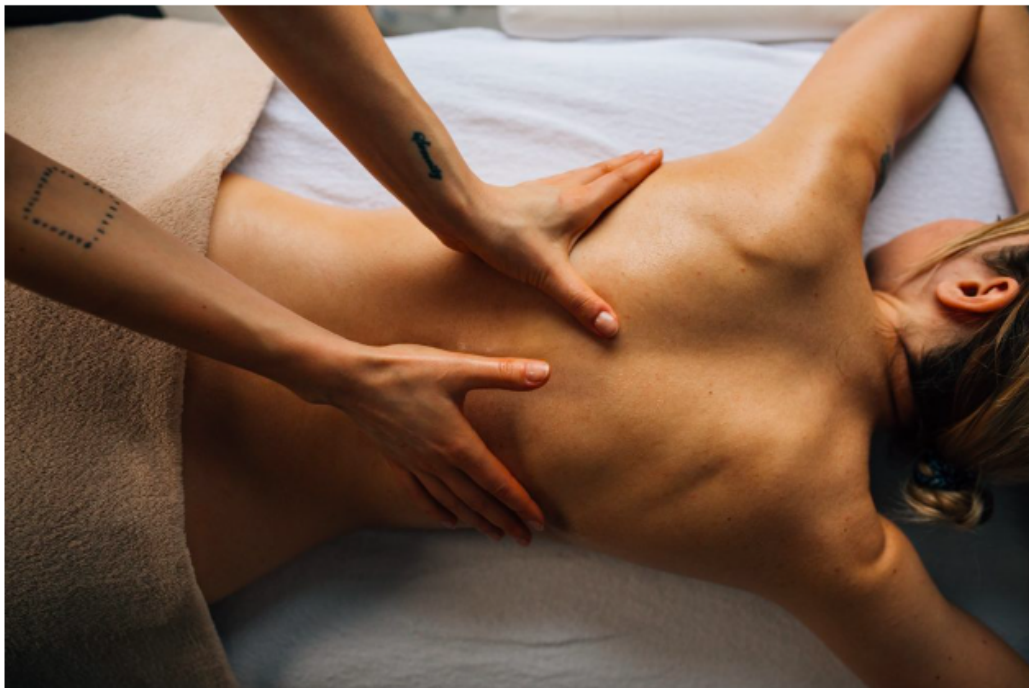


- Medio: Vida Sana
- Fecha: 01-10-2023
- Título: JORNADA DE TERAPIAS NATURALES COFENAT. Una apuesta valiente por la salud natural
- Autor: Vida Sana
- Cita: COFENAT
- Experto: Roberto San Antonio-Abad
- Foto:



JORNADA DE TERAPIAS NATURALES
COFENAT

- Link:
<https://vidasana.org/biocultura-bilbao-jornada-nacional-de-terapias-naturales-cofenat-una-apuesta-valiente-por-la-salud-natural/>

- Texto:

Cofenat es una asociación nacional de profesionales y autónomos de las terapias naturales. En BioCultura Bilbao han organizado una jornada que dará de conocer el sector de las terapias naturales al público. La cita es el sábado 7 de octubre, en BioCultura Bilbao, en la sala 2, dentro del BEC.

A las 10,15, la jornada la inaugurarán Koldo Alonso, presidente de Cofenat en País Vasco, y Roberto San Antonio-Abad, presidente nacional de Cofenat. A las 10,30, la sesión continúa con “El Masaje y su Regulación Emocional”. Una ponencia de técnicas prácticas para ayudar a regular nuestro sistema emocional. Ello implica que se establezca una relación directa entre el trabajo del masajista y la ayuda que se pueda procurar desde esa tarea a las personas usuarias. Técnicas como la reflexología desde el campo emocional, los ajustes emocionales y sus derivadas como el tapping, el masaje metamórfico o la versión emocional del quiromasaje... han demostrado ser viables para ayudar a salir de procesos cuyo origen se remonta a que somos una unidad somato-emocional. Ponente: Alex Herrero Lozano.

PROCESOS AUTOCURATIVOS

A las 11,30, “Programa de Mejora Personal: La Respuesta Biológica del Bienestar”. Técnicas para aumentar la energía y el enfoque positivo. Se crearán espacios para conectar el sistema nervioso parasimpático y que ello ayude a estimular los procesos autocurativos del cuerpo y la mente. Ponente: Koldo Alonso.

FLORES DE BACH

A las 12,30h, “Flores de Bach y el Control de las Emociones”. Los procesos emocionales están estrechamente relacionados con los problemas físicos. A veces son causa y, en otras ocasiones, son consecuencia de estos. Dentro de las ramas de terapias naturales existen numerosas técnicas para abordarlos. Una de las más valiosas es las Flores de Bach, una

técnica que nos permite gestionarnos emocionalmente cuando estamos saturados, preocupados, nerviosos... Ponente: Yasmín Herrero.

VIVIR SIN DOLOR: ACUTOMO

A las 13,30h la sesión girará en torno a cómo vivir sin dolor con acutomo. Se trata de una técnica procedente de la acupuntura que restablece el correcto funcionamiento del tejido mediante unas agujas similares a las de acupuntura. Es eficaz desde la primera sesión.

Ponente: Roberto San Antonio.

EL EQUILIBRIO

A las 16,30h, la ponencia lleva por título “Cómo Equilibrar Nuestro Cuerpo a través de la Alimentación”. El poder de los colores y los sabores de los alimentos para equilibrar las emociones y los órganos es más que notables. ¿Escogemos los sabores o los escogen nuestras emociones? ¿Qué alimentos nos ayudan a restablecer el equilibrio en nuestro sistema emocional? ¿Cómo influyen los colores de los alimentos en mis órganos y emociones? Ponente: Gaizka Sánchez Andrino.

KINESIOLOGÍA

La tarde continúa, a las 17,30h, con la charla “Kinesiología y emociones: Herramientas de Regulación”. En kinesiología se transforman las emociones dolorosas en emociones positivas, desbloqueando todos los niveles de nuestro sistema emocional... para que estas emociones positivas sean integradas en la información celular. Con el Testaje de las Emociones en los 5 Elementos y la Guía Emocional, se pueden encontrar las emociones implicadas en el asunto, junto con la edad, origen, situación y/o persona en línea. Algunas de las técnicas utilizadas son la liberación de tensión emocional, el tapping, las posiciones oculares, role playing, estructura/función, expectativas y creencias, etc. Ponente: Libe Landaburu.

LA RISA

La jornada irá tocando a su fin, a las 18,30h, con un taller práctico y participativo donde se desarrollarán diferentes juegos que ayudarán a potenciar nuestro bienestar y



autoconocimiento liberando la tensión del día y disfrutando de la risa. “Risoterapia: el Arte de la Felicidad”. Ponente: Jorge Sánchez de la Morena.

A las 19,30h, de nuevo Koldo Alonso y Roberto San Antonio-Abad clausurarán el evento.