

# CAMÍ DE SALUT

Dirigit a persones que volen aprofundir en el coneixement d'elles mateixes i prendre part activa en el seu procés de curació.

La salut i la malaltia són experiències que formen part de la Vida en la que estem immersos amb tot el que som. En aquest curs caminarem per aquest camí experimentant i prenent consciència del nostre cos, les nostres emocions, els nostres pensaments, i d'altres mecanismes subtils que influeixen en la salut.

Per fer-ho, es facilitaran coneixements teòrics, i es suggeriran unes tasques a realitzar per aprofundir en l'experiència del que estem treballant.

TREBALLAREM DE MANERA MOLT PRÀCTICA SOBRE:

- Salut, malaltia i Vida
- Necessitats del cos físic pel seu equilibri
  - Consciència de les meves emocions
- Resistències emocionals i emocions curatives
  - Consciència dels meus pensaments
- Resistències mentals i pensaments curatius
- Alimentació saludable i altres formes d'aliment
  - Donant-me el que necessito vs addiccions
    - La saviesa del cos
    - Escollir teràpia i terapeuta, si cal
  - Sanar-nos nosaltres per sanar el món
- Visualitzacions, respiració conscient i meditació
  - I molt més...



Teresa Garcia,  
metgessa homeòpata i  
terapeuta neural

6 Dilluns de 17 a 20 h  
(30 set, 14 i 28 oct,  
11 i 25 nov i 9 des)

Preu 30 euros cada sessió,  
o 160 eur preu global  
pagat a l'inici del curs  
(bonificació 20 eur).

Més informació i inscripcions

[cursosflorir@gmail.com](mailto:cursosflorir@gmail.com) · 93 727 80 68