

**Giovedì 26 settembre ore 20,30**

*“Prendiamo d’anticipo i malanni invernali con poche  
semplici mosse”*

*L’associazione Onda Vitale ASD*

*Presso Sani Sapori gastronomia in Via Italia, 42 Seriate*

***Arriva l’inverno viviamolo in ben-attia***

*Come i funghi terapeutici uniti a ai rimedi naturali e a  
semplici accorgimenti ci possono aiutare concretamente a  
ridurre i “soliti” malanni di stagione.*

*Impariamo a fare vera prevenzione*

*La vera prevenzione passa attraverso il rispetto in termini naturali del nostro corpo, potenziando il nostro sistema immunitario che agisce come una vera e propria barriera in grado di generare una risposta immunologica contro l’attacco all’organismo da parte di virus e batteri che tuttavia, non rappresentano il vero problema, sono le nostre cattive abitudini che creano il terreno favorevole perché attecchiscano. Questo spiega il perché c’è gente che si ammala spesso e altri quasi mai, magari nello stesso ambiente.*

*La Natura ci ha fornito tutto quanto ci può servire nei casi di malesseri o malattie, bisogna solo aiutare e agevolare il nostro corpo nei suoi processi. Accompagnare dolcemente.*

*Alimentazione semplice e naturale, con il minor quantitativo di residui chimici, buone abitudini e quando serve rimedi naturali, tra cui molto importanti i funghi terapeutici, conosciuti e utilizzati da millenni.*

*Nella serata molte informazioni pratiche di facile utilizzo.*

*Relatori: i Naturopati Melissa Villa e Carlo Montagnino*

*L’ingresso è libero a tutti.*

*Per info: Carlo 335.5495856 – per chi vuole cenare sarà possibile dalle 19,00 a prezzo agevol.*

*info@ondavitale.it*



*[www.ondavitale.it](http://www.ondavitale.it)*

*Conoscere per essere liberi di scegliere*