

# CONFERENZA SUL MAL DI SCHIENA

- CONSIGLI PER PREVENIRLO, GLI ESERCIZI PER CURARLO -

## PROF. BENEDETTO TOSO

Università Cattolica di Milano  
Ideatore Programma "TOSO" per il mal di schiena

## Dott.ssa TERESA ESPOSITO

Comitato scientifico Back School Nazionale  
Responsabile per il sud Italia

## DI COSA PARLEREMO:

- ✔ Comunicare le ricerche e gli studi eseguiti sulla colonna vertebrale
- ✔ Evidenziare cause e fattori di rischio per il mal di schiena
- ✔ Indicare gli esercizi specifici per prevenire e combattere il dolore
- ✔ Rispondere ai quesiti sui problemi vertebrali per chi soffre di algie e patologie vertebrali

Sabato 3 Ottobre h.16.00 - teatrino del Valentianum

**EVENTO UNICO PER LA CALABRIA!**