

7<sup>14</sup> aprile

**ANCoS**  
Comitato Provinciale  
MILANO  
PRESENTA

# IMPARIAMO l'Automassaggio



Dalle ore 20.30, con Loredana Gaeta, Impariamo a conoscere i punti di auto-massaggio per stare bene e gestire al meglio situazioni quotidiane di ansia, stress, tensione e altri disagi psicosomatici. A livello fisico pochi minuti di auto-trattamento offrono sollievo in molti disturbi tra cui: mal di testa, mal di schiena, problemi digestivi, insonnia, dolori muscolari. Tra i punti presi in esami vi saranno: riflessi zionali del piede, punti neurolinfatici, punti marma della tradizione ayurvedica, meridiani della medicina tradizionale cinese. Per i soci ANCoS, quota di 20 euro

• ANCoS presso CONFARTIGIANATO ALTO MILANESE •  
VIA XX SETTEMBRE, 28 • LEGNANO • 0331.529111

Per informazioni: Marco Malgrati 333.144.89.41 • Loredana Gaeta 348.451.75.92

iniziativa

in collaborazione con

