

CAMMINARE SULLE STRADE DELLA SALUTE



14 MARZO 2018 ORE 18.00 - SALA POLIVALENTE SCANDOLARA RAVARA
VIA MARCONI, 67

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.

PARROCCHIA DI
SCANDOLARA RAVARA
E
CASTELPONZONE

ASSOCIAZIONE VOLONTARI ITALIANI SANGUE
AVIS Scandolara Ravara
Piazza Italia, 13 - 26040 Scandolara Ravara (CR)

ASSOCIAZIONE
ANZIANI
IL SORRISO

FARMACIA
CORBARI
Via Europa, 33 Castelponzone
26040 Scandolara Ravara (CR)
Tel. 0375 93548
WWW.FARMACIACORBARI.IT



Sistema Socio Sanitario
Regione Lombardia
ATS Val Padana