

## PRESENTACIÓ DEL PROGRAMA DE



## MEDICINA PREVENTIVA I AUTOGESTIÓ DE LA SALUT

**Dissabte, 24 de febrer a La Caseta de 12:00 a 14:00h.**

A càrrec d'Oriol Checa, llicenciat en Biologia per la UAB, titulat en Medicina Tradicional Xinesa, titulat en Naturopatia, diplomat en Bioenergètica, professor de Meditació i Respiració. Més de 15 anys d'experiència com a terapeuta.

*"Fa 50 anys era impensable rentar-se les dents 3 cops al dia; d'aquí 20 anys serà impensable no depurar els nostres òrgans interns"*

**Aprenderàs a cuidar de la teva salut a través de la Medicina Tradicional Xinesa i la Naturopatia.**

Us convidem a la presentació del Programa de Medicina Preventiva i Autogestió de la Salut, un programa pensat per millorar la teva salut i els teus hàbits de vida, adquirint eines pràctiques per millorar el teu benestar. El programa es basa en la revisió dels hàbits de vida, com ara la dieta, el descans, l'activitat física... entre d'altres factors que condicionen el teu estat de salut.

A més, s'hi fa èmfasi en diferents tècniques Detox per aprendre a eliminar toxines del teu cos.

**La presentació és gratuïta, però cal reservar plaça aquí:**

**[espaiadults@la-caseta.com](mailto:espaiadults@la-caseta.com)**

LA CASETA  
C/ Mateu,16  
Barcelona 08012  
Metro –Fontana L3