

PROPOZYCJE SPOTKAŃ TEMATYCZNYCH

prowadzący: mgr. Adam Kasperek

1. Alkohol w kulturze i medycynie - jak stosować, aby sobie nie zaszkodzić
2. Chleb - wszystko, co powinieneś o nim wiedzieć
3. Cholesterol - jak uchronić się przed miażdżycą
4. Cukier - szybko uzależnia i zabija powoli
5. Domowe sposoby na odporność
6. Drzewa - jadalne i zdrowe
7. Ekożywność - jak nie dać się nabrać
8. Jak wybrać suplementy
9. Jedzenie na co zwracać uwagę przy jego zakupie
10. Jelita – jak trwale wzmocnić odporność
11. Kawa i Herbata - wybieraj świadomie
12. Kwiaty - jadalne i zdrowe
13. Mięso - wszystko, co powinieneś o nim wiedzieć
14. Mleko - wszystko, co powinieneś o nim wiedzieć
15. Naturalne kosmetyki - jak przygotować je w domu
16. Naturalne lekarstwa czyli czym zastąpić leki z apteki
17. Naturalne sposoby na ból
18. Naturalne sposoby na dobry słuch
19. Naturalne sposoby na odporność
20. Naturalne sposoby na wzdęcia i zaparcia
21. Naturalne sposoby na zdrową śledzionę
22. Naturalne sposoby na zdrową trzustkę
23. Naturalne sposoby na zdrową wątrobę
24. Naturalne sposoby na zdrowe nerki
25. Naturalne sposoby na zdrowe serce

26. Naturalne sposoby na zdrowy pęcherz
27. Nowotwory - jak uchronić się przed rakiem
28. Oczy - ćwiczenia i rośliny na dobre wzrok
29. Relaksacja - Twoją drogą do zdrowia\
30. Suplementy (nie) zbędne dla zdrowia / Czego naprawdę potrzebujemy
31. Szczepionki - jak szczepić aby być zdrowy
32. Toksyny - o czym nie mówią w reklamach
33. Uzdrawiająca Moc Oddechu
34. Uzdrawiająca Moc Jedzenia
35. Uzdrawiająca Moc Myśli
36. Uzdrawiająca Moc Ruchu
37. Uzdrawiająca Moc Snu
38. Uzdrawiająca Moc Wody
39. Siedem Filarów Zdrowia
40. Uzdrawiająca Moc Oczyszczania
41. Zabiegi wodne i receptury doktora Sebastina Kneippa
42. Zęby - warto o nie dbać, nie warto ich leczyć
43. Przepisy na zdrowie, czyli naturalne sposoby na zdrowie
44. Dieta dr. Jana Kwaśniewskiego, jak stosować, żeby sobie nie zaszkodzić
45. Dieta dr. Ewy Dąbrowskiej, jak stosować, żeby sobie nie zaszkodzić
46. Dieta Maxa Gersona, jak stosować, żeby sobie nie zaszkodzić
47. Jak być szczęśliwym
48. Jak leczyć się sokami
49. Jak oczyszczać się sokami
50. Jak pozbyć się toksycznych ludzi
51. Jak spełnić swoje marzenia
52. Jak wytrwać w postanowieniach
53. Naturalne sposoby na zwiększenie energii życiowej
54. Naturalne sposoby na ból gardła i chrypkę
55. Naturalne sposoby na polepszenie apetytu

56. Naturalne sposoby na Libido i sprawność seksualną
57. Naturalne sposoby na higienę umysłu
58. Naturalne sposoby przeciw skutkom stresu
59. Ocet jabłkowy – kluczem do zdrowia
60. Szczęśliwy znaczy zdrowy

**Oczywiście jesteśmy otwarci na Państwa propozycje
oraz zapotrzebowanie tematyczne...**

Organizujemy również warsztaty edukacyjne dla dzieci i rodzin oraz zajęcia z Wrap-Dance (choreoterapii). Szczegóły na stronie www.HolisticPrograms.pl



www.HolisticPrograms.pl
szkolenia@holisticprograms.pl
mgr Adam Kasperek 504-509-977