

L'associazione Onda Vitale

Giovedì 16 novembre organizza una serata su:
Come prepararsi alla stagione fredda e ridurre i
malanni legati a questo periodo?

Ore 20,30 presso l'ASD Movimento Via Longuelo, 146 Bergamo

Relatori Melissa Villa e Carlo Montagnino Naturopati

Arriva l'inverno e quale è il modo migliore per affrontarlo ? Come prevenire le malattie da raffreddamento e i fastidi della stagione fredda passando indenni attraverso i mesi più invernali ?

Molto semplice, piccoli ma oculati accorgimenti aiuteranno il vostro corpo a mantenersi in salute, ricordiamoci sempre che **PREVENIRE E ' MEGLIO CHE CURARE !**

Vi diremo come lavorare sul terreno, aumentare le difese immunitarie, non ci saranno virus o batteri che tenganose il terreno è resistente non viene attaccato da nulla!

Vi daremo consigli e suggerimenti per stare in forma nonostante il freddo, le giornate corte e la voglia irresistibile di andare in letargo !

Melissa e Carlo vi aspettano giovedì 16 novembre per darvi qualche dritta , vedete di non ammalarvi fino a quella data !!!:)))

Per info Carlo 335.5495856

Ingresso libero

www.ondavitale.it



info@ondavitale.it

Conoscere per essere liberi di scegliere