

ZDRAVÁ VÝŽIVA

TERMÍNY SEMINÁŘŮ - ročník 2020 - PRAHA

1. ročník (r. 2020) – 5 pátečních podvečerů zdravého vaření v praxi
2. ročník (r. 2021) – 4 víkendy teorie + 1x vaření

POČET SEMINÁŘŮ:	TERMÍNY r. 2020 /vždy pátek	TÉMA VAŘENÍ V PRAXI: Lektoruje Štěpánka Pfliegerová
1. / 4 hodiny	21. únor 2020	LEDVINY, MOČOVÝ MĚCHÝŘ - vztahy, strachy, smutky
2. / 4 hodiny	24. duben 2020	JÁTRA, ŽLUČNÍK - barometr naší nálady, náš osobní energizer a generál
3. / 4 hodiny	19. červen 2020	SRDCE A TENKÉ STŘEVO - aneb chci se radovat a smát, protože je to dobré pro mě i mé srdce
4. / 4 hodiny	25. září 2020	SLEZINA, SLINIVKA A ŽALUDEK - cesta do středu země aneb za vším hledej lásku
5. / 4 hodiny	27. listopad 2020	PLÍCE, TLUSTÉ STŘEVO, KŮŽE - dávat a brát, svobodně komunikovat a žít

2. ročník (r. 2021) – 4 víkendy teorie + 1 páteční podvečer vaření v praxi

POČET VÍKENDŮ:	TÉMA:	LEKTORUJE:
páteční podvečer vaření v praxi 4 hodiny	DETOXIKAČNÍ SEMINÁŘ nejen PRO JÁTRA A ŽLUČNÍK aneb Chceš být zdravý ? Uklid' si!	Štěpánka Pflegerová
1.	PSYCHOLOGIE	PhDr. Jonáš Habr
2.	SOMATOPATOLOGIE základy fungování lidského těla ve vztahu k duchovním příčinám nemocí	MUDr. Alexandra Kovářová
3.	LÉČBA STRAVOU A ŽIVOTEM	Štěpánka Pflegerová
4.	VNITŘNÍ SOUVISLOSTI VITAMÍNŮ, MINERÁLŮ A STOPOVÝCH PRVKŮ PREVENCE A LÉČBA NADVÁHY aneb VÝŽIVOVÉ PORADENSTVÍ Z HLEDISKA PŘÍČINNÝCH SOUVISLOSTÍ	Bc. Lenka Votavová