

## Seriate promuove la salute: incontri in biblioteca

### Seriate

«Aiutiamoci a star bene» è lo slogan di un ciclo di conferenze sui temi della salute promosso dal Comune di Seriate, assessorato alle Politiche sociali, in collaborazione con Politerapica - Terapie della salute di Seriate. «L'obiettivo è quello di portare sul territorio, a disposizione dei cittadini, un'informazione corretta e facilmente comprensibile su aspetti della salute spesso trascurati, fra cui il mal di schiena che abbiamo tutti; l'alimentazione senza la quale non si campa; l'attività fisica che non è soltanto sport». Su queste premesse Politerapica ha costruito l'impianto del ciclo che inizia oggi nell'auditorium della biblioteca comunale alle 20,30. Prima conferenza: «Mal di schiena; lombalgia; cervicologia; tutte le "algie" e l'ernia». Martedì 19: «Alimentazione; consigli per il benessere quotidiano e per il peso forma». Martedì 3 dicembre: «Attività fisica a tutte le età. Un po' di chiarezza, qualche suggerimento, molta esortazione. I gruppi di cammino?».

Ogni incontro prevede la presenza di terapisti e specialisti di Politerapica - Terapie della salute per la trattazione interattiva col pubblico onde assicurare un'adeguata parte all'approfondimento fra domande, risposte, dubbi, stimoli alla discussione. Prevista la proiezione di slide per la migliore comprensione.

A chi avrà partecipato a tutti e tre gli incontri sarà rilasciato un attestato: la registrazione delle



Mal di schiena: problema comune

presenze è a cura dell'Amministrazione comunale. Politerapica comunica altresì di essere variamente impegnata sul territorio con iniziative a Bergamo, a Pedrengo e adesso a Seriate, in ottemperanza alla «Illuminante» definizione di «salute» secondo l'Organizzazione Mondiale della sanità che afferma: «Salute non è soltanto assenza di malattia ma stato di completo benessere fisico, psichico e sociale». Politerapica se ne fa interprete e realizzatrice, e ritiene che «non basta curare, ma serve anche prevenire, informare, sensibilizzare, promuovere comportamenti sani e orientati al benessere». Non sono previste iscrizioni, tutti possono liberamente partecipare alle serate. ■

Emanuele Casali