado: **D. Bernd Knöller** cocinero **Restaurante RIFF**, 1 estrella Michelin. Premio especial por su trayectoria de la academia de Gastronomía de la Comunidad Valenciana. Valencia (España).

VIERNES 7 de junio

07:30 h. - 08:15 h. Clase de Tai chi en la playa

09:00 h. - 10:00 h. Ponencia:

"Alimentación y emociones: de qué forma alimentamos nuestros tres cuerpos el físico, el emocional y el mental".

D^a. Montse Bradford, escritora y experta en alimentación natural y energética. Barcelona (España).

10:00 h. - 11:00 h. Ponencia:

¿"Malas hierbas"? El uso de plantas silvestres en la cocina y la alimentación.

D. Evarist March, Biólogo especializado en botánica aplicada y etnobotánica. Director de Naturalwalks. Barcelona (España).

11:00 h.-11:30 h. Pausa-Café

11:30 h. - 12:30 h. Ponencia:

"Ecosistema intestinal. Comunicación con el eje psico-neuro endocrino-inmunológico".

Dra. Rosá Molto, Licenciada en Medicina y Cirugía. Experta en Medicina Anti-aging. Vicepresidenta de la Sociedad para la Prevención y Estudio del Envejecimiento (SOCPRE).Valencia (España).

12:30 - 13:30 h. Ponencia:

"Sexo y Alimentación: un sabio y placentero tándem".

D^a. Pilar Esquer, Nutricionista y Diplomada en Dirección de Empresas. Castellón (España).

PROGRAMA

14:00 h.-15:30 h. Comida

15:30 h. - 16:30 h.

TALLER 3:

"Autosuficiencia para una alimentación saludable". Producir y conocer los alimentos para elaborarlos sin perder sus propiedades saludables.

D^a. Miriam Carrasco (Asociación Dulce Revolución).

TALLER 4: *"Los restaurante Km. 0: movimiento Slow food".* **D. Nicolás Barrera**, Chef Restaurante Pou de Beca. Vall d'Alba, Castellón (España).

TALLER 5:

"Alimenta tú desarrollo personal, económico y social de forma saludable e inteligente". **Sergio Cánovas y Fayna Curbelo**, **Presidente y Vicepresidenta de Cánovas Corporación.** **Francis Monferrer**, **Autor y socio empresario de Cánovas Corporación.**

PONENTES



HELENA BARQUILLA

Profesora certificada de los 5 Ritmos de Gabrielle Roth. Modelo de profesión que ha trabajado para las grandes firmas de moda y revistas internacionales durante más de 10 años. Formada como terapeuta de técnicas y disciplinas corporales como el Shiatsu y el Yoga. Licenciada en Antropología. Ha estudiado las creencias y formas de sanación de diversas culturas Iberoamericanas. Para ella la práctica de los 5 Ritmos le ha traído de vuelta a su cuerpo, y le ha enseñado a respetarlo, tal como ella comenta. "Gracias a ella voy tomando consciencia de mi misma de una forma orgánica, creativa y siento la vida más plenamente. Puedo expresarme cada día con mayor libertad, encontrando la paz interna en el movimiento". En la actualidad investiga lo referente a la Antropología del cuerpo y ha desarrollado el programa de asesoría para mujeres "Walks in Beauty". Colabora con distintas universidades dando charlas y conduce grupos del método 5 ritmos en diferentes lugares de la geografía española.



ROGER ORIOL

Roger Oriol es:

- 3º dan en wushu.
- Diplomado por la U.E.F de Shanghai.
- Campeón de Europa en taijiquan, Lugano 2008.
- 10 veces campeón de España en wushu.

Taller práctico de Qi Gong y Taijiquan. Ven y disfruta de este taller, en el que aprenderás a respirar de manera completa, a oxigenar tu sangre, reforzarás tus articulaciones, moverás músculos olvidados, ejercitarás la concentración, sentirás el silencio, escucharas tu cuerpo y sus reacciones, desarrollarás tu equilibrio, aprenderás a estar más cómodo de pie y a mejorar tu postura, todo esto y más con una sonrisa para el alma!!.

