

## Brugherio: "incontri attorno allo scaffale"

Mercoledì, 25 Aprile 2012 02:12

---

Continuano gli incontri del ciclo "Incontri attorno allo scaffale Oltre il cancro" Il prossimo prevedue due appuntamenti:

venerdì 11 maggio 2012 alle ore 21.00 in sala conferenze, Biblioteca Civica di Brugherio

"Vivere in movimento per vivere in buona salute"

domenica 13 maggio 2012 alle ore 9,00

"4 passi per la salute"

passeggiata non competitiva sull'anello del Parco Increa a Brugherio

Gli incontri sono organizzati da La Lampada di Aladino onlus in collaborazione con la Biblioteca Civica di Brugherio e sotto il patrocinio dell'Assessorato Istruzione, Cultura, Nidi e Formazione del Comune di Brugherio.

L'ingresso alla conferenza è libero ma i posti limitati, pertanto è consigliabile la prenotazione: tel.039/882505

A tutti i partecipanti alla "camminata" verrà consegnata una pettorina che porterà la dicitura "Io corro per....." che ognuno potrà personalizzare.

L'iscrizione alla "camminata" e le pettorine si possono ritirare dal 7 al 11 maggio 2012

- presso la sede de "La Lampada", Via Dante 108 a Brugherio dalle ore 9,00 alle ore 12,00
- presso la sede del Centro Olimpia Comunale, P.zza Don Camagni 10 a Brugherio dalle ore 16,45 alle ore 19,15
- la mattina stessa della manifestazione

Studi scientifici provano la stretta collaborazione tra inattività fisica ed alcune patologie croniche, mentre hanno accertato come esercizio fisico e corretta alimentazione costituiscano un punto di forza per la prevenzione, cura e riabilitazione di malattie cardiovascolari, metaboliche, tumorali. "4 passi per la salute" vuole sostenere l'utilità e la necessità dell'attività fisica sia come strumento di prevenzione e di benessere psico-fisico sia come strumento di terapia nel caso di malattie "esercizio-sensibili".

Allego locandina dell'evento con richiesta di volerla cortesemente pubblicare.

Cecilia Proverbio

Ufficio Stampa

La Lampada di Aladino onlus

Tel. 039/88.25.05