

DI COSA SI TRATTA?



Consiste in un percorso informativo **online** e **gratuito**, per pazienti, familiari caregiver, e persone interessate!

Gli incontri saranno tenuti da specialisti, che saranno disponibili a rispondere a tutte le vostre **domande** e curiosità!

COME ISCRIVERSI?



Via e-mail all'indirizzo **segreteria@linfamed.it** oppure telefonando a 0432/522772 o 340/7054775 (anche Whatsapp).

I **link di accesso** verranno inviati via e-mail (da specificare all'iscrizione) il giorno stesso dell'incontro.



**Imparare ad
AVERE CURA della SALUTE
per Vivere Sani**



**Ciclo di incontri
informativi
gratuiti online di
EDUCAZIONE ALLA SALUTE**

PROGRAMMA di EDUCAZIONE ALLA SALUTE

23/02/2022

«Avere cura della propria salute»

Imparare stili di vita sani per favorire la longevità

Dott. Onorato Alberto (fisiatra, linfologo)

Dalle 18.30 alle 19.30



06/04/2022

«Mangiare sano»

Alimentarsi bilanciato per una buona salute

(dietista)

Dalle 18.30 alle 19.30



09/03/2022

«La pratica dell'attività motoria»

Vantaggi dell'esercizio fisico per la salute

Dott. Filelfi Sebastian (scienze motorie)

Dalle 18.30 alle 19.30



27/04/2022

«Fisioterapia e Linfedema»

La riabilitazione nella gestione del Linfedema

Dott.ssa Dorigo Elisa (fisioterapista)

Dalle 18.30 alle 19.30



23/03/2022

«Emozioni e cibo»

Benessere emotivo e alimentazione consapevole

Dott.ssa Fabbro Nerina (psicologa)

Dalle 18.30 alle 19.30



11/05/2022

«Fisioterapia, Lipedema e Obesità»

L'importanza di una corretta compressione

Dott.ssa Ausbergher Stefania (fisioterapista)

Dalle 18.30 alle 19.30

