

## **Figa zaprasza**

Marzena Żeber, 25.09.2009

28 września (poniedziałek) godz. 18.00-19.30 Figa zaprasza na warsztat, który pomoże Tobie i Twojemu dziecku zdrowo przejść przez okres jesienno-zimowy. Koszt 40 zł, dla uczestników warsztatów figielkowych 30% zniżki.

"Katarek i kaszelek", czyli o odporności przedszkolaka.

Czy wiesz, że małe dzieci chorują przynajmniej 8 razy do roku, za to wszystko odpowiedzialny jest układ odpornościowy, który w 80% stanowi 300-600 metrów kwadratowych twoich jelit i 2 kg twoich własnych bakterii&hellip;

A jak na to wpływa stres? I czy wiesz z jaki rodzaj stresu przeżywa przedszkolak i jak mu przeciwdziałać?

Możesz to zmienić:

- poszukując prawdziwych przyczyn choroby
- jeśli szanujesz prawa przyrody i odżywasz rodzinę zgodnie z porą roku
- obniżasz poziom stresu, rozmawiając z Twoim dzieckiem - zachowując spokój i stanowczość
- umiesz dostrzec jego problemy i wiesz jak pomóc mu je odreagować

Prowadzą:

Emilia Lorenc - mama Marysi, Kasi i Franka. Ukończyła analitykę medyczną na CMUJ. Od 15 lat zajmuje się leczeniem żywieniowym. Ukończyła Studia Podyplomowe z Poradnictwa Żywieniowego i Dietetycznego, wciąż zgłębia swoją wiedzę z medycyny chińskiej, w tym odżywianie według pięciu przemian. Obecnie wspiera pacjentów w Instytucie Medycyny Integracyjnej.

Katarzyna Susz - mama Zuzi i Szymona, psycholog, psychoterapeuta, ukończyła Kurs Systemowej Terapii Rodzin, obecnie nadal szkoli się w celu uzyskania certyfikatu psychoterapeuty Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego, przez ostatnie trzy lata pracowała w Ośrodku Terapii i Poradnictwa Rodzinnego na Nowej Hucie, współpracowała z Ambulatorium Terapii Rodzin przy Klinice Dorosłych CMUJ, obecnie na etapie otwierania własnej praktyki.

Figa s.c.

ul. Lea 179, Kraków

e-mail: [figa@figa.krakow.pl](mailto:figa@figa.krakow.pl)

**Źródło: Aga Nuckowska, Figa**