



## LA NATURALEZA, BENEFACTORA Y REPARADORA TERAPEUTICA NATURAL. JORNADAS Y PRACTICA EN CAMPO

### **Objetivos**

---

**El contacto con la naturaleza no es sólo una manera de relajarse. Cuidar nuestros lazos con la red de la vida es garantía de salud y de mayor bienestar.**

El estar rodeado de naturaleza es bueno para la salud, forma parte de la sabiduría popular, del sentido común. Es algo obvio. Sin embargo, los médicos no recomiendan paseos por la montaña o el campo en general, no preguntan qué vistas tenemos desde nuestras casas y la Seguridad Social no nos va a pagar una estancia en una casa de reposo en el campo.

Deberían hacerlo si tuvieran en cuenta los estudios científicos que prueban la profundidad de los efectos que los entornos naturales ejercen sobre el organismo. En muchos casos son más eficaces que las pastillas.

Curarse en contacto con la naturaleza nos sorprende y llama la atención sobre la acción positiva de la naturaleza sobre la salud, es un hecho demostrado científicamente; La naturaleza es una de las mejores terapias reales y preventivas como entre otras cosas también una excelente psicoterapeuta.

La medicina natural recurre desde hace miles de años a las plantas medicinales, a los alimentos o al agua como elementos terapéuticos, pero para que el efecto terapéutico se produzca no hace falta nada más que abandonar el cemento y el asfalto para rodearse de plantas, animales y tierra; respirar, andar y dejar que la mente vague.

**Naturaleza y salud van de la mano ¡Salgamos de casa! La naturaleza nos aporta energía física y mental para abrir los sentidos traspasándonos y vitalizándonos nuestro ser entero.**

### **Destinatarios**

---

Dirigido a todas las personas adultas, padres, educadores y jóvenes ávidos de aprender y vivir una vida más satisfactoria con todos los sentidos y valores.

### **Temario**

---

Se puede adaptar a las necesidades del cliente estando disponibles versiones reducidas y extendidas de los mismos. Disponemos de taller móvil, tanto práctico como teórico.