



Regione  
Lombardia

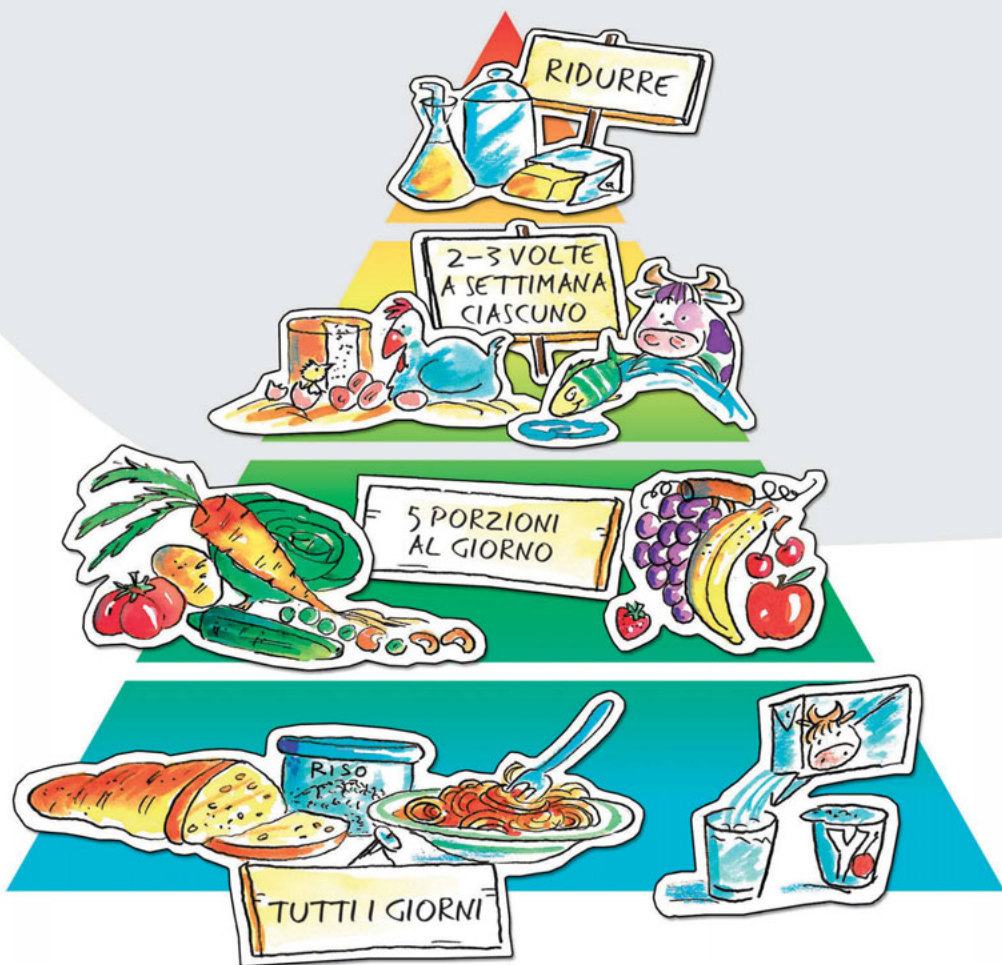
ASL Brescia

# INVESTIAMO INSIEME IN SALUTE

**Educare i nostri figli già da piccoli a corrette abitudini alimentari significa investire sulla loro salute. Mantenere un peso adeguato e fare attività fisica influisce sul loro benessere. Pediatri e operatori dell'ASL ci aiutano a crescere bambini più sani.**



# FA CHE IL CIBO SIA LA TUA MEDICINA:



per fare le giuste scelte alimentari  
ecco un pratico schema, che aiuta a programmare  
il menù e a fare la spesa.



e i miei croccantini?



# I BAMBINI GIOCANO CON TUTTO E SI DIVERTONO CON NIENTE:



tutti i giorni i nostri bambini devono camminare, giocare, fare attività motoria per diventare adulti in buona salute.



**SE VOSTRO FIGLIO  
HA PROBLEMI DI PESO,  
RIVOLGETEVI  
AL PEDIATRA DI FAMIGLIA:**

**insieme potrete individuare e correggere  
le possibili cause, migliorando l'alimentazione  
e scegliendo stili di vita salutari  
per l'intero nucleo familiare.  
Il Pediatra di famiglia è in grado  
di prendersi carico del problema.**

*Mettete in pratica le sane abitudini:  
è un investimento per il futuro!*

