



Comune di  
Cisano Bergamasco

L'Amministrazione Comunale propone

# BENESSERE E SALUTE

La salute come equilibrio tra benessere fisico, mentale e sociale.  
Abitudini positive e influenze ambientali per uno stile di vita sano.

**PRESSO SALA CONSILIARE DEL COMUNE DI CISANO BERGAMASCO**  
**INGRESSO GRATUITO**

**MARTEDÌ 14**  
**OTTOBRE**  
**ORE 20.30**



## "CHE SENSO HA IL VINO..."

Nel calice i sensi, come riconoscersi?  
La Sommelier FISAR BG Stefania Turato parlerà  
di come riconoscere i sensi.

**MARTEDÌ 21**  
**OTTOBRE**  
**ORE 20.30**



## "RIFLESSOLOGIA PLANTARE "

Nell'incontro vedremo come questa tecnica,  
che esiste da millenni, agendo a beneficio dell'equilibrio  
generale può essere un valido sostegno in molti casi.  
Ivana Cariddi riflessologa plantare  
Operatrice in dermoriflessologia e tecniche manuali  
olistiche- Presidente delle F.I.R.P

**MARTEDÌ 18**  
**NOVEMBRE**  
**ORE 20.30**



## "MIGLIORA LA TUA SALUTE E BENESSERE APPLICANDO IL FENG SHUI NELLA TUA CASA"

L'anno scorso abbiamo conosciuto il Feng Shui.  
Quest'anno approfondiamo per capire la relazione  
stretta tra la nostra casa e la salute del nostro corpo.  
Virginia Weber Interior Designer