

# Jak na zdravý životní styl? Dozvíte se na Festivalu Evolution

Výstaviště Praha se opět promění v zónu zdravého životního stylu. Tradiční Festival Evolution představí od 22. do 24. března širokou nabídku nákupů, ochutnávek, poraden, přednášek včetně festivalových programů pro celou rodinu.

Festival Evolution každý půlrok láká všechny, kdo žijí zdravě a aktivně, nebo se zajímají o to, co životu dává další a hlubší rozměr a není jim lhostejný okolní svět. A další jeho ročník je už za dveřmi. Tento trendy festival se bude konat už popatnácté a jako vždy má co nabídnout.



## Pestrá nabídka

*„I tentokrát najdete na festivalu nejnovější produkty zdravé výživy, bio potravin, přírodní kosmetiky i praktické ekologické výrobky do domácnosti. A stranou nezůstanou ani novinky z oblasti výchovy a osobního rozvoje nebo témata, která vám umožní nahlédnout do sfér mimo každodenní realitu,“* přiblížil zakladatel festivalu Ctirad Hemelík.

Kromě vystavovatelské části se můžete těšit i na bohatý program. Během tří dnů se na 7 pódii představí téměř 200 účinkujících. Jsou připraveny nejen přednášky, semináře a umělecká vystoupení, ale také konzultace a poradenství, kuchařská demo, ukázkové lekce, praktické workshopy nebo programy pro děti.

## Pět okruhů

Festival Evolution dá prostor více než 450 tuzemským i zahraničním vystavovatelům z pěti obvyklých okruhů – Bio styl, Zdraví, Eco world, Alternativa. A Osobní rozvoj, který nabídne mnoho inspirace do běžného života a možná se dozvíte, jak žít pozitivněji a šťastněji.

Stranou nezůstane ani pohyb. Ne nadarmo se říká, že ve zdravém těle je zdravý duch. Můžete například navštívit unikátní workshop s názvem Pohybem do vlastního těla. Jeho lektorka tvrdí, že změní váš pohled na pohyb. Přijďte se přesvědčit!

Dojde i na témata věnovaná partnerství, která vás přiučí, jak umět komunikovat, jak sdělovat informace a co způsobují falešné domněnky a dedukce.

## Hlavní téma ekologie

Jedním z hlavních témat festivalu je ekologie. Pokud máte pocit, že stav naší planety jako jednotlivec neovlivníte, jste na omylu. Každá malá změna totiž může výrazně hnout budoucností. A kde jinde začít, než u sebe?

Na festivalu se víc dozvíte o plastovo-obalové problematice dneška, o bezodpadové domácnosti a na své přijdou i ti, kteří se chystají pořídít si ekologické bydlení.

Inspirace bude víc než dost.