

➤ **EDITORIALE**

5 Cari lettori...

➤ **SPECIALITÀ A-Z**

6 **Fisioterapia**

L'incubo del mal di schiena.
Alla ricerca della postura
perfetta

10 **Gastroenterologia**

Attenti al rischio
di congestione

12 **Urologia**

Tumore alla prostata.
L'importanza
della prevenzione

➤ **PERSONAGGIO**

16 Roberto Intrallazzi

➤ **IN SALUTE**

20 **Stili di vita**

I giardini che curano.
Oasi di benessere
per corpo e mente

22 **Alimentazione**

Adeguiamo la nostra dieta
all'estate

24 **Yogurt.**

Una merenda "viva"
e rivitalizzante

➤ **IN ARMONIA**

26 **Psicologia**

L'innamoramento è un corso
di formazione sacro

28 **Coppia**

Combattere la monotonia
nella vita di coppia

➤ **IN FAMIGLIA**

30 **Dolce attesa**

Gravidanza d'estate.
Un momento delicato

32 **Bambini**

Vacanze al mare con i bimbi.
Istruzioni per l'uso

34 **Ragazzi**

Nasce l'Academy
contro la violenza di genere

36 **Salute mentale**

Spunta blu.
L'ansia delle mancate risposte

➤ **IN FORMA**

38 **Bellezza**

L'acne ti cambia la vita

40 **Fitness**

Sport in spiaggia.
Il vademecum

➤ **RICETTA**

48 **Veganecake alla frutta**

➤ **RUBRICHE**

51 **Animali**

Quando il cane rantola
è perché soffre

54 **Guida esami**

Ortopantomografia.
La "panoramica"
del cavo orale

56 **Altre terapie**

Fitoterapia. Un'antica scienza
per il benessere moderno

➤ **VIAGGI DELLA SALUTE**

58 **Viaggi sui velieri.**

Tutta salute con il vento
in poppa

➤ **DAL TERRITORIO**

60 **Farmacie**

Creatina. Sfatiamo i falsi miti

62 **News**

64 **Terzo settore**

Amiche per mano.
Insieme si può vincere!

60 **Il lato umano**

della medicina

Carlo Saffioti: psichiatra,
politico e podista

71 **Malattie rare**

Gli eventi di A.R.M.R.

72 **Testimonianza**

Paralizzato a 29 anni,
ma non lascia la nautica

➤ **STRUTTURE**

74 **Neovision**

➤ **PROFESSIONI SANITARIE**

76 **Il fisiatra. Lo specialista
della riabilitazione**

➤ **REALTÀ SALUTE**

79 **In Cammino Coop Sociale**

81 **C.S. Materassi**

Allegato centrale:

Amici di Bergamo Salute

PARTECIPANTI ALLA FONDAZIONE
ITALIANA PER L'EDUCAZIONE
ALIMENTARE

