

# “SPIRITUAL CHEF” TE INVITA A CONOCER LOS SECRETOS DE LA COCINA MACROBIÓTICA

## TALLER COCINA MACROBIÓTICA

**FECHAS:** 18 y 25 de octubre  
8 y 22 de noviembre

**LUGAR:** Masía La Fassina (Parque del Garraf)

**HORARIO:** De 10:00h a 14:00h

**ORGANIZA:** Live! Hoy comienza una nueva vida

**CONTACTO:** Cristina Porta (629 32 01 82)

[c.porta@mujereslive.com](mailto:c.porta@mujereslive.com)

[www.livehoyempiezoounanueva vida.com](http://www.livehoyempiezoounanueva vida.com)



Los talleres tendrán una introducción teórica pero su finalidad es totalmente práctica.

Preparar menús divertidos, sencillos y nutritivos con los que podemos beneficiarnos de las bondades de la dieta, pero disfrutar de una experiencia gastronómica.

Platos que gustarán a todos, vegetarianos o no.

Acompáñanos y vive la experiencia en un entorno natural privilegiado.



**Imparte: Guadalupe Rodríguez (Spiritual chef)**

experta en macrobiótica y dietas vegetarianas – Profesora senior de Integral Yoga Hatha > El creciente interés hacia la salud y el medio ambiente hace que cada vez más un mayor número de personas se interesen por una alimentación mas sana y natural.