



Corso

Vivere sicuri e stare bene dopo i 65 anni

Prevenzione delle cadute, gestione dei farmaci e qualità del sonno

Martedì 17/11/2026 dalle ore 17:00 alle ore 19:00
Sala Consiliare del Comune di Nembro Via Roma, 13 (BG)

Un incontro dedicato alla promozione della salute e della sicurezza, con l'obiettivo di fornire informazioni e strumenti pratici per prevenire le cadute, utilizzare correttamente i farmaci e favorire una migliore qualità del sonno.

Durante l'incontro verranno affrontati i principali fattori di rischio e le strategie di prevenzione, con particolare attenzione alla gestione quotidiana dei farmaci, alla sicurezza negli ambienti di vita e alle corrette abitudini per favorire un sonno sano e ristoratore.

**Programma realizzato da ATS Bergamo nell'ambito
delle Politiche per l'Invecchiamento Attivo
Promosse e finanziate da Regione Lombardia**

Info e prenotazioni:
392 9441185
eventi@bergamosanita.it