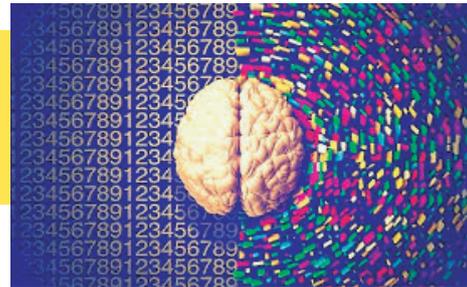


# REALIZZARE



# CIO' CHE VUOI

## RISPETTANDO CIO CHE SEI



### SEMINARIO PIU' PRATICO CHE TEORICO

Lo stress di ogni giorno e il ritmo frenetico della società stanno costringendo il nostro corpo a REAGIRE basandosi su un SISTEMA FISILOGICO ATTACCO-FUGA (adrenergico) che lascia NEL SISTEMA CORPO-MENTE SCORIE, STANCHEZZA, FRUSTAZIONE, e ci allontana dal nostro centro e dal realizzarci pienamente. Le relazioni con figli o genitori si fanno più acide, i bambini crescono agitati o scontenti, i sintomi (ansia, insonnia, cattiva digestione, deconcentrazione, intolleranza e scatti d'ira anche ai primi contrasti) vengono spesso sottovalutati ponendo le basi di disturbi fisici ed emotivi che rischiano di diventare PATOLOGIE.

**Il seminario tratterà 3 aspetti fondamentali per AIUTARTI A RICONNETTERTI AL TUO EQUILIBRIO E SENTIRE NUOVAMENTE SODDISFAZIONE NELLA TUA GIORNATA**



**Nutriceutica, energetica, alcalinizzazione del proprio corpo: Difendere le difese!**



**Con noi stessi, con i figli, sul lavoro: Comunicare efficacemente!**



**Gestione dello stress: Cosa fare in pratica!**



#### **Strumenti e orari del corso:**

*Un giornata dedicata a te stesso: sistemazione in aula ore 9.15, inizio 9.45, termine alle ore 18.30, coffe break mattutino inclusi nel prezzo.*

*Indossare abbigliamento comodo, portarsi uno spuntino leggero per il pranzo, un plaid e un guanciaie.*

*Quota di partecipazione euro 123 iva esclusa, per chi s'iscrive in coppia usufruisce del 20% di riduzione procapite, si accettano iscrizioni fino a 7 giorni prima della data prescelta.*

*Per chi si iscrive 20 giorni prima il 15 % di "riduzione fedeltà" sulla quota base.*

**Date del Corso : 23 marzo, 23 aprile, 23 maggio, 23 giugno 2018**



Info e iscrizioni D.ssa Marzia Lucherini  
Nutrizionista - Naturopata - Life Coach (by PNL) - tel 3388457714 - [www.risultatistupendi.it](http://www.risultatistupendi.it)

