

Rassegna stampa _ Bresciaoggi.it 15.11.2019

VOBARNO. Questa sera una conferenza a Collio

La terza età? C'è tempo Viaggio nella vita nuova

Sarà un convegno nel poliambulatorio Synlab «Santa Maria» di Collio di Vobarno a definire, oggi, il nuovo limite oltre il quale una persona entra nella terza età. L'appuntamento è gratuito, ma bisogna iscriversi componendo lo 0365 596911 o scrivendo a eventisantamaria@synlab.it.

Si parlerà di una rivoluzione in atto che ha spostato in avanti di almeno una ventina d'anni il momento in cui l'uomo diventa anziano: merito dello sviluppo della medicina e del miglioramento degli

stili di vita.

Attorno al titolo «Terza età, benessere e vitalità» verrà affrontato dalle 18 nella palestra del Santa Maria da 3 relatori: lo specialista in Medicina dello Sport Glauco Neddrotti («Un corretto stile di vita alimentare e l'attività fisica possano ridurre il rischio di patologie»); la fisioterapista Sara Marongiù, che spiegherà come «dar vita a un programma di attività fisica adeguato alle proprie caratteristiche», e il microbiologo Luca Bettini: «Stress ossidativo e metabolico». ● **M.P.A.S.**