

- 5 Editoriale**
Grazie
Martina, Alberto e Oney
- 6 Attualità**
1-16 ottobre
Ritorna BergamoScienza,
la scienza spiegata a tutti
- **SPECIALITÀ A-Z**
- 10 Gastroenterologia**
Cattiva digestione,
come prevenirla
e contrastarla
- 12 Oculistica**
Miopia.
Un problema in aumento
anche tra i giovani
- 14 Reumatologia**
Artrite reumatoide:
se presa per tempo,
si può curare
- **PERSONAGGIO**
- 16 Sagi Rei**
Volevo fare l'immunologo
invece canto la pace
con la mia chitarra
- **IN SALUTE**
- 18 Stili di vita**
Interferenti endocrini:
il decalogo per difendersi
- 20 Alimentazione**
Veganismo,
pro e contro
- 22 Caffè fa bene o male?**
È tutto una questione
di quantità
- **IN ARMONIA**
- 24 Psicologia**
Come sopravvivere a un
collega "demotivante"
...e non farsi contagiare
dalla sua negatività
- 26 Coppia**
Flirt o amore vero?
- **IN FAMIGLIA**
- 28 Dolce attesa**
Vaccinazioni prima e durante
la gravidanza: istruzioni per l'uso
- 30 Bambini**
Mamma, come nascono
i bambini?
- **IN FORMA**
- 32 Fitness**
Più forti e magri
con l'interval training
- 34 Bellezza**
Forfora, cause e rimedi
- **RICETTA**
- 44 Crumble di mele**
ai fiocchi e semi
- **RUBRICHE**
- 46 Altre terapie**
Superbrain Energy per energizzare
il cervello e migliorare
le performance
- 48 Guida esami**
Così si fa
l'autoesame del seno
- 50 Animali**
Colonie feline.
Come prendersene cura
- **DAL TERRITORIO**
- 52 Onlus**
Abilitare convivendo
- 55 Malattie rare**
Associazione A.R.M.R.
- 56 Testimonianza**
15 minuti sul fondo
del lago. Vivo per miracolo
- 58 News**
- **STRUTTURE**
- 64 Habilita**
- 66 Terme di Trescore**
- **GUIDA ALLE PROFESSIONI
SANITARIE**
- 68 Tecnico di radiologia,
non solo RX**
- **REALTÀ SALUTE**
- 71 InsiemeAte Onlus**
- 73 Pianeta Sorriso**
- 75 Fisiформа**
- 77 Centro di radiologia
e fisioterapia**
- 79 Ananda**
- Allegato centrale:
AMICI DI BERGAMO SALUTE**

PARTECIPANTI ALLA FONDAZIONE
ITALIANA PER L'EDUCAZIONE
ALIMENTARE