

PROTEGGI LA TUA SALUTE

Stili di vita per la prevenzione
delle malattie croniche

Sala Liberty
Parco delle Terme di Boario



MARTEDÌ 29 APRILE

ASST Valcamonica

CASA DI COMUNITÀ: APERTA A TUTTI, VICINA A CHIUNQUE

Relatrice Dott.ssa **Giacomina Macri** - coordinatore infermieristico "Infermieri di Famiglia e Comunità"
Dott.ssa **Giuseppina Barcellini**, Direttore Distretto Valle Camonica Sebina

MARTEDÌ 6 MAGGIO

European Parkinson Therapy Centre

I PILASTRI DEL BENESSERE

L'alimentazione come prevenzione
delle malattie croniche

Relatrice Dott.ssa **Loredana Tarsia**, biologa nutrizionista

Campanelli d'allarme della disfagia
e prevenzione delle complicanze correlate

Relatrice Dott.ssa **Mara Moscardi**, logopedista

L'importanza dell'attività mentale
e del benessere psicologico

Relatrice Dott.ssa **Francesca Gheza**, psicologa e psicoterapeuta

Esercizio fisico come prevenzione
delle malattie croniche

Relatore Dott. **Pietro Domestici**, fisioterapista

MARTEDÌ 20 MAGGIO

Associazione Diabetici Camuno Sebina

ore 14:00

Screening sul rischio diabete

ore 15:00

IL CORRETTO STILE DI VITA PER LA PREVENZIONE PRIMARIA E SECONDARIA DEL DIABETE E DELLE MALATTIE CARDIOVASCOLARI

Relatrice Dott.ssa **Donata Richini**, specialista in Diabetologia

A seguire, esercizi di riscaldamento muscolare
e breve camminata all'interno del Parco
con spuntino calcolato in rapporto all'attività fisica.

MARTEDÌ 27 MAGGIO

Terme di Boario

CORRETTA ALIMENTAZIONE E ATTIVITÀ MOTORIA IN AMBIENTE TERMALE

Relatori: Dott. **Sergio De Giacomi**, Direttore sanitario; Dott.ssa **Paola Guizzardi**, biologa nutrizionista;
Dott. **Francesco Olivari**, Medico chirurgo specializzato in nutrizione

Inizio convegni ore 15.00 - Ingresso libero

Per informazioni: Comune di Darfo Boario Terme - Ufficio Turismo 0364.541107 - www.comune.darfoboarioterme.bs.it