

Filia w Przyworach

07.10.2014 roku – spotkanie Dyskusyjnego Klubu Książki

Temat spotkania: „Ciało i ducha ratować żywieniem”

Zaproszony gość – dietetyk Ewa Kocowska

Wiadomo jest, że człowiek jako istota biologiczna pozostał na przestrzeni wieków niezmienny, jego komórki mają wciąż te same potrzeby pod względem składników pokarmowych, co przed tysiącami lat. Jeżeli odejście od natury byłoby przyczyną chorób cywilizacyjnych, zatem naturalne pożywienie mogłoby być przykładem leczenia przyczynowego tych chorób. Podstawowym wskazaniem do diety jest promocja zdrowia, czyli stosowanie diety u ludzi zdrowych celem wzmocnienia zdrowia, oczyszczenia z toksyn, zwiększenia energii, poprawy snu, odmłodzenia, większej wydolność psychofizycznej organizmu, poprawy pamięci, kojarzenia, wyciszenia, większej duchowości, radości itp.

