



I mille benefici dell'Idrocolonterapia

Una metodica tutta naturale per la cura dell'intestino e il benessere di tutto l'organismo, perché come dicevano gli antichi *la salute viene dalla pancia*

a cura di **Valentina Bigolaro** e **Massimo Banci**

Un percorso di 4 incontri, un lunedì al mese, per conoscere come funziona il nostro intestino e come il suo stato di salute sia correlato al benessere di tutti gli altri organi del corpo. L'intestino svolge innumerevoli funzioni ed è oggi considerato il nostro "secondo cervello": è scientificamente provato il suo diretto collegamento con il sistema nervoso centrale e con il sistema immunitario di cui influenza e modula l'attività. Il microbiota, la popolazione di microrganismi che lo popola, supera di gran lunga in numero quello delle cellule dell'intero organismo e un suo disequilibrio è relazionata al malfunzionamento dell'intestino stesso e all'insorgere di numerose patologie a carico di altri organi e sistemi.

In ognuno dei 4 incontri approfondiremo un tema in particolare collegato alla salute dell'intestino; saranno date indicazioni e consigli su cosa possiamo fare per depurare l'intestino e mantenerlo ben funzionante attraverso la pratica dell'Idrocolonterapia, una metodica tutta naturale per la pulizia profonda, la disintossicazione e la riabilitazione dell'intestino e per la salute di tutto l'organismo. Parleremo inoltre dell'utilizzo di fitoterapici mirati, di sana alimentazione e di corretto stile di vita quali complementi indispensabili al ripristino della buona salute intestinale e generale.

CALENDARIO DEGLI INCONTRI

1° INCONTRO Lunedì 18 febbraio

IDROCOLONTERAPIA E DISTURBI INTESTINALI

2° INCONTRO Lunedì 18 marzo

IDROCOLONTERAPIA E DEPURAZIONE PRIMAVERILE

3° INCONTRO Lunedì 15 aprile

IDROCOLONTERAPIA E PROBLEMATICHE ALLERGICHE

4° INCONTRO Lunedì 13 maggio

IDROCOLONTERAPIA E DRENAGGIO LINFATICO

Valentina Bigolaro

Infermiera Libero Professionista

specializzata in Idrocolonterapia, Linfodrenaggio Manuale Vodder®,
Rimedi Naturali, Nutrizione e Probiotica.

Operatrice di Educazione al contatto®, Massaggio Biointegrante®,
Massaggio Infantile AIMI®, Biodanza®

Massimo Banci

Farmacista, Titolare di Farmacia e Direttore tecnico di Laboratorio Cosmetico,
specializzato in Chimica e Tecnologia Cosmetica e

Master in Fitoterapia Cinese e Fitoterapia Occidentale in Medicina Integrata

La partecipazione è gratuita. Per iscriversi, inviare una mail all'indirizzo

corsi.sangiorgio@comune.pistoia.it indicando il proprio nome, cognome e numero tessera della biblioteca. Chi non ha un indirizzo di posta elettronica potrà recarsi al banco accoglienza della biblioteca, dove potrà compilare e firmare un apposito modulo cartaceo. Chi non è ancora iscritto alla biblioteca, potrà comunque inviare la richiesta di partecipazione e perfezionare l'iscrizione prima dell'inizio del corso stesso. Le iscrizioni saranno accolte in ordine di arrivo fino al raggiungimento di 30 richieste.

Informazioni: Tel 0573 371600 www.sangiorgio.comune.pistoia.it

febbraio - maggio

2019

ore 17-19

SALA BIGONGIARI

**Biblioteca
San Giorgio**

Via Pertini, Pistoia

