

WEBINAR di MARTIN HALSEY

Corsi del mercoledì sera

Primavera-Estate 2026

13.05 Webinar gratuito

Il **fegato** al centro della salute: riconoscere i segnali e migliorare il benessere in modo naturale

27.05 Dimmi dove ti fa male: come **interpretare il dolore** e trovare rimedi efficaci. Con e-book Curarsi in casa.

10.06 Focus salute: **stomaco e duodeno**

Come riconoscere e trattare acidità, indigestione, Helicobacter, ulcere e disturbi emotivi correlati



17.06 Macrobiotica e **prevenzione oncologica**. 10 piatti e 10 abitudini fondamentali per proteggersi e ridurre il rischio di recidive

24.06 Cellulite: Strategie macrobiotiche per sciogliere grasso e cellulite in estate

01.07 Impacchi e rimedi naturali. Come e quando utilizzare tofu, cavolo, zenzero, patate e argilla per il benessere quotidiano

08.07 Sintomi insoliti da non ignorare. Afte, occhi secchi, prurito vaginale, digrignamento, singhiozzo e altri segnali del corpo

05.08 Minerali e oligoelementi nella dieta macrobiotica. Come garantire il giusto apporto di ferro, calcio, zinco, magnesio, iodio e selenio (con **Jane Quincannon**)

26.08 Benessere **femminile** naturale. Approccio macrobiotico a fibromi, cisti, endometriosi, cistiti e candida

09.09 I tre **pilastri della salute**: fegato, pancreas e reni. Come riconoscere gli squilibri e riportarli in equilibrio

23.09 Prepararsi alla **stagione dei virus**. Strategie naturali di prevenzione + e-book dedicato



Insieme alla registrazione di ogni corso viene inviato un video aggiuntivo di 30 minuti basato sui principi della macrobiotica, applicando le dinamiche di yin e yang nella vita quotidiana. I principali argomenti trattati sono quindi la relazione tra alimenti e corpo umano, i principi dell'armonia e dell'equilibrio tra l'uomo e la natura, la sessualità umana, l'evoluzione, l'anatomia, la cucina e il denaro.

Per info e iscrizioni: **3485800869**

info@lasanagola.com - www.lasanagola.com/eventi