

## Els dimarts d'Integral a la Biblioteca Sofia Barat

Lloc: Plataforma virtual ZOOM d'Integral en col·laboració amb la Biblioteca Sofia Barat



### Calendari d'octubre 2020 a juny 2021

Dimarts de 19h.	PROGRAMA
24 novembre 2020	<b>Medicina naturista i immunitat:</b> Causes de les infeccions i consells pràctics des de la dietètica, la fitoteràpia, la hidroteràpia, el canvi d'hàbits... per millorar la nostra immunitat.   <i>Pedro Ródenas, metge naturista.</i> <a href="https://zoom.us/j/96712400523">https://zoom.us/j/96712400523</a>
16 desembre 2020	<b>Visió i aprenentatge. A l'escola, una bona visió és imprescindible!</b> <i>Montserrat Auge Serra, optometrista especialista en teràpia visual.</i> <a href="https://zoom.us/j/96571177797">https://zoom.us/j/96571177797</a>
26 gener 2021	<b>Taller pràctic : Parlem d'estètica natural   Automassatge energètic facial .</b> <i>Aurea Gómez, terapeuta manual.</i> <a href="https://zoom.us/j/94811890811">https://zoom.us/j/94811890811</a>
23 febrer 2021	<b>Coneixem la relació entre nutrició, emocions i sistema immune amb Kinesiologia.</b> <i>Marta Rico, Psicòloga   Kinesiòloga   Naturòpata.</i> <a href="https://zoom.us/j/92606633069">https://zoom.us/j/92606633069</a>
30 març 2021	<b>Límits i rebequeries, com acompanyar-les saludablement?</b> <i>Rosa Chacón Pena, terapeuta familiar, mestra, postgrau en resolució de conflictes Formada en logopedia, mètode Tomatis® i Triformació Pedagogia de l'Escolta</i> <a href="https://zoom.us/j/96327454744">https://zoom.us/j/96327454744</a>

<p><b>27 d'abril 2021</b></p>	<p><b>Com mantenir relaxada la teva mandíbula.</b>  <i>Josep M<sup>a</sup> Charles, fisioterapeuta acupuntor.</i></p> <p><a href="https://zoom.us/j/98585075342">https://zoom.us/j/98585075342</a></p>
<p><b>25 maig 2021</b></p>	<p><b>Parlem de benestar emocional: Com mantenir l'equilibri emocional? Eines i recursos per aconseguir-ho!</b>  <i>M Dolors Pallarès, psicologa.</i></p> <p><a href="https://zoom.us/j/95962507636">https://zoom.us/j/95962507636</a></p>
<p><b>29 juny 2021</b></p>	<p><b>Com tractar la fibromialgia i fatiga crònica amb acupuntura.</b>  <i>Cristina Domingo, metgessa acupuntora . Nerea Huarte, fisioterapeuta acupuntora.</i></p> <p><a href="https://zoom.us/j/97383456767">https://zoom.us/j/97383456767</a></p>