

Taller Alimentación y cocina simbiótica. 2 dic 21



“Alimentación y cocina simbiótica, el nuevo paradigma de la salud” 2 diciembre 2021. 19 a 21h DIRECTO y ONLINE. Aprovecha 40% descuento BLACK FRIDAY hasta 29 nov 21!!

Calificación: Sin calificación

Precio

\$51.34

\$30.80

[Haga una pregunta sobre este producto](#)

Descripción

Taller ONLINE “Alimentación y cocina simbiótica, el nuevo paradigma de la salud”

2 diciembre 2021. 19 a 21h DIRECTO y ONLINE

En este taller tendrás la oportunidad de profundizar en:

¿Qué son los Pre y Probióticos? ¿Para qué sirven? ¿Dónde podemos encontrarlos?

¿Para qué los necesita nuestro cuerpo y mente?

Aprende a cocinar tu propia salud

Taller teórico y practico, en el que aprenderás de forma sencilla:

La diferencia entre pre y probióticos.

Como funcionan en nuestro cuerpo y porque son tan importantes para nuestra salud.

La directa relación entre la microbiota y las enfermedades del siglo XXI

Veremos ejemplos de alimentos pre y probióticos necesarios en tu menú semanal.

Recetas practicas para elaborar en casa tus propios probióticos (fermentos naturales) y crear tus propios platos de cocina simbiótica.

Suplementación de calidad cuando tu cuerpo lo requiera.

Sobre Carolina Morán:

Carol es una profesional Inspiradora, positiva y motivadora que te ayudará a transformar tu vida para sentirte más feliz. Trabaja pilares tan importantes como la Alimentación, la Cocina, Conocimiento de tu cuerpo y la importancia de como nos afectan directamente, todos los elementos que nos rodean diariamente, a nuestra salud y equilibrio.

Tras casi 20 años trabajando en el sector industrial decidió formarse y dedicarse a su pasión:

- *Ecochef especialista en cocina plantbased, energética, vital y terapéutica.*
- *Coach en nutrición holística e integrativa.*
- *Enamorada y formada en Aceites esenciales y aromaterapia.*
- *Consultora Well Ap: Casas y espacios sanos . "Si cuidas de tu casa, ella cuidará de tí"*

"La calidad de nuestros alimentos influye en la calidad de nuestros pensamientos"

EQUIPO NECESARIO:

Unos días antes del taller recibirás unas recomendaciones respecto a ingredientes y utensilios por si quieres realizar la parte práctica a la vez que nuestra chef.

APORTACIÓN:

30 €. Aprovecha 40% descuento! (Precio real: 50 €)

FECHA Y HORARIO:

Jueves 2 de diciembre 21

De 19:00 - 21:00 h

CONTACTO:

Teresa Moroño 630 680 145

teresa@micursomindfulness.com

PLAZAS LIMITADAS!!

Comentarios. Debes estar registrado en "Mi cuenta" (abajo) para poder comentar.

Aún no hay comentarios para este producto.