

Le buone abitudini per la prevenzione: piccoli gesti di salute e benessere



In collaborazione con S.S.D di Emergenze infettive e Prevenzione

In collaborazione con S.C. Oncologia Clinica G.Bosco e Martini

In collaborazione con S.S.S.Psicologia ASL Città di Torino

Progetto per le donne operate al seno

Sei stata operata al seno per un tumore mammario? Allora questo progetto è per te!

Vieni con noi e impara che uno stile di vita più salutare può aiutarti ad affrontare meglio le cure oncologiche e prevenire le recidive. Faremo insieme 10 incontri dove in gruppo imparerai a prenderti cura del tuo corpo a partire dal tuo lato operato, con semplici esercizi studiati appositamente per il tuo problema, a fare fit-walking insieme a noi nel parco, a stimolare il buon umore e a riflettere sul tuo rapporto con il cibo. Tutto questo con altre donne che hanno il tuo stesso problema e con un gruppo di esperti a tua disposizione.

Per partecipare: invia richiesta di Visita Fisiatrica in Ca Mammario a

segreteriairrf@aslcitydatorino.it

Tel: 3317227460 o

3316981245

1

VERRAI CONTATTATA

Dalla nostra segreteria per programmare una visita Fisiatrica in Via Monginevro 130 (piano seminterrato)

2

SARAI VISITATA

Dalla nostra Fisiatra Chiara che ti spiegherà i dettagli del progetto e ti darà il calendario degli incontri

3

ISABELLA E MARINA

Le nostra Fisioterapiste esperte ti accompagneranno in un percorso di salute e benessere alla scoperta del corpo

4

PAOLA

La nostra Psicologa ti farà riflettere sul tuo rapporto con il cibo incontri dedicati