

Uffici di staff · Direzione Generale

Parma, 13/10/2023

## **Comunicato stampa**

### **Camminare insieme verso uno stile di vita sano**

*Il 18 ottobre alle 18.15 con ritrovo in piazzale Fiume. Il gruppo di cammino è una iniziativa aperta a tutti di UISP, in collaborazione con Azienda Usl e ASP Parma*

**Camminare insieme verso uno stile di vita sano** è l'obiettivo del **gruppo di cammino** organizzato da **UISP Sport per tutti**, in collaborazione con **l'Azienda Usl** e **l'ASP – Azienda Servizi alla Persona – del distretto di Parma**.

L'appuntamento è per **mercoledì 18 ottobre**, con ritrovo in **piazzale Fiume** (davanti a Villa Parma) alle **ore 18.15**. **Non è necessario l'iscrizione**: è sufficiente presentarsi con un abbigliamento comodo, scarpe da ginnastica e tanta voglia di fare insieme il percorso proposto, di circa 5 km. **Camminare con regolarità fa bene al corpo e alla mente**: rassoda e tonifica i muscoli di gambe e glutei, stimola la circolazione, rafforza le ossa, aiuta a controllare il diabete, riduce ansia e stress.

Partecipano alla camminata **Anna Sofia Delussu**, medico del servizio di Medicina dello sport dell'Azienda Usl e **Stefano Andreoli**, amministratore unico di ASP Parma.

**La cittadinanza è invitata a partecipare.**

Simona Rondani  
Ufficio stampa Ausl Parma