

Officina Naturalis di Jessica Bottinelli

Naturopata dipl. TEN

# Workshop

## RIFLESSOLOGIA PLANTARE

**DOMENICA 25 GENNAIO**

Ideale per persone che vivono  
insieme e desiderano prendersi cura  
l'una dell'altra.



### **PRIMO SOLLIEVO:**

#### **Riflessologia per i disturbi quotidiani**

Regolarità intestinale e problemi di stomaco

Tensioni cervicali e spalle

Dolori mestruali

Mal di testa

**13:30 -15:30**



### **CALMA PROFONDA:**

#### **Riflessologia per il sistema nervoso**

Migliorare la qualità del sonno

Portare pace interiore

Distendere la mente

Calmare i pensieri

Ridurre lo stress

**16:00 -18:00**



**INFO E PRENOTAZIONI**  
**[www.lamongolfiera.ch](http://www.lamongolfiera.ch)**

Costo: 150 CHF per coppia - fattura riconosciuta dalla cassa malati complementare