



# Semana de Nutrición y Desintoxicación Integral

## Frutos

Ordenar nuestra vida y recobrar la armonía a través de la escucha de nuestro cuerpo: de nuestras sensaciones, sentimientos, pensamientos y deseos para autosustentarnos con la mayor calidad humana posible.

Vivir la experiencia de sanarnos a nosotros mismos a través de la alimentación, el descanso, productos y terapias naturales, antigimnasia y hábitos saludables para animar el deseo de hacer cambios en nuestra vida ordinaria que nos conduzcan a mayor paz y alegría.

Promover el proceso de reconciliación con nosotros/as mismos/as y las relaciones que tejemos con el mundo y los demás a través del descubrir la angustia que nos generan nuestras heridas y las estrategias que hemos construido a partir de ellas, y alumbrar con nueva luz nuestra historia para recrearnos al calor de la ternura que habita en nosotros aquí y ahora.

Abrir un espacio para discernir qué es, dentro de lo que la vida me ofrece, lo que quiero acoger de ella para integrarme a mí mismo/a, y qué es aquello de lo que me quiero desprender porque me hace daño, de modo que podamos recuperar la vitalidad para recrear la vida y dejar de desperdiciar nuestra energía.

- Terapias 100% Naturales
- Kit de Higiene Personal Productos Naturales y/o Orgánicos
- Meditación
- Alimentación Saludable
- Antigimnasia
- Taller de Cocina Crudi-Vegana
- Taller de Discernimiento Ignaciano, Eneagrama, Reconciliación y Manejo de Sentimientos.

## Fecha

- Entrada el **Domingo 17 de Agosto** a las 4 pm
- Salida **Sábado 24 de Agosto** a las 4 pm

## Costo

- **\$7,800.00** por persona  
(ya incluye hospedaje de 7 días y 6 noches)

## Lugar

- **Kibbutz** (km. 19.5 autopista Querétaro-Celaya, Gto.)

## Informes

Angélica Solís, coordinadora del Kibbutz  
Nextel (461) 133 3240  
Id 52\*251119\*3  
angelica@kibbutz.org.mx

Lic. Aurora Zarzosa Parceró  
Centro Sol y Luna  
Cel 833 112 13 52  
solyluna327@gmail.com