



VENERDI 19 SETTEMBRE 2014

ore 21.00

Sala Consiliare del Castello Visconteo
Abbiategrasso

**L'Ordine dell'Universo, Associazione macrobiotica italiana
Sede di Abbiategrasso organizza**

Conferenza

**DOLORI OSTEOARTICOLARI
COME RICONOSCERLI, PREVENIRLI E CURARLI**



Relatore: Elena Alquati

Presidente dell'Associazione, esperta di cucina macrobiotica,
Diploma di operatore in Medicina Tradizionale Cinese
dieterica cinese e dietoterapia cinese



... anche i problemi di debolezza e rigidità delle articolazioni, artrosi e
artrite, possono essere controllati con l'alimentazione.
Alimenti utili, alimenti dannosi e rimedi che possono aiutare



Presentazione "dinamica" del libro:

**VIVERE SENZA DOLORI
CON L'EDUCAZIONE POSTURALE**

di Lorenzo Ferrante

Laureato in Scienze Motorie, Chinesiologo e Posturologo
coll. Istituto Nazionale dei Tumori di Milano



... un percorso teorico e pratico per imparare a
conoscersi e ad aiutarsi nella prevenzione e cura dei
dolori articolari, con semplici esercizi
e piccoli attrezzi, da utilizzare in autonomia

ENTRATA LIBERA

Per info: *Elisabetta Bighiani'* cell. 3477297845

mail: elisabetta.bighiani@gmail.com; elisabettabighiani.mi@lordinedelluniverso.it