

27 e 28 maggio | 21 e 22 ottobre 2023

L'infiammazione da cibo e la correlazione con i dolori muscoloscheletrici L'alimentazione e il Qi-Gong come modalità di riequilibrio e cura

Conoscere l'infiammazione silente, una della cause di dolori muscolo-scheletrici. Usare modalità di alimentazione disinfiammante e il ruolo dell'attività fisica in generale e del Qi Gong e del Taj Ji in particolare.



Contenuto del corso

- Il killer segreto
- Nel nostro corpo tutto é in relazione
- La leptina e le molecole di segnale
- Gli assi metabolici
- I segnali biologici positivi
- Quantità e qualità del cibo
- L'alimento più infiammante e Food Sensitivity
- L'infiammazione da cibo
- Obesità e dolore muscolare
- Artrosi, dolore e attività fisica
- Tecniche di Taj Ji Quan e Qi Gong

Obiettivi del corso

Con questa formazione si comprenderà la relazione tra cibo e gli squilibri muscoloscheletrici e viscerali, si troveranno nuove strategie proattive e percorsi integrati per prendersi cura dei propri dolori e dei propri pazienti.

Docenti

Dott. Marigrizia Oliveri
Dott. Lorenzo Anselmo

Informazione di corso

Pratico & Teorico
10.5 ore di formazione | max. 15 partecipanti

Accessibile a

Terapisti con nozioni di medicina

📅 Sabato 27 e Domenica 28 maggio 2023

📅 Sabato 21 e Domenica 22 ottobre 2023

🕒 Sabato: ore 10.00 - 12.30 / 13.30 - 18.30

🕒 Domenica: ore 9.00 - 12.30

📍 Villa Sassa, Via tesserete 10, Lugano

👤 soci vdms-asmm CHF 275.00

👤 non soci CHF 380.00

👜 Portare: Materiale per scrivere