

# Organizza

per la serie “Approcci naturali per i disturbi più comuni”

**Diretta Zoom Martedì 6 dicembre ore 20,45 su “Benessere di articolazioni e cartilagini”**

**Come trattarle in maniera naturale anche attraverso esercizi di mobilità e allungamento muscolare quotidiano.**

La cartilagine è un tessuto forte e flessibile che copre le estremità delle ossa e consente loro di scivolare l'una sull'altra con poco attrito, aiutando la persona a muoversi più liberamente e senza avvertire dolore. Inoltre, consente di ammortizzare gli urti e i colpi quando si cammina, corre o si salta. Di primaria importanza mantenerle in buona condizione.



**Relatori: Melissa Villa e Carlo Montagnino Naturopati**

**Evento gratuito aperto a tutti - per info, iscrizioni e richiedere il link d'ingresso 351.5828819 (usare Whatsapp)**

