

NUEVO MONOGRÁFICO A DISTANCIA

LOS DESARREGLOS DIGESTIVOS, INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS, CELIAQUÍA Y CANDIDA



- ¿Tienes desarreglos digestivos y deseas saber el por qué todo te sienta mal?
- Descubrir lo que tu cuerpo necesita para tener **SALUD, ENERGÍA y VITALIDAD**.
- ¿Qué alimentos son los adecuados con tus intolerancias alimenticias y alergias?
- ¿De qué forma puedes combinar los alimentos para que te sienten bien?
- ¿Necesitas apoyo para tu cambio y no sabes por dónde empezar?
- ¿Qué puedes comer si eres intolerante al gluten/celiac@?
- O descubrir el camino de vuelta a la salud intestinal y buena absorción.
- ¿Qué pautas alimenticias seguir con candida?
- ¿Deseas tener un planning que te guíe durante dos semanas completas con todas tus comidas del día?

¡Tenemos este monográfico del SISTEMA DIGESTIVO y sus desarreglos, INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS, CELIAQUÍA y CANDIDA especialmente diseñado para ti!

Un creativo y motivador programa para que entiendas las necesidades de tu sistema digestivo y su equilibrio.



Sabemos que nuestro sistema digestivo es nuestro segundo cerebro. Si digerimos y absorbemos bien, también mejorará nuestra claridad mental, concentración y energía vital.

Es un programa que te apoya en tu cambio y auto transformación.

Un curso didáctico, con gran cantidad de herramientas, tanto a nivel teórico, visual y auditivo para que aprendas a alimentarte.

Dos semanas completas de menús equilibrados: DESAYUNO, SNACKS Y TENTempiés MATINALES, COMIDA Y CENA, para que puedas disfrutar tanto de variedad, como de salud digestiva.

CONTENIDO:

1. INTRODUCCIÓN A LA ALIMENTACIÓN NATURAL Y ENERGÉTICA
2. LA TRANSFORMACIÓN EMPIEZA AHORA
3. EL SISTEMA DIGESTIVO
4. LAS COMBINACIONES DE LOS ALIMENTOS
5. LA FLORA INTESTINAL + PREBIÓTICOS Y PROBIÓTICOS
6. LOS DESARREGLOS DIGESTIVOS
7. CELIAQUÍA
8. CANDIDA
9. ALERGIAS E INTOLERANCIAS ALIMENTARIAS
10. LA PERSONA MÁS IMPORTANTE DE TU VIDA
11. PLANNING IMPRIMIBLE PARA 14 DÍAS
12. RECETAS POR ESCRITO
13. RECETAS CON FOTOS PASO A PASO
14. EL POR QUÉ DE LAS RECETAS PASO A PASO

METODOLOGÍA:

- Documentación en pdfs de la parte teórica del tema: sistema digestivo, desarreglos, intolerancias y alergias alimentarias, celiacía y candida.
- Un power point con las bases de una alimentación sana y equilibrada.
- Un power point con los temas: sistema digestivo, desarreglos, intolerancias y alergias alimentarias, celiacía y candida.
- Dos audios:
 - Introducción sobre el sistema digestivo y sus desequilibrios
 - Introducción a la alimentación energética
- 14 plannings imprimibles de dos semanas de desayunos, segundos desayunos, de comidas y cenas completas
- Documento en pdf de todas las recetas por escrito.
- Documento en pdf de todas las recetas- con FOTOS paso a paso

¡Ya ha llegado tu momento, no tengas miedo al cambio, eres la
persona más importante en tu vida!

¡Invierte en tu salud, te lo mereces!



PRECIO: 95 euros (PROMOCIÓN NOVEDAD)

INFORMACIÓN Y RESERVAS: 618 28 74 84

WEB: www.montsebradford.es

APP MOVIL GRATUITA: Alimentación Energética

