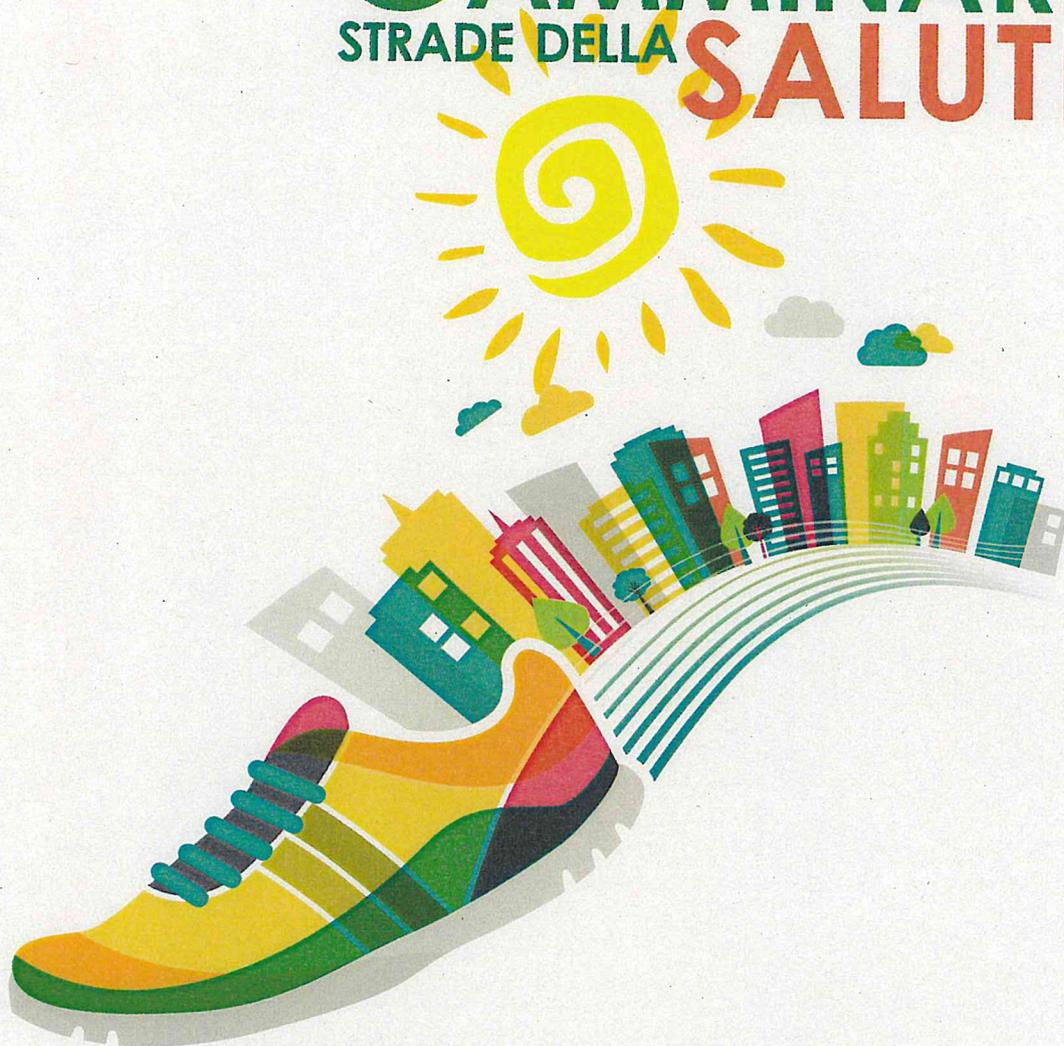


CAMMINARE SULLE STRADE DELLA SALUTE



MARTEDÌ 21 MAGGIO ORE 20:45
BIBLIOTECA COMUNALE - VIA ROMA,5 - RIPALTA CREMASCA

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.



Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia
ATS Val Padana