Szkolenie: **Twoja osobowość kluczem do zdrowia i sukcesu**

Prawidłowe żywienie stanowi jeden z głównych czynników wpływających na utrzymanie przez człowieka dobrego stanu zdrowia. Powinno być ono zgodne z określonymi potrzebami organizmu, gdyż niedobór energii i składników pokarmowych prowadzi do różnych schorzeń. Aby skutki złego odżywiania nie okazały się nieodwracalne, dobór diety powinien być prowadzony indywidualnie, bowiem indywidualny dobór diety warunkuje realizację pożądanego efektu końcowego tzn. zachowania szeroko rozumianego zdrowia.

Szkolenie: **Twoja osobowość kluczem do zdrowia i sukcesu**

1. Dieta jako czynnik wzmocnienia osobowości

2. Pismo tajnikiem naszego Ja

Szkolenie to pomoże Ci dopasować dietę do Twojej osobowości przy równoczesnym uwzględnieniu nawyków, rytmu dobowego, potrzeb organizmu, trybu życia i przyzwyczajeń. Dodatkowo przy pomocy swojej próbki pisma uzyskasz informacje o Twoich ukrytych możliwościach, talentach i predyspozycjach jakimi dysponujesz, a z których nie zawsze zdajesz sobie sprawę i co z tymi informacjami dalej robić, jak je w swoim życiu wykorzystać.

Cykl: 2 spotkania po 2 godz.

Cena za 1 spotkanie 150 zł.

Możliwość konsultacji po szkoleniu

Terminy: do uzgodnienia

Skype: astreaps

Dodatkowe usługi:

- masaż relaksacyjny głowy - 50 zł

- porada psychologiczna - 50 zł

Słowa klucze:

Prawidłowe żywienie, zdrowie, niedobór energii, dobór diety, potrzeby organizmu, pismo, predyspozycje, talent, kurs, szkolenie, warsztaty, możliwości, odżywianie