PONENTES



DR. ALEJANDRO JUNGER

Creador del **programa CLEAN**. El Dr. Junger nació en Uruguay. Se graduó en Medicina en el año 1990 y se trasladó a New York para continuar con su formación con un postgrado. Realizó tres años de especialidad en Medicina Interna en el Hospital Downtown NYU de New York y tres años más con una beca universitaria en patología Cardíaca en el Hospital Lenox Hill. El cambio drástico de estilo de vida y dieta que tuvo que experimentar al trasladarse a New York pronto le hizo que le apareciera un síndrome colon irritable y una depresión. Al convertirse él mismo un paciente del sistema en el que practica la medicina tuvo tal shock, que le hizo empezar un viaje en busca de soluciones alternativas a sus problemas de salud. Sus hallazgos son el tema de su primer libro: *Clean: El programa revolucionario* para restaurar la capacidad natural autocurativa del cuerpo, en el que el Dr. Junger describe como se dio cuenta de la toxicidad de nuestro planeta. Explica también como la desintoxicación y la limpieza han formado parte de nuestros hábitos durante miles de años, pero el conocimiento se había perdido, y ahora más que nunca es importante recuperar esta información. Ante todo Clean es un manual para que los lectores aprendan como encontrar y trabajar con sus propios sistemas de desintoxicación para restaurar y mantener una óptima salud.



PATRICIA RESTREPO

Directora del Instituto Macrobiótico de España y de Green Yoga, formadora de profesores de Zen Yoga Dinámico, miembro de la AEPY (Asociación Española de Profesores de Yoga) y del International Yoga Alliance.

Consultora macrobiótica y pionera en la formación de consultores macrobióticos en España, y reconocida internacionalmente en el área de la cocina macrobiótica.

Creadora y co-propietaria junto a su marido Emilio Espi del bio restaurante macrobiótico Kimpira en Valencia, al que le ha sido otorgado por la Fundación José Navarro el "Premio Verde 2010", donde diseña diariamente los menús.

Recibió de manos de Ferran Adrià en el Foro Gastronómico de Girona 2011 el distintivo acreditativo de Km0 Slow Food.

En su camino de evolución ha tenido la oportunidad y privilegio de compartir y profundizar personalmente con Osho en Poona (India), Michio Kushi en Beckett, Massachusetts (EE. UU).

PONENTES



ADOLFO D. LOZANO

Adolfo D. Lozano, blogger de Juventud y Belleza, blog referencia de nutrición, vida sana y dermatología cosmética desde 2008.

Hablar hoy de comunicación es imposible sin hablar de internet, el que parece sin duda 'el medio' de nuestra era actual y del futuro. Tomando como ejemplo o estudio de caso el blog Juventud y Belleza que cuenta con cerca de 1'5 millones de visitas anuales y el numeroso background de bloggers norteamericanos de nutrición con éxito, intentaremos descifrar si puede haber una fórmula de éxito para comunicar salud y cómo la red rompe casi por necesidad los patrones tradicionales de esta comunicación.

Es más, ¿internet es una herramienta útil y beneficiosa para la comunicación de salud, o por el contrario entraña riesgos infranqueables? La importancia de la libertad de comunicación y enseñanza en nutrición y salud; el derecho a la autopropiedad o propiedad privada de nuestros cuerpos.



EVARIST MARCH

Evarist March es biólogo, especializado en botánica aplicada y etnobotánica. A través de su empresa Naturalwalks, se dedica a formar, guiar y asesorar en proyectos relacionados con el conocimiento y uso de las plantas y hongos: medicinales y comestibles silvestres. Organiza cursos, talleres, charlas y estancias vacacionales y de formación para profesionales y público en general.

