



LECCO, 15 MAGGIO 2016 - ORE 9.00

SECONDA CAMMINATA DELLA SALUTE

Partenza da Via Brodolini (Maggianico), all'altezza del Palataurus

Sistema Socio Sanitario

 Regione Lombardia
 ATS Brianza

Sistema Socio Sanitario

 Regione Lombardia
 ASST Lecco

Con il patrocinio di



OMCeO Lecco



Con la collaborazione di



Si ringrazia

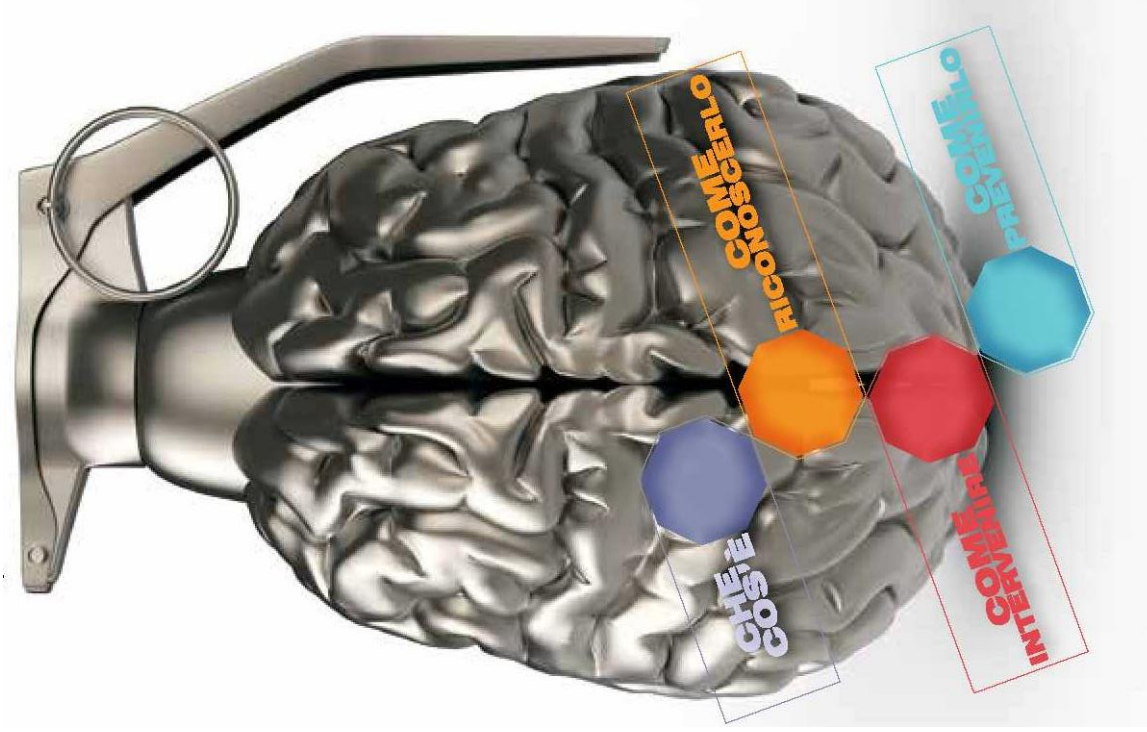


Una camminata amatoriale per sensibilizzare sull'importanza dell'attività fisica regolare nella prevenzione dell'ictus e delle malattie cardiovascolari

Molte malattie neuro e cardiovascolari sono correlate alle cattive abitudini alimentari e alla inattività fisica.

Controllare i comportamenti scorretti, noti come fattori di rischio, allunga e migliora la qualità della vita. Fumo, pressione arteriosa, colesterolo e glicemia fuori norma, uniti a sedentarietà e ad attività lavorativa stressante, possono ridurre l'aspettativa di vita e aumentare la durata della malattia.

Per tutti, sani e malati, il primo livello di prevenzione consiste nello svolgere attività fisica regolare e controllata.



È gradita la preiscrizione telefonando al 335/6073278, dalle 16.00 alle 18.00, da lunedì a venerdì

