

CAMMINATE A PASSO VELOCE

La staffetta della salute 1ª edizione

Proponiamo un percorso a tappe, volto a consolidare la nostra scelta di perseguire un sano stile di vita.

Il testimone è il simbolo dell'unione di tutti gli elementi che, ad ogni tappa, interverranno per accrescere la consapevolezza dei corretti stili di vita da rispettare.

La **partecipazione** è **gratuita** e aperta a tutti.

Non occorre la prenotazione.

La camminata si svolgerà anche in caso di maltempo.

- **Domenica 1 dicembre 2019**

con Gerardo Astorino, Relatore e Testimone Speciale

Punto di partenza e rientro: Centro Natura, via degli Albari 4/a

Orario: ore 9:30 (puntuali) – rientro ore 11.30 circa con brindisi offerto da **Corte D'Aibo**

Livello di intensità: medio (percorso cittadino)

Percorso

I tappa: **Salute e Movimento** con Dr. Gerardo Astorino, Dirigente medico UOC: Epidemiologia, Promozione della Salute e Comunicazione del Rischio – Dipartimento Sanità Pubblica

II tappa: **Campagna contro il fumo** con Eugenio Bianchi, Presidente dell'Associazione ALIBERF e il contributo della Sig.ra Maria Luisa Astolfi

III tappa: **Campagna contro l'alcool** con Dr. Francesco Malaspina, Centro di alcologia dell'ospedale Maggiore

IV tappa: **Corretta e sana alimentazione** con Stefania Marianucci, farmacista e naturopata Centro natura

Interverranno, inoltre: Prof. Luciano Biasini, Presidente Endas Bologna - Maddalena Stanzani per Resiliearth.

Al termine della staffetta è possibile pranzare presso il Ristorante Biovegetariano Centro Natura a prezzo convenzionato.

Consigliata la prenotazione.

Con l'occasione, Vi auguriamo Buone Feste! Le camminate riprenderanno domenica 12 gennaio 2020



Un progetto di

sport natura

via degli Albari, 4/a – 40126 Bologna | tel 051223331

info@centronatura.it www.centronatura.it



Centro Natura



centronaturabologna

in collaborazione con



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Bologna

Istituto delle Scienze Neurologiche
Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico



Datti una mossa!



Comune di Bologna



Benessere
è Bologna