Ha trabajado para buena parte de las instituciones culturales y científicas de Cataluña: Institució Catalana d'Història Natural, CREAM, Jardines botánicos y Colegios oficiales de Biólogos, Farmacéuticos, Infermería y distintas escuelas Universitaria de Hostelería y restauración de Cataluña.

Es coordinador y profesor del curso de Formación en Ecoturismo y guías de Naturaleza en la UAB. En la actualidad coordina y da formación en el proyecto de I+D sobre el uso de las plantas comestibles en la alta cocina de El Cellar de Can Roca (segundo mejor restaurante del mundo, según la guía Michelin).

PONENTES



BERND KNÖLLER

Nacido el 19 (San José) de marzo del 1962 en un pueblo bonito de la Selva negra (Alemania), en el que hace su aprendizaje a los 15 años en el Hotel Ochsen. Justo después de terminar estos 3 años, con la edad de 18 ya trabaja en el Kensington Hilton internacional en Londres. Su idea: Aprender el inglés, para poder viajar y trabajar en todo el mundo. Cambia a Chester al Grosvenor Hotel, una ciudad muy bella en la frontera a Gales, donde sobre todo no hay alemanes que evitan el buen desarrollo de aprender inglés. El Jefe de cocina, Don Gilbert Schneider, francés, consigue cambiar ese pensamiento a Bernd, de que ser cocinero es un curro y nada más, hay cocineros y cocineros, hay productos y productos. Por pura casualidad termina unos años después (1982) en el restaurante Walliser Stuben en Düsseldorf, que entonces ya tenía 2 estrellas Michelin, con jefes de cocina franceses que ni hablaban alemán (unos años antes trabajaba allí Jean Luis Neichel, quien después cambiaba a el Bulli...). "Todo lo moderno necesita como base lo clásico". Suficiente razón para pasar una temporada en Suiza en un hotel (Park Hotel Beausite) de estas características, buscando todo los días las recetas del menú en el gran libro de Escoffier. Pero su gran maestro era y es Henry Levy, un francés que en su momento tenía uno de los mejores restaurantes de Alemania: El Restaurante Maître en Berlín. Henry Levy fue el cocinero mas creativo que conoció, su riqueza de ideas era inagotable. Aprendió mucho. Después de esa extrema experiencia, y dedicación total a la alta cocina, se preocupaba por no resultar como un "Fachidiot", un "idiota de su profesión", o sea, en el mundo no existe solamente la gastronomía. Seguían 3 años de trabajos sociales y de teatro, también una forma de aprendizaje necesaria para la gastronomía. Vuelta a la cocina en un 2 estrellas, esta vez en Sylt, unos meses en esta maravillosa isla en el Restaurante Nösse, con Jörg Müller (hoy Restaurante Jörg Müller). Después un stage importante en el año 1991 en Akelarre de Pedro Subijana, a quien tiene hasta hoy un especial cariño. Cambio definitivo a España por amor (con su primera mujer Lidia Martín), empieza en el restaurante Ma Cuina antes de cerrar este definitivamente el 15.12.1991. En 1993 abre su primer Restaurante en Valencia; El Ángel Azul con el que consigue importantes criticas y premios (mejor colaboración gastronómica de la Cartelera Turia).

PONENTES



MONTSE BRADFORD

Montse Bradford Bort, barcelonesa de nacimiento. Establecida en Londres desde 1978 hasta el 2006, año en el que se traslada a Barcelona, ha estado desarrollando su carrera profesional como pionera en el campo energético de la Salud Integral por toda Europa.

Compagina la escritura con la enseñanza de la nutrición natural y energética y la salud holística. Es terapeuta de Psicología Transpersonal y del arte de la curación vibracional. Imparte charlas, cursos de formación y conferencias por toda España, Europa y Sudamérica.

Desde temprana edad se empezó a interesar por todo lo relacionado con la salud y la armonía interior. Ha estudiado y vivido en diferentes países, estudiando con destacados profesores del campo de la alimentación energética y se ha formado como terapeuta de curación holística.



