

CAMMINARE SULLE STRADE DELLA SALUTE



MERCOLEDÌ 9 MAGGIO ORE 18.00
CENTRO AGORÀ VIA U. FERRARI 17 CASTELVERDE

PROGETTO GRUPPI DI CAMMINO

COSA SONO I GRUPPI DI CAMMINO

SONO GRUPPI DI PERSONE GUIDATE, INIZIALMENTE, DA UN OPERATORE E, IN SEGUITO, DA UN WALKING LEADER. IL GRUPPO SI TROVA REGOLARMENTE IN UN LUOGO DEFINITO PER CAMMINARE INSIEME, AL FINE DI PROMUOVERE L'ATTIVITÀ FISICA E MIGLIORARE LA QUALITÀ DELLA VITA, CONTRIBUENDO, IN TAL MODO ALLA REGOLARIZZAZIONE DELLA PRESSIONE ARTERIOSA E A PREVENIRE O ATTENUARE LA PROGRESSIONE DELLE PRINCIPALI PATOLOGIE CRONICO-DEGENERATIVE QUALI LE MALATTIE CARDIOVASCOLARI, RESPIRATORIE, OSTEOARTICOLARI, DIABETE, OBESITÀ E DEPRESSIONE.



UNIONE DI COMUNI LOMBARDA "TERRE DI CASCINE"
TRA COMUNI DI CASTELVERDE E POZZAGLIO ED UNITI



Sistema Socio Sanitario
Regione Lombardia
ATS Val Padana