



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA

 Regione Emilia-Romagna

**PERDI
L'AUTOBUS!**

**DATTI
UNA MOSSA**

#bastapoco ...e ci guadagni in salute



Guadagnare in salute è più semplice di quanto credi. Durante la tua giornata, se ci fai caso, ci sono **tante piccole attenzioni e opportunità per combattere la pigrizia e la cattiva alimentazione.**

In casa, in ufficio, in città: ogni giorno puoi muoverti un po' di più e mangiare un po' meglio. **Basta poco.**

BICICLATI!

**METTITI
SCOMODO**

Scopri come su mappadellasalute.it