



## **TALLER: COM COMBINAR ELS ALIMENTS PER PREVENIR MALALTIES**

**Imparteix: Raul Arqueros**

En l'alimentació convencional no es contempla una de les claus més importants per al manteniment de la salut: la compatibilitat dels aliments entre sí.

No obstant, això és de vital importància, sobretot quan s'han manifestat patologies o quan volem prevenir-les. Tots hauríem de saber com combinar els aliments, ja que fer-ho incorrectament és un factor d'acidificació de primer ordre. I l'acidificació és un dels motius de l'aparició de malalties de molts diversos tipus. En aquest taller aprendrem les propietats dels aliments i combinar-los correctament.

### ***Sobre mí***

Fa més de 20 anys que em dedico a la salut, encara que vinc del món de la música. Però les necessitats d'aquell moment em van estimular a estudiar Naturopatia i Iridologia en la Institució d'Estudis Superiors de Naturologia i Biocultura i en el Centre Mèdic Naturista. Des de llavors no he deixat de donar classes. Actualment sóc el coordinador dels cursos de Naturopatia i Musicoteràpia del Centre FAC. Entre els meus alumnes hi ha metges, dietistes, psicòlegs... ja que una visió renovada i integral de la salut amplia la perspectiva convencional. Suposo que per això he sigut convidat en diverses ocasions com a ponent en diferents congressos de medicina i alimentació. També he escrit quatre llibres sobre temes relacionats amb aquestes temàtiques.