JÓL-LÉT ALAPJAI
Egészség & Életépítő Közösség

EGÉSZSÉGNAP GOSZTOLÁN



2026. 11. 21.
10:00–18:00 ÓRA

Gosztola Gyöngye Hotel vendégeinek:
hétvégi csomagajánlatban

DÉLELŐTT - Női külső-belső szépség



10:00-11:00

Menopausa testi és lelki változásai
Aviva gyakorlati bemutató
Mika Laura *Aviva módszer oktató*



11:00-11:30

Nőiességünk megélése,
kapcsolódás önmagunkhoz
Bognár Boglárka *kineziológus*



11:30-12:00

Holisztikus bőrápolás és keleti harmónia
Hobor Rita *RIMAN Brand Ambassador*



12:00-12:30

Lélekfenológia, természet mint belső térkép
Temesi Hilda *a Lélekfenológia megalkotója*

DÉLUTÁN - Testi-lelki harmónia



13:00-13:45

Hatékony asszertív kommunikáció,
szorongás oldása és az önbizalom erősítése
Ágfalvai Mária *mentálhigiénés szakember*



13:45-14:15

Az illatok ereje, aromaterápia az ideg-rendszer és a hormonális harmónia szolgálatában
Bognár Boglárka *természetgyógyász-fitoterapeuta, aromaterapeuta*



14:15-14:30

Jól-lét Alapjai Közösség,
egészségprevenció és életminőség javítás
Auerné Polgár Koletta *Calivita életmód mentor, anyanavigátor*



14:30-15:15

A gyulladás nyomában, hogyan támogatja a táplálkozás az egészségünket?
F. Demeter Erika *természetgyógyász-fitoterapeuta, táplálkozási szakértő*



16:30-17:30 - 4000 Ft/fő

Hangtálfürdő, testi-lelki harmónia tibeti és kristály hangtálakkal
Bognár Boglárka *hangtálfürdő-terapeuta*

KIÁLLÍTÓK

- Lélekfenológia - kreatív önismereti eszköz
- Aviva módszer oktatói tájékoztató stand
- BEWIT illóolajok, bio információs állapotfelmérés
- RIMAN holisztikus bőrápolás, Arclifting kezelés
- Talpreflexológiai kezelés
- Ásvány-ékszer stand és Asztrológia
- Jól-lét Alapjai Közösség & Calivita stand - vitaminkostoló
- Tanácsadás, frekvenciaterápiás állapotfelmérés
- FénybenLélek kézműves stand - mandala, mécsesek, üvegfestés
- BEMER fizikai érterápia stand

A PROGRAM INGYENES!

Gosztola Gyöngye Hotel - 8978 Gosztola, Fő út 16.
+ 36 30 609 2539 / recepcio@gosztolagyongye.hu

A programváltozás jogát fenntartjuk. A helyszínen fotók és videók készülhetnek.