

# CAMMINARE SULLE STRADE DELLA SALUTE



18 APRILE 2018 ORE 18.00

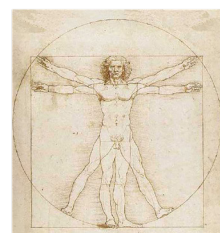
SALA CONSILIARE VIA MARTIRI DELLA LIBERTÀ 60 ROBECCO D'OGLIO

## 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.

Dott. Minchillo  
Maurizio



Associazione Culturale  
*Leonardo*



COMUNE DI  
ROBECCO D'OGLIO  
Provincia di Cremona

Sistema Socio Sanitario  
 Regione  
Lombardia  
ATS Val Padana