



Genova, 29 aprile 2019 - Al via domani, martedì 30 aprile, una nuova iniziativa di prevenzione Asl3 Liguria dedicata alle persone tra i 50 e i 70 anni. Fino a martedì 7 maggio sarà possibile prenotare una consulenza gratuita con gli specialisti per imparare le corrette abitudini per il benessere della schiena.

Obiettivo dell'iniziativa, promossa dalla S.C. Recupero e Rieducazione Funzionale di Asl3, è fornire informazioni e consigli ai cittadini, con riferimento ad esempio alla posizione da adottare seduti alla scrivania o in macchina, alle modalità con cui sollevare un peso da terra o spostare un oggetto dall'alto verso il basso, ai movimenti da evitare nella quotidianità e ai sintomi per i quali è necessario l'intervento dello specialista.

Nell'ambito degli incontri, oltre alla distribuzione di materiale informativo, verranno anche illustrati - alcuni semplici esercizi per prevenire l'eventuale dolore, con dimostrazione degli stessi in tempo reale.

Per accedere agli incontri - che si svolgeranno a gruppi di otto persone - è necessaria la prenotazione al numero 010 849 7237 da martedì 30 aprile a martedì 7 maggio 2019 dalle 9.00 alle 12.00 (sabato, domenica e 1° maggio esclusi). Non è necessaria la richiesta del medico curante.

Le consulenze, che si svolgeranno nel mese di maggio, sono a cura dei fisioterapisti della S.C. Recupero e Rieducazione Funzionale e si svolgeranno negli ambulatori territoriali della struttura presenti nei sei Distretti.