



SALUTE, PREVENZIONE E BENESSERE



Serate gratuite di informazione rivolte a tutta la popolazione

Sette serate patrocinate dal Comune di Aicurzio, dal Comune di Bernareggio e dal Comune di Sulbiate per parlare di salute, benessere e percezione del proprio corpo.

Dal Pavimento pelvico a tutta la composizione corporea femminile e maschile. Dalle ore 20.30

15 NOVEMBRE 2024 aula consigliare Aicurzio

Stipsi: consigli, rimedi e cause

Relatori: Barbara Colombo Ostetrica, Giulia Colombo Osteopata, Laura Sala Naturopata

13 DICEMBRE 2024 Auditorium Europa Bernareggio

Cos'è il dolore pelvico e quando si verifica. Consigli e rimedi

Relatori: Barbara Colombo Ostetrica, Giulia Colombo Osteopata

17 GENNAIO 2025 Auditorium Sulbiate

Come gestire infezioni ricorrenti all'apparato urino-genitale. Consigli e rimedi.

Relatori: Barbara Colombo Ostetrica, Laura Sala Naturopata

21 FEBBRAIO 2025 Aula consigliare Aicurzio

Il prolasso, cos'è? Gestione e percezione delle problematiche correlate.

Relatori: Barbara Colombo Ostetrica, Irene De Pieri Maternal Personal Trainer

21 MARZO 2025 Auditorium Europa Bernareggio

Cicatrici, imparare a gestirle e saperle trattare per superare i traumi fisici e mentali.

Relatori: Giulia Colombo Osteopata, Irene De Pieri Maternal Personal Trainer

11 APRILE 2025 Auditorium Sulbiate

Menopausa (cambiamenti corporei, ormonali, microbiota, attività fisica, alimentazione...)

Relatori: Barbara Colombo Ostetrica, Giulia Colombo Osteopata, Laura Sala Naturopata

09 MAGGIO 2025 Auditorium Europa Bernareggio

Attività per il benessere del Perineo lab pratico: Pelvipilates

Relatori: Giulia Colombo Osteopata, Irene De Pieri Maternal Personal Trainer

INFORMAZIONI



03969000672



segreteria@comune.aicurzio.mb.it