

## **ORGANIZZA un Detox rientro vacanze dal 4 al 7 settembre**

Il rientro dalle vacanze non è sempre molto facile colpa anche del caldo ancora intenso, svogliatezza a riadeguarsi ai soliti ritmi, un po' di ansia, magari una leggera depressione, cefalea, gonfiori addominali e qualche kg. in più.

Un'alimentazione adeguata può fare tornare in forma migliorando il ciclo sonno veglia, la digestione e l'umore. Proporremo dei super alimenti molto utili e tanti consigli importanti per il ritorno post-vacanze.



### **Melissa e Carlo Naturopati**

**Per info e prenotazioni 351.5828819 – 335.5495856**  
**Previsto un contributo spese.**

Visitate il nostro Canale Telegram Onda Vitale associazione  
<https://t.me/ondavitale> e il nostro sito [www.ondavitale.it](http://www.ondavitale.it)

