



Parma, 04/10/2019

## Comunicato stampa

### **Langhirano – Stare bene con l'attività fisica: dalla teoria alla pratica**

*Alla Casa della Salute, l'8 ottobre incontro di educazione sanitaria e camminata  
Un'iniziativa dell'AUSL di Parma*

Stare bene con l'attività fisica: alla **Casa della Salute di Langhirano**, si passa dalla teoria alla pratica in un pomeriggio.

**Martedì 8 ottobre**, i professionisti dell'AUSL Diletta **Ugolotti**, diabetologa e Andrea **Cantergiani**, medico dello sport **spiegano gli effetti positivi dell'attività fisica sulla salute**, toccasana per muscoli, cuore, polmoni, umore, ossa e cervello.

A seguire, **camminata** nella pista che costeggia il torrente Parma. E al rientro, un **sano rinfresco** per tutti.

**I cittadini sono invitati a partecipare**: è sufficiente indossare abiti comodi e scarpe da ginnastica.

**Con inizio alle 15**, il ritrovo è nella **sala riunioni della Casa della Salute**, via Roma n. 42/1, Langhirano (terzo piano). In caso di maltempo restano confermati l'incontro e il rinfresco.

**E' un'iniziativa dell'AUSL** organizzata in collaborazione con i **medici di medicina generale della Casa della Salute di Langhirano**, con il patrocinio di **AGD Associazione Giovani Diabetici di Parma** e di **Fe.D.E.R. Federazione Diabete Emilia-Romagna**.

Ufficio Stampa  
Azienda Usl di Parma  
Simona Rondani  
Cel. 320.6198715