



Il Comune di **LA VALLETTA BRIANZA**
I MEDICI di MEDICINA GENERALE



ORGANIZZANO il **Secondo**



Tutti gli Incontri
si terranno presso
**AULA MAGNA
Scuola Media**
Istituto Comprensivo
Don Piero Pointinger
La Valletta Brianza
Piazzetta Luigi Brambilla

PRIMO INCONTRO - Mercoledì 25 Marzo 2026 - ore 21,00

INVECCHIAMENTO E SALUTE.

Consigli pratici per vivere a lungo sani meglio.

con la **dott.ssa Lia Perego**

Dirigente medico di Medicina Interna H. San Leopoldo Mandic - Merate.

SECONDO INCONTRO - Mercoledì 15 Aprile 2026 - ore 21,00

SOVRAPPESO e COLESTEROLO: LA TERAPIA INIZIA A TAVOLA.

Strategie per controllare il sovrappeso e ridurre il colesterolo con l'alimentazione.

con il **dott. Luca Valsecchi**

Medico di Medicina Generale e Specialista in Nutrizione e Dietetica Applicata.

TERZO INCONTRO - Mercoledì 6 Maggio 2026 - ore 21,00

SCHIENA DRITTA, VITA ATTIVA.

Guida pratica per affrontare la lombalgia acuta e tornare a muoversi senza paura.

con il **dott. Ivan Messineo**

Specialista in Medicina Fisica e Riabilitazione, Direttore del reparto H. di Erba.

- Ingresso Gratuito -