

ECCO TUTTI I BENEFICI DELLA CAMMINATA, un toccasana per muscoli, cuore, polmoni, umore, ossa e cervello!



Bedonia

Evento organizzato da:
Azienda USL di Parma,
Casa della Salute di Bedonia,
Comune di Bedonia, Seminario
Vescovile di Bedonia, UISP,
CAI sezione di Parma e Gruppo Alta Val Taro

In collaborazione con:



L'AUSL IN CAMMINO...

MI CURO DI ME

29 Aprile 2017 | ore 9.00
Parco del Seminario Vescovile
Bedonia

L'AUSL IN CAMMINO...

MI CURO DI ME

Cammina insieme a noi il 29 Aprile, una giornata all'insegna del benessere psico-fisico, per grandi e piccini!

Il ritrovo è al Seminario Vescovile di Bedonia: da qui partiremo per apprezzare la natura incontaminata, il fascino e le bellezze di luoghi privilegiati del territorio con punti d'osservazione non sempre raggiungibili e a volte sconosciuti anche alla popolazione locale.

Non solo: sarà soprattutto **un'occasione per socializzare e per confrontarsi su temi di salute, sani stili di vita, prevenzione e tanto altro ancora.**

Saranno presenti banchetti informativi con professionisti Ausl e volontari per guidarti in una maggior consapevolezza e tutela della tua salute!

TI ASPETTIAMO!

Gli operatori dei Servizi dell'Ospedale di Borgotaro

I Volontari delle Associazioni locali

PROGRAMMA

9.00 Ritrovo al parco del Seminario Vescovile di Bedonia

9.30 Partenza dal Seminario Vescovile
E' possibile scegliere tra:

ESCURSIONE A CAVALLO

Per informazioni rivolgersi a Castellaro Ranch - M. Rugali - tel. 3482686452

ESCURSIONE A PIEDI

CON UN PERCORSO DI CIRCA 1KM

adatto a tutti, anche a bambini

Seminario - anello attorno al Parco della Basilica

ESCURSIONE A PIEDI

CON UN PERCORSO DI CIRCA 6KM

adatto a tutti, anche a bambini

(tempo previsto 2 ore)

Seminario - Cerro Grosso - Provinciale - Cavadasca - Cascina Perona - Cappellini - Case Fanga - Via Casaroli - Seminario

ESCURSIONE A PIEDI

CON UN PERCORSO DI CIRCA 7.5KM

adatto a tutti, anche a bambini

(tempo previsto 3 ore)

Seminario - Cerro Grosso - Provinciale - Cavadasca - Cejo - Monti - Acqua Solforosa - Cascina Perona - Cappellini - Case Fanga - Via Casaroli - Seminario

14.00 Apertura del Planetario e dei Musei del Seminario Vescovile

16.30 VITTORIO PODESTÀ

Campione paralimpico handbike

Rio De Janeiro 2016, si racconta in piazza Centinaro a Bedonia

INFORMAZIONI

Per iscrizioni contattare:

Elena Felloni 366.6709094

- efelloni@ausl.pr.it
- relmare@ausl.pr.it
- bbruni@ausl.pr.it

In caso di maltempo l'evento sarà rinviato a **sabato 6 maggio**.

Apertura al pubblico del **Planetario e dei Musei** a partire dalle 14.00

Info Planetario: 328.3470730 (Roberto Pardini)

Info Musei: 0525.824420

Si ringraziano per la collaborazione:

- il Gruppo **NORDA (Lynx)**
- il **Centro Commerciale Naturale di Bedonia**

Percorsi presidiati da accompagnatori **CAI**.
È consigliato abbigliamento da trekking.