

כיצד להוריד את הסטרס

גוף האדם הוא מכונה מרתקת ויעילה הדורשת שיתוף פעולה של האנטומיה ומערכות הגוף השונות. איברים או רקמות מסוימים שייכים ליותר ממערכת גוף אחת, מכיוון שהם מבצעים מגוון של פעולות ביולוגיות מגוונות. הבריאות הפיסיולוגית תלויה באיזון הפיזיולוגי (הומאוסטזיס), הדבר אפשרי רק כאשר כל מערכות הגוף פועלות בסינרגיה כראוי.

שמנים ארומטיים טהורים והרגלי חיים יכולים לתמוך בתיאום ותפעול בריא של מערכות הגוף!



**ד"ר מיכאל
קונסטנטינובסקי**
רופא ספורט, נירולוג

מתמחה ברפואה טבעית וסדנאות גוף-נפש



ההדרכה מתקיימת באינטרנט בכיתה וירטואלית און ליין ZOOM

בין השעות 20:30 ☒ 22:00

הוראות השתתפות בהדרכה:

1. ראשית מפינים זמן ☒ קשה להתרכז כאשר יש מסביבינו רעשים, לכן מומלץ לשבת במקום שקט
2. מכינים מחברת וכלי כתיבה ☒ אחד המנטורים שלנו אמר פעם "ההיפך מלשכוח זה לרשום:"
3. ומורידים את האפליקציה ZOOM למכשיר ממנו אתם רוצים מתחברים

4. רושמים שם מלא, מייל ומתחברים

<https://zoom.us/j/480240240>