

7 FILARÓW ZDROWIA DLA ŚWIADOMYCH RODZICÓW

(zapewniamy opiekę animatora dla dzieci)

Cykl spotkań obejmuje 7 spotkań po 2,5h

Z miłości do naszych najbliższych chcielibyśmy im dawać wszystko co najlepsze.

Kochamy swoje pociechy i pragniemy by były zdrowe i dobrze się rozwijały.
Dzisiejszy świat jednak, nie jest tym, który był dawniej. Środowisko, w którym żyjemy coraz bardziej staje się zanieczyszczone. Warto więc wiedzieć, co zrobić by ustrzec się przed oddziaływaniem tych negatywnych czynników.

Ze spotkań dowiesz się między innymi:

- Jak wybierać dobre i zdrowe jedzenie.
- Jak właściwie dbać o nawodnienie i co właściwie pić.
- Jak poprawić jakość powietrza, którym oddychamy w naszym domu lub pracy.
- Jak nauczyć dziecko spać i samemu wstawać wyspanym i pełnym sił.
- Jak wzmocnić swój układ odpornościowy i poprawić oczyszczanie naszego organizmu.
- Jak zmienić nasze myślenie i swój styl życia.

Inwestycja w wiedzę to dobry wybór.

Najlepszym jest jednak inwestycja w wiedzę o naszym zdrowiu!

Cena: ~~149 zł~~ 99.00 zł – cena obejmuje udział w zajęciach teoretycznych i warsztatowych, materiały szkoleniowe, zaświadczenie, przerwy kawowe, materiały do zajęć plastycznych dla dzieci oraz rabat 20% na dowolny produkt ze sklepu Holistic Programs

Rejestracja:

Online - szkolenia@holisticprograms.pl

Telefonicznie - + (48) 504-509-977

Max. Ilość uczestników: 12 osób

Miejsce szkolenia:

*Świętochłowiec – „Centrum Terapii i Edukacji Horyzont

Terminy spotkań:

www.HolisticPrograms.pl
szkolenia@holisticprograms.pl
504-509-977

**SZKOLENIE
z serii "7 Filarów"**

czas trwania 2,5h

UZDRAWIAJĄCA MOC WODY

Niniejsze szkolenie oparte jest o autorski program profilaktyczny „Siedem Filarów Zdrowia”. Jest jednym z siedmiu modułów tego programu. Woda stanowi 70% masy ciała dorosłego człowieka, 80% objętości mózgu, a nawet 75% naszych mięśni. To z niej zbudowane są wszystkie nasze komórki. Dlatego to, czym i jak się nawadniamy jest ogromnie ważne dla zachowania naszego zdrowia. Uzdrawiająca Moc Wody to jeden z najważniejszych filarów Twojego zdrowia i szczęścia.

**SZKOLENIE
z serii "7 Filarów"**

czas trwania 2,5h

UZDRAWIAJĄCA MOC SNU

Niniejsze szkolenie oparte jest o autorski program profilaktyczny „Siedem Filarów Zdrowia”. Jest jednym z siedmiu modułów tego programu. Skoro przesypiamy średnio 1/3 swojego życia, to warto zadbać, aby był to czas efektywnie wykorzystany. Jest to wręcz dla nas niezbędne, aby pozostałe 2/3 czasu, były przeżyte przez nas dobrze i zdrowo. Uzdrawiająca Moc Snu to jeden z najważniejszych filarów Twojego zdrowia i szczęścia.

**SZKOLENIE
z serii "7 Filarów"**

czas trwania 2,5h

UZDRAWIAJĄCA MOC JEDZENIA

Niniejsze szkolenie oparte jest o autorski program profilaktyczny „Siedem Filarów Zdrowia”. Jest jednym z siedmiu modułów tego programu. Już Hipokrates głosił, że: „Jesteś tym co jesz”, tłumacząc, że: „Wszystkie choroby przychodzą do człowieka przez jego usta wraz z pożywieniem”. Dlatego to, czym i jak się odżywiamy jest ogromnie ważne dla zachowania naszego zdrowia. Uzdrawiająca Moc Jedzenia to jeden z najważniejszych filarów Twojego zdrowia i szczęścia.

**SZKOLENIE
z serii "7 Filarów"**

czas trwania 2,5h

UZDRAWIAJĄCA MOC ODDECHU

Niniejsze szkolenie oparte jest o autorski program profilaktyczny „Siedem Filarów Zdrowia”. Jest jednym z siedmiu modułów tego programu. Bez tlenu nie jesteśmy w stanie przeżyć dłużej, niż 4 minuty. Już po tak krótkim czasie dochodzi bowiem do nieodwracalnych zmian w naszym mózgu. Dlatego to, czym i jak oddychamy jest ogromnie ważne dla zachowania naszego zdrowia. Uzdrawiająca Moc Oddechu to jeden z najważniejszych filarów Twojego zdrowia i szczęścia.

**SZKOLENIE
z serii "7 Filarów"**

czas trwania 2,5h

UZDRAWIAJĄCA MOC RUCHU

Niniejsze szkolenie oparte jest o autorski program profilaktyczny „Siedem Filarów Zdrowia”. Jest jednym z siedmiu modułów tego programu. Badania wskazują jednoznacznie, że ruch jest ważniejszy od tego, co jemy. Wśród ludzi odżywiających się zdrowo, a nie zapewniających odpowiedniej ilości i rodzaju ruchu, stwierdza się gorszy stan zdrowia. Uzdrawiająca Moc Ruchu to jeden z najważniejszych filarów Twojego zdrowia i szczęścia.

**SZKOLENIE
z serii "7 Filarów"**

czas trwania 2,5h

UZDRAWIAJĄCA MOC OCZYSZCZANIA

Niniejsze szkolenie oparte jest o autorski program profilaktyczny „Siedem Filarów Zdrowia”. Jest jednym z siedmiu modułów tego programu. W dzisiejszych czasach nagromadzenie toksyn w środowisku, jest tak duże, że musimy wspomóc swoje naturalne mechanizmy samooczyszczania się organizmu. Dlatego to, czym i jak się oczyszczamy jest ogromnie ważne dla zachowania naszego zdrowia. Uzdrawiająca Moc Oczyszczania to jeden z najważniejszych filarów Twojego zdrowia i szczęścia.

**SZKOLENIE
z serii "7 Filarów"**

czas trwania 2,5h

UZDRAWIAJĄCA MOC MYŚLI

Niniejsze szkolenie oparte jest o autorski program profilaktyczny „Siedem Filarów Zdrowia”. Jest jednym z siedmiu modułów tego programu. Najnowsze badania biologów komórkowych potwierdzają że, nasze geny kontrolowane są poprzez sygnały pochodzące z myśli i emocji. Oznacza to, że to jak myślimy, wpływa bezpośrednio na stan naszego zdrowia, a nawet na terapię i leczenie. Uzdrawiająca Moc Myśli to jeden z najważniejszych filarów Twojego zdrowia i szczęścia.