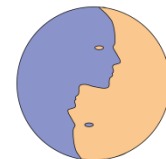




**lestradedellasalute** 1 giugno ore 20.30

In via Cimabue, 271 San Polo Brescia



# Ansie e stress: comprenderle e ridurle

A cura di: Fabrizio Graffi Benessere Tao



**Lo stress e l'ansia aumentano di giorno in giorno.**

**Essere disturbati nei nostri sogni o nella nostra sfera di vita reale, ci fa diventare brutti sia fisicamente che psicologicamente.**

**Saperne di più aiuta anche perché...**

**...lo stress e l'ansia uccidono la nostra bellezza.**