

Rassegna stampa _ Gardapost.it 19.10.2021



I tè della salute di SYNLAB Santa Maria

VOBARNO - Benessere a tutte le età: equilibrio tra movimento e nutrizione: l'incontro digitale gratuito dedicato alle donne promosso nell'ambito dei Tè della Salute, format di successo dedicato alla Medicina di Genere.

Tornano anche per questa stagione i tanto amati Tè della Salute proposti da [SYNLAB Santa Maria](#): **eventi digitali dedicati alla medicina di genere**, volti ad indagare temi di diffuso interesse, dando spazio, come sempre, alle domande delle donne partecipanti.

"Benessere a tutte le età: equilibrio tra movimento e nutrizione" è il titolo dell'**appuntamento digitale di lunedì 25 ottobre**.

Alle ore 17:30, lo specialista in Medicina dello Sport guiderà le partecipanti in un percorso di approfondimento su movimento, età, stile di vita e nutrizione, quattro elementi preziosi per il benessere della persona e della donna. Aspetti il cui equilibrio risulta essere fondamentale: **che sport è più opportuno fare alla mia età?** Considerato il mio stile di vita, quali sono le abitudini alimentari più corrette da adottare? Durante l'incontro si risponderà a queste e altre domande, cercando di fornire non solo indicazioni, ma anche stimoli, per una corretta presa di coscienza del proprio corpo e del proprio benessere.

L'accesso al Tè della Salute avverrà grazie a una semplice piattaforma utilizzabile su pc, tablet e smartphone. Come sempre la partecipazione è gratuita, ma è obbligatorio iscriversi compilando l'apposito form sul sito www.poliambulatoriosantamaria.it – sezione eventi.

I Tè della Salute sono incontri che mirano a coinvolgere il pubblico femminile in approfondimenti informali, ma estremamente puntuali, su tematiche legate alla salute in rosa, avvalendosi di volta in volta del contributo di Medici e Specialisti delle strutture SYNLAB.

Appuntamento fisso da ormai tanti anni sul territorio di Monza, a partire dal 2021 sono stati scelti come occasione di incontro anche sul territorio di Brescia e provincia con l'obiettivo di fornire a tutte le donne preziose occasioni di dialogo e confronto.

I tè della salute

Assapora davanti a un tè i segreti di buona salute con gli specialisti di SYNLAB Santa Maria.



Lunedì 25 ottobre - ore 17.30

BENESSERE A TUTTE LE ETÀ: EQUILIBRIO TRA MOVIMENTO E NUTRIZIONE