



### **Naturium spiega che cos'è l'aromaterapia**

*La diffusa pratica olistica illustrata dall'erborista Massimiliano Guttadauro*

L'aromaterapia. Questo il tema della settimana proposto dal progetto culturale “Naturium” nei suoi centri di Cosenza e Montepaone Lido (Cz). Si comincia venerdì 8 maggio alle 17.30, presso i locali del polo commerciale “Marconi” di Rende (Cs). Relazionerà l'erborista Massimiliano Guttadauro, pronto a svelare tutti i segreti relativi all'uso degli oli essenziali puri e naturali nella vita quotidiana. “Queste preziose gocce estratte dalle piante – ci anticipa Guttadauro - sono ricche di innumerevoli sostanze che possiamo utilizzare per il nostro benessere psicofisico, emozionale e per difenderci da agenti esterni, per rafforzare i nostri sistemi immunitario, circolatorio, linfatico, endocrino ed aiutano ad armonizzarsi con il proprio se interiore e con la natura stessa, dalla quale ci siamo allontanati progressivamente, senza considerare, che questo distacco forzato, sottopone l'essere umano ad una condizione di stress tale, da creare una catena di reazioni disarmoniche, che a lungo andare, portano all'insorgere di disturbi o addirittura a vere patologie”. L'aromaterapia è quindi una pratica olistica che agisce su processi fisici, mentali e spirituali attraverso l'uso di essenze non oleose, concentrate in alcune zone delle piante officinali: fiori, resina, corteccia, radici, buccia, foglie e frutti. Per saperne di più, appuntamento a venerdì.