



Dal 1986 la Bioteca propone incontri culturali gratuiti nella propria sede di Udine.

Oltre 950 conferenze con esperti delle varie discipline olistiche.

Al **primo piano** per tutto il periodo dell'anno sono ospitati i corsi della

**-UNIVERSITA' POPOLARE
SCUOLA DI YOGA**

**Info
Denise 345 8546976**



Le nostre attività possono essere seguite anche sulla pagina **facebook**

"BIOTECA UDINE"

dove trovarci:
via Villa Glori 41 – Udine
(zona Parco Moretti)
tel. **0432 231143**

KEEP MOVING !

Da alcuni anni la Bioteca propone CAMMINATE DOMENICALI per dare benessere al corpo e alla mente scoprendo la bellezza della nostra Regione e la sua storia.

Info: Sergio 335 6949740



In collaborazione con



unesco

Membro
delle Associazioni e Club

Club per l'UNESCO di Udine

il Martedì alle ore 18

GENNAIO

10
"Onde di luce, una tecnologia innovativa per aggiungere benessere nelle nostre vite"
Magda Zuliani, *esperta*

16
"Affronta il grande mentre è piccolo"
Alessia Degano, *logopedista*

23
"Un aiuto per gli anziani con la Riflessologia Plantare e le tecniche olistiche"
Barbara Fontanini, *riflessologa*

30
"Sento ma non capisco!": prevenzione e trattamento dell'ipoacusia"
Alessandra Lovo, *audioprotesista*

FEBBRAIO

6
"Incontrare il nemico: in sé o fuori di sé?"
Mario Franchi, *formatore*

13
"Come difendersi dai persuasori occulti"
Francesco Bortone, *operatore culturale*

20
"Prevenzione delle fragilità e delle demenze: chiariamoci le idee"
Ferdinando Schiavo, *medico neurologo*

27
"Gioco resettato: sbloccare la credenza che condiziona il corpo, la mente e le emozioni"
Alessandra Trevisiol, Roberto De Monte

MARZO

3
"Come trovare vantaggio dall'uso delle erbe spontanee primaverili"
Marialuisa Castelletti, *biologa erborista*

12
"La nostra casa, come proteggersi dall'inquinamento invisibile"
Luca Gentini, Daniele Moretto, *ricercatori*

19
"Alimenti per le menti: la nutrizione come strumento contro le fragilità e la paura della demenza"
Chiara Baradello, *biologa nutrizionista*

26
"La Relazione, Il Dato Fondamentale nella Dinamica Vitale!"
Samir Habchi, *medico libanese*