

# FISIO FORMAZIONE

Tre incontri a tema con una professionista per conoscere meglio alcuni disturbi che ci affliggono e scoprire che cosa possiamo fare per alleviarli. Con un'introduzione teorica, la risposta alle vostre domande e la dimostrazione di piccoli esercizi, si affronteranno i sintomi, le cause e le cure di tre patologie ricorrenti.

LA  
FI  
LAN  
DA

LaFilanda  
Via Industria 5  
6850 Mendrisio  
058 688 36 80

## MARTEDÌ

ore

### 18:00—19:00

Marzo 2022

**08/03** L'osteoartrosi

**22/03** La cervicalgia

Aprile 2022

**05/04** La lombalgia

Animatrice

**Martina Merati**

fisioterapista

 **FizioForME**  
PREVENZIONE, VALUTAZIONE, RIABILITAZIONE