

Parma, 18/05/2017

Comunicato stampa

San Secondo – Camminare fa bene, insieme è più divertente

Se ne parla a "Il tè del giovedì", l'incontro di educazione sanitaria organizzato dall'Azienda USL alla Casa della Salute il 25 maggio

Si parlerà di **tutti i benefici di una camminata** al prossimo appuntamento con **"Il tè del giovedì"**, l'incontro di **educazione sanitaria** organizzato dall'AUSL alla **Casa della Salute di San Secondo, il 25 maggio**.

Con inizio **alle 17**, insieme ad Emanuela **Dallatana**, direttore del progetto PassiOn e a Silvia **Strozzi**, naturopata e giornalista, impariamo che camminare fa bene a tutte le età, non richiede tecnica, né attrezzatura. E se si cammina in compagnia è anche divertente! Una bella passeggiata è un toccasana per muscoli, cuore, polmoni, umore, ossa e cervello. Infatti, riduce l'ansia e la depressione, stimola il cervello, abbassa la pressione, riduce il colesterolo cattivo, alza quello buono, abbassa il rischio di infarto, rafforza le ossa, aiuta a controllare il diabete e a perdere peso.

L'ingresso è **gratuito**, la cittadinanza è **invitata** a partecipare.

Come d'abitudine, sarà offerto il tè.

Per **informazioni**: tel. 0521.371790, e-mail: medicinadigruppo@email.it.

Ufficio stampa
Simona Rondani
Cell. 320.6198715