




SAN GIORGIO

Essere in benessere

ovvero il PH in equilibrio acido-alcalino

conversazione con **Cinzia Vaiani**, naturopata

L' Acidosi è una condizione patologica in cui siano prodotte o introdotte in misura superiore alla norma sostanze acide, oppure siano sottratte sostanze alcaline, così che il pH organico tende all' acidità. L'alimentazione moderna è pressoché acida: per ritrovare il giusto equilibrio, dobbiamo mangiare più frutta, verdure e legumi.

La Naturopatia è una disciplina bio-naturale che - attraverso metodi e trattamenti non invasivi, a carattere non sanitario - si propone di migliorare lo stato di benessere dell'individuo. Essa ha come obiettivo il rimuovere la causa che ha generato la malattia e non limitarsi a trattare il sintomo. Attraverso i suoi principi promuove l'importanza del "sentire secondo natura", uno stile di vita che permetta l'ascolto del proprio sè e un approccio non belligerante di fronte alle sintomatologie del corpo e agli stati emotivi.

Mercoledì

10 ottobre 2018
ore 17-18.45

SALA BIGONGIARI
**Biblioteca
San Giorgio**
Via Pertini, Pistoia

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

