

# Salute e benessere

Tre conferenze con la dottoressa **DONATA OLIVARES**  
nella SALA CONFERENZE DEL COMUNE



**Martedì 8 ottobre, ore 21**

## Osteoporosi e Vitamina D

L'apparato scheletrico è il nostro sostegno, anche se solitamente non ce ne occupiamo. È possibile mantenerlo in salute? Come accorgersi di eventuali problemi senza dover aspettare il dolore?



**Martedì 12 novembre, ore 21**

## Siamo quello che mangiamo?

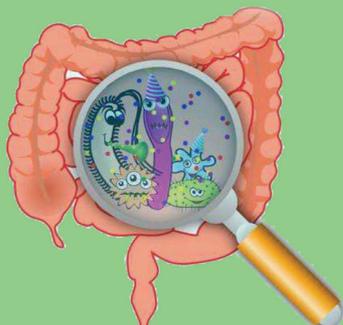
Il cibo è sorgente primaria di energia. Esistono alimenti "nemici", responsabili di malessere e patologie? È davvero necessario assumere integratori alimentari?



**Martedì 10 dicembre, ore 21**

## Microbiota: batteri intestinali

Il microbiota è l'insieme dei batteri, virus e funghi che vivono con il nostro organismo, custode invisibile della nostra salute e chiave per le terapie del futuro. Come conservarne la ricchezza e la biodiversità?



### **CHI È LA DOTTORESSA MARIA DONATA OLIVARES**

*Medico Chirurgo, specializzata in OSTETRICIA e GINECOLOGIA, ha lavorato per 10 anni in ambito universitario. Ha lavorato come MEDICO di BASE per più di 30 anni. Ha frequentato il Corso triennale di AGOPUNTURA dell'Associazione Nazionale Italiana Agopuntura, superando l'esame finale. Ha frequentato e continua a seguire CORSI di AGGIORNAMENTO su diverse tematiche cliniche.*



**Al termine di ogni conferenza una tisana della buonanotte per tutti a cura dell'Associazione Camperisti Vittuone**