DR. ROSA MOLTÓ

Licenciada en Medicina y Cirugía. Experta en Medicina Anti-aging. Vicepresidenta de la Sociedad para la Prevención y Estudio del Envejecimiento (SOCPRE).

Tesis de licenciatura sobre "Incidencia y valor diagnóstico de las calificaciones senográficas en la patología benigna y maligna de la mama" IVO-Departamento Oncológico Hospital Clínico de Valencia 1985

Post Doctoral fellow-ship in Immunology. Southwestern Medical School, Southwestern Medical Center. Dallas Texas USA. 1985-88

Cuso Doctorado programa 285A, "Cancerología estructural (experimental y humana)". Departamento Patología, Universidad de Valencia 1988-1994

Master de Medicina Naturista, Acupuntura y Homeopatía. Universidad de Valencia. 2002-2004

Master Internacional "Anti-Aging Medicine Specialization". Paris, Francia, 2003-2005. Experta en Medicina Anti-vejecimiento. Universidad de Sevilla, 2005-2006

PONENTES



PILAR ESQUER

Pilar Esquer es Nutricionista y Diplomada en Dirección de Empresas.

Ha colaborado en la Cátedra de Gastronomía y Nutrición de la Universidad de Castellón, donde llevó a cabo varios estudios sobre la alimentación de los escolares en dicha provincia, y un proyecto de dos años para mejorar la salud de la comunidad universitaria a través de la alimentación.

En el ámbito de la Gastronomía ha impartido diferentes cursos de cocina, incluido, en el año 2008 Cocina Tradicional Española, a los participantes de la Copa América.

Ha sido ponente en diferentes seminarios y congresos (Los Seminarios del Desierto de Las Palmas, I Congreso Internacional Comer en La Escuela, Barcelona, entre otros) y desarrolla su actividad a través de la asesoría nutricional a empresas, cursos de formación, talleres y conferencias.

Pilar dirige su consulta privada en Castellón.



MIRIAM CARRASCO

Miembro de la Dulce Revolución en Castellón. Trabaja e investiga en un proyecto en el que trata de recopilar la sabiduría popular en relación al tratamiento, la curación y la soberanía alimentaria a través de las plantas locales mediterráneas. También investiga sobre la aplicación de otras fuentes naturales alternativas como son el uso del agua de mar y el dióxido de cloro en el entorno familiar sostenible y ecológico.

PONENTES



FAYNA CURBELO

Cánovas Corporación es una empresa española especializada en la creación y difusión de cursos de formación y desarrollo personal, a precios muy competitivos y con un innovador formato creado para favorecer y potenciar el aprendizaje de sus alumnos, independientemente de su localización o habilidades cognitivas.

Es una compañía creada por y para las personas con el objetivo de impulsar un nuevo modelo de negocio, sólido, equitativo y con futuro. Gracias a un innovador enfoque empresarial, centrado en apoyar y satisfacer a sus socios, pone a su alcance la posibilidad de lograr el desarrollo personal, económico y social que buscan.

Por su clara vocación social y dinamismo, Cánovas Corporación está siempre abierta a la incorporación de nuevos socios con los que continuar su gran crecimiento nacional e internacional.



FRANCIS MONTESINOS

Hace más de 12 años que lo dejó todo para dedicarse sólo a la RISA, colaborando con los principales maestros y escuelas de todo el mundo. Ha sido nombrado varias veces Embajador de la Risa en España.

Todo esto lo convierte en un serio candidato para compartir con nosotros algunas herramientas sobre lo que él mismo llama la RIEsilencia.

MIGUEL BARRERA

Chef en el restaurante *Cal Paradis*, nominado a una estrella Michelin. Vall d'Alba, Castellón (España).

NICOLÁS BARRERAS

Chef en el restaurante *Pou de Beca*. Vall d'Alba, Castellón (España).

BODYWISDOM

Foundation Spain



WWW.BODYWISDOMSPAIN.COM