

# Spiagge Serene

Progetto di educazione alla salute

## CALENDARIO ROMA 3

### • GIUGNO

29 OSTIA LIDO spiaggia libera verde  
ore 8.30-13.00

### • LUGLIO

07 FIUMICINO spiaggia libera  
ore 14.30-19.00

14 OSTIA LIDO spiaggia libera verde  
ore 14.30-19.00

21 FIUMICINO spiaggia libera  
ore 14.30-19.00

22 FREGENE spiaggia libera  
ore 8.30-13.00

27 OSTIA LIDO spiaggia libera Castel Porziano  
ore 14.30-19.00

28 PASSOSCURO spiaggia libera  
ore 14.30-19.00

### • AGOSTO

04 FIUMICINO spiaggia libera  
ore 14.30-19.00

05 FOCENE spiaggia libera  
ore 8.30-13.00

10 OSTIA LIDO spiaggia libera verde  
ore 14.30-19.00

11 FIUMICINO spiaggia libera  
ore 14.30-19.00

18 OSTIA LIDO spiaggia libera verde  
ore 14.30-19.00

25 FREGENE spiaggia libera  
ore 14.30-19.00

26 FIUMICINO spiaggia libera  
ore 8.30-13.00

### • SETTEMBRE

01 OSTIA LIDO spiaggia libera Castel Porziano  
ore 14.30-19.00

02 FIUMICINO spiaggia libera  
ore 8.30-13.00



**Alimentazione  
in Estate:**

Cosa e quanto mangiare?



**10 Consigli utili**

per vivere il mare  
"in sicurezza"



**Disostruzione  
vie aeree**

nelle diverse fasce di età



**In-Formazione**

Fisioterapia e Logopedia  
in spiaggia



**Le OSTETRICHE  
per le DONNE!**



**Alimentazione  
ed Osteoporosi:**

Come comportarsi?



QR CODE brochure  
informativa



**Cosa fare  
in caso di**

**EMERGENZA**



Numero unico europeo  
per le emergenze