

PRENDITI CURA DELLA TUA SALUTE

Piccoli gesti,
grandi cambiamenti.

Ciclo di incontri dedicati alla salute e al benessere, presso le Case di Comunità della ASST Spedali Civili di Brescia.

Iscriviti qui per partecipare agli incontri presso la **Casa di Comunità di Rezzato**

GLI ARGOMENTI

ANTIBIOTICO RESISTENZA

Uso consapevole degli antibiotici

IL PIATTO SANO

Equilibrio e varietà per un'alimentazione completa e sostenibile.

ATTIVITÀ FISICA

Più movimento, più energia, più benessere.

SONNO E GESTIONE DELLO STRESS

Ricaricare le energie e ritrovare l'equilibrio quotidiano.

SCREENING

Screening oncologici offerti da Regione Lombardia

TOSSINFEZIONI ALIMENTARI

Malattie trasmesse dagli alimenti

Per informazioni scrivi a **promozione.salute@asst-spedalicivili.it**

CASA diCOMUNITÀ

Sistema Socio Sanitario
Regione Lombardia
ASST Spedali Civili