

# ***“Insieme per la prevenzione”***

*La Banca della Valsassina, in collaborazione con l'Associazione Spazio Prevenzione Onlus, ha il piacere di proporre ai propri Soci e Clienti un programma di prevenzione sanitaria*

**VENERDI'****20****NOVEMBRE**

## ***ANALISI MASSA CORPOREA***

**Sede di Cremeno:** dalle ore 09.30 alle ore 12.00  
**Filiale di Cortenova:** dalle ore 13.00 alle ore 15.30  
**Filiale di Premana:** dalle ore 16.30 alle ore 19.00

## ***ESAME DELLA COMPOSIZIONE CORPOREA***

***SI TRATTA DI UN ESAME SEMPLICE E TOTALMENTE NON INVASIVO, EFFETTUATO DA UN BIOLOGO NUTRIZIONISTA, UTILE PER DETERMINARE: MASSA GRASSA, MASSA MAGRA, ACQUA CORPOREA, GRADO DI IDRATAZIONE, METABOLISMO A RIPOSO, ATTIVAZIONE DELL'ASSE DELLO STRESS. DA QUESTI DATI SI RICAVA IL FABBISOGNO ENERGETICO GIORNALIERO ED UNA SERIE DI INDICAZIONI SUL REGIME ALIMENTARE DA SEGUIRE. A PARTIRE DA QUESTE INFORMAZIONI DIVENTA PIÙ FACILE DIMAGRIRE E RIEQUILIBRARE IL TONO E L'ASSETTO MUSCOLARE.***

**VENERDI'****27****NOVEMBRE**

## ***VISITE SENOLOGICHE***

**Sede di Cremeno:** dalle ore 09.00 alle ore 10.35  
**Filiale di Cortenova:** dalle ore 11.15 alle ore 13.00  
**Filiale di Premana:** dalle ore 14.15 alle ore 16.00

***Le visite saranno gratuite per i Soci, mentre verrà richiesto un contributo di euro 30 ai non Soci***

***Per ulteriori informazioni e prenotazioni s'invita a contattare i seguenti recapiti:***

- ❖ ***Sede di Cremeno:*** tel. 0341/996.335 email: [cremeno@valsassina.bcc.it](mailto:cremeno@valsassina.bcc.it)
- ❖ ***Filiale di Cortenova:*** tel. 0341/901.301 email: [cortenova@valsassina.bcc.it](mailto:cortenova@valsassina.bcc.it)
- ❖ ***Filiale di Premana:*** tel. 0341/890.188 email: [premana@valsassina.bcc.it](mailto:premana@valsassina.bcc.it)
- ❖ ***la propria Filiale di riferimento.***

***...la Tua Banca si prende cura di Te...***