

# LEGGERE FA BENE, ANCHE ALLA SALUTE

## UN RIPARO CONTRO IL CALDO

L'ASL Città di Torino, in collaborazione con la Circoscrizione 1 del Comune di Torino offre un'oasi di benessere durante i mesi estivi, **METTENDO A DISPOSIZIONE** dei Cittadini, in particolare dei più anziani, **da maggio a settembre, dal lunedì al venerdì, dalle ore 10:00 alle ore 19:30 una SALA D'ATTESA CLIMATIZZATA.**

Qui sarà possibile rilassarsi e rinfrescarsi, consultando liberamente un'ampia selezione di libri. La lettura è una risorsa preziosa per la nostra salute e il nostro benessere, stimola la mente e favorisce il relax, aiutando a contrastare il disagio del caldo.

Sala d'Attesa  
Climatizzata  
e Libreria



Questo spazio è dedicato all'incontro tra benessere climatico e benessere mentale, rendendo l'attesa un'occasione di sollievo e di cultura.

### È SEMPLICE E GRATUITO:



#### SCEGLI UN LIBRO

Scegli liberamente tra quelli disponibili.



#### PRENDITI IL TEMPO CHE TI SERVE

Rilassati nella nostra sala climatizzata.



#### RIPORTA O DONA IL LIBRO

Riporta il libro o donane uno nuovo.

### IL BENESSERE INIZIA CON UN BUON LIBRO.

Condividi un momento di sollievo.



Riduce lo stress e favorisce il rilassamento



Stimola la memoria e le funzioni cognitive



Migliora l'umore e il benessere psicologico



Favorisce le relazioni e il senso di comunità

**Casa di Comunità "San Secondo"**  
Via San Secondo 29 Bis (3° Piano)

Un'iniziativa dell'ASL Città di Torino e della Circoscrizione 1.  
**Buona lettura e buon relax!**

