



Città di Voghera



Comune di Retorbido



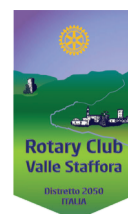
Comune di Codevilla



Comune di Rivanazzano Terme



UNITI PER FARE DEL BENE



Sistema Socio Sanitario Regione Lombardia
ATS Pavia ASST Pavia



10 Maggio 2026

Camminata per la salute

una giornata insieme contro l'ictus

11 anni

www.bell-tany.it



partenza ore 9.30

VOGHERA



Una passeggiata: non sarà solo uno svago ma un vero atto di prevenzione. Sono 130.000 i casi di ictus ogni anno e la cura migliore è la prevenzione, adottando uno stile di vita corretto, con un'alimentazione povera di sale, di zucchero e di grassi. Camminando insieme lungo la Greenway miglioreremo le nostre abitudini e ridurremo la nostra circonferenza addominale.

PROGRAMMA: 9,30 partenza da **VOGHERA - BAR MOVIDA**, percorso lungo la Greenway arrivo al **PARCO BRUGNATELLI** di **RIVANAZZANO TERME** verso le **12,30**.

I partecipanti saranno coinvolti in una mattinata di cammino salutare, di prevenzione e controllo dei fattori di rischio dell'ictus. All' **ARRIVO**, infatti, i medici e gli infermieri del reparto di neurologia di Voghera, le infermiere della Casa della Comunità e del Rotary e i medici di Casa di Cura Villa Esperia, saranno disponibili per la misurazione della glicemia, del colesterolo e della pressione arteriosa, si potrà valutare anche la propria salute muscolare con l'esame bioimpedenziometrico. I camminatori potranno conoscere attraverso la carta del rischio la propria situazione di possibile malattia cerebrovascolare e anche cardiogena.

All' arrivo, per tutti i partecipanti ci sarà la possibilità di gustare un piatto salutare. Dopo il pranzo, si potrà assistere a una dimostrazione di rianimazione e di primo soccorso e approfondire le attività del centro da sempre vicino alla salute e alla prevenzione **TUTTI INSIEME PER LA PREVENZIONE con LO SPORT E COMPORTAMENTI SALUTARI.**



*è possibile unirsi alla camminata di salute presso ogni gazebo del tracciato e percorrere la distanza più adatta ad ogni preparazione fisica.



Kalibra



Yakult

