

## **Conferenza Stampa**

**Gruppi di cammino in pausa pranzo:  
al via il nuovo progetto di PassiOn**

**Giovedì 23 ottobre 2014 - ore 11.30  
Casa della Salute Parma centro – terzo piano**

## **Intervengono:**

**Massimo Fabi**, Direttore generale AUSL Parma

**Arturo Balestrieri**, Presidente Fondazione Sport Parma

**Giuseppina Ciotti**, Direttore distretto di Parma – AUSL di Parma

**Gianluca Pirondi**, Responsabile programma aziendale promozione della salute  
AUSL di Parma

**Alessandra Dei Cas** Dipartimento di Medicina Clinica sperimentale  
dell'Università di Parma

**Claudio Franchini** Direzione Area Associativa Ascom

**Sara Conversi** UISP

**Giovanni Marani**, Assessore allo Sport Comune di Parma

## NOTA PER GLI ORGANI DI INFORMAZIONE

Fare **regolare attività motoria**, insieme ad una **corretta alimentazione**, è il metodo migliore di **prevenzione delle malattie**, di raggiungimento di un corretto equilibrio psico-fisico e di antiaging. Tra tutte le attività fisico motorie **il camminare** è quella più facilmente praticabile, anche in contesti non organizzati e con costi molto contenuti.

Con gli **obiettivi** di promuovere uno stile di vita sano e attivo, favorire la socializzazione e la nascita di gruppi di cammino spontanei, proporre ai turisti un modo alternativo di visitare la città torna **"PassiOn"** con un nuovo progetto: **incentivare la pratica di attività motoria in pausa pranzo a chi lavora in negozi, studi e uffici del centro città.**

**L'appuntamento è di fronte alla Casa della Salute Parma centro** in Largo Palli, tra i viali Mentana e Fratti. Si **inizia martedì 28 ottobre**, fino a Pasqua 2015, con una interruzione nel mese di dicembre. **Ogni martedì alle ore 13.10** parte un gruppo di cammino guidato da **un istruttore esperto**, per percorrere un giro della durata di circa **45/ 50 minuti**. Settimanalmente, si alternano **due percorsi di circa 4,5/5km**: percorso Parco Ducale e percorso Parco Falcone Borsellino. **La partecipazione è libera e gratuita per tutti tesserati UISP e CSI.** La prima volta si può partecipare anche senza essere tesserati, dopo aver firmato una liberatoria che solleva la Fondazione Sport Parma da qualsiasi responsabilità per eventuali inconvenienti fisici.

**LA COLLABORAZIONE CON L'AUSL** Tutti coloro che partecipano ad un numero predefinito di camminate, dopo aver compilato la "tessera fedeltà", possono usufruire di una **visita medica gratuita all'U.O. di medicina dello sport della Casa della Salute Parma Centro** con valutazione della massa magra e grassa e successiva consulenza medico sportiva.

**LA COLLABORAZIONE CON L'UNIVERSITA'** I partecipanti alle camminate possono partecipare ad una **ricerca** del Dipartimento di Medicina Clinica sperimentale dell'Università di Parma, per valutare se il rischio di diabete mellito è predittore della risposta alle modifiche dello stile di vita.

**LA COLLABORAZIONE CON ASCOM** Ascom **promuove** il progetto tra i propri associati, coinvolgendo una decina di bar che offrono un **menu fitness** (panino o insalata con bevanda) **a prezzo agevolato** destinato ai camminatori.

**Passion è un'iniziativa di Fondazione Parma Sport, in collaborazione con UISP e CSI, con il patrocinio del Comune di Parma.**

Ufficio stampa  
Fondazione Sport Parma e  
AUSL di Parma