

Pozývame vás na sériu prednášok o Lifestyle medicíne s doktorkou Andreou Michalkovou



piatok 24. máj 2024 od 18:30 hod.

Jogacentrum, Budatínska 20, vstupné 10 € (7 € zľavnená)

Životným štýlom k zdravému srdcu

- Vedecko - medicínsky potvrdené postupy liečby a prevencie
- Ako predchádzať ochoreniam srdca a možnosti liečby až vyliečenia zmenou životného štýlu
- Strava, cvičenie, stres manažment, sociálne kontakty
- Ako žiť zdravší, spokojnejší a zmysluplnejší život
- Je možné predísť až 80% chronických ochorení správnym prístupom a zmenou životného štýlu

... a nabudúce
"Nádorové ochorenia a životný štýl"



MUDr. Andrea Michalková je všeobecná lekárka pre dospelých s viac ako 10 ročnou praxou.

Od roku 2022 študuje lifestylovú medicínu, vedecko-medicínsky odbor zameraný na holistický prístup k pacientovi, liečenie príčin ochorení na základe medicíny založenej na dôkazoch. Obor študuje v zahraničí – USA a Veľká Británia. Takmer celý svoj život zasvätila zdravému životnému štýlu, zdravej strave, cvičeniu jogy.

"Nie je mi ľahostajné zdravie ľudí, planéty či život zvierat, s ktorými zdieľame spoločný priestor."

