

UFFICIO STAMPA

Autorivari studio associato - Corso IV Novembre, 8 12100 - Cuneo
Tel. 0171/601962 - Fax 0171/436301 - E-mail: staff@autorivari.com

Parte da Pradleves il progetto itinerante "Le cattedre ambulanti della salute"
Sabato 27 luglio la prima escursione che abbina la camminata all'informazione medica

05) 18.07.2013 - Sabato 27 luglio a Pradleves avrà luogo il primo appuntamento del progetto "Le cattedre ambulanti della salute" organizzato dalla Compagnia del Buon Cammino in collaborazione con l'associazione Re.Li.Fe (Respiro Libero e Felice) Onlus di Cuneo. Si tratta di una camminata fattibile da tutti e non particolarmente impegnativa con partenza alle 16,30 dall'albergo "La Pace"; la comitiva si dirigerà quindi in direzione Sevana su un percorso ad anello della durata di circa 2 ore. All'escursione prenderanno parte anche il dottor Andrea Antonelli, del reparto di Allergologia e Fisiopatologia respiratoria dell'ospedale S. Croce e Carle di Cuneo, e Giulia Pellegrino, specializzanda in malattie respiratorie all'Università di Milano, che in due distinti momenti (a metà percorso e al termine) faranno due brevi interventi per spiegare le connessioni tra ambiente, respiro e salute. La passeggiata si concluderà con una cena a prezzo convenzionato presso il ristorante "La Pace" (prenotazioni obbligatorie al numero 0171/986126, entro le ore 12, di sabato 27 luglio). Per ulteriori informazioni telefonare al numero 335-1229151.

Il progetto "Le cattedre ambulanti della salute" si svilupperà tra luglio e ottobre nelle vallate della Granda e prevede nove escursioni che abbineranno, ciascuna, una facile camminata di un paio di ore con un doppio intervento di medici o specialisti per approfondire meglio l'importante legame tra attività fisica e salute. Il prossimo autunno, in data ancora da definire, avrà luogo una serata conclusiva in cui saranno consegnati i 'passaporti della salute' ai partecipanti e verranno ringraziati i medici che hanno aderito al progetto.

"Con questa iniziativa l'escursionismo incontra la medicina direttamente sul nostro territorio - spiega **Ermanno Bressy**, coordinatore della Compagnia del Buon Cammino -. Ogni gita, infatti, sarà occasione importante non solo per creare aggregazione tra i partecipanti, ma anche e soprattutto per capire i motivi per cui è fondamentale fare un'attività fisica regolare, soprattutto all'aria aperta. Quale location migliore se non le nostre valli, dunque, capaci di trasformarsi per l'occasione in eccezionali aule didattiche naturali?".

"Salute è uno dei termini più ricercati sulla rete ed un bene primario per chiunque; nessuno si accorge quando c'è, ma chiunque se ne accorge quando manca - dice **Riccardo Pellegrino** coordinatore della Re.Li.Fe Onlus -. Con questa e altre iniziative si vuole dare una serie di consigli per scegliere i corretti stili di vita per vivere bene e suggerire agli amministratori che stare bene aumenta il PIL e riduce le spese sanitarie. In un momento difficile per l'economia e l'assistenza nel nostro Paese, il 'passaporto della salute' si presenta come un valido esempio per te e che altri possono imitare e perpetrare. Con questa iniziativa vogliamo aiutare la gente a scoprire il mondo del benessere nel piacere del camminare insieme".

La Re.Li.Fe. Onlus è un'associazione di volontariato nata nel gennaio 2005 e con sede presso l'ospedale Carle di Cuneo; opera nel campo della salute respiratoria, promuovendo attività educativa, specialmente nei confronti dei giovani, eventi culturali-formativi sulla salute respiratoria e sull'attività sportiva, e organizzando riunioni locali, camminate e la Giornata Nazionale del Respiro.

LE CATTEDRE AMBULANTI DELLA SALUTE

DATA	LUOGO DI RITROVO	ARGOMENTO
27 luglio	Pradleves – Albergo La Pace	Ambiente, respiro, salute
18 agosto	Marmora - Eco villaggio Sagna Rotonda	Invecchiare bene...come?
1 settembre	Cartignano - Sala polivalente	Cuore e benessere
21 settembre	Melle – Sala polivalente	Prevenire il tumore
28 settembre	Macra – Rifugio Palent	Alimentazione corretta
6 ottobre	S. Michele di Prazzo – Agriturismo Chersogno	Convivere con il diabete
12 ottobre	Chiusa Pesio – Rifugio Pian delle Gorre	Curare il rene
19 ottobre	Ponte Marmora – Gentil Locanda	Mente e stare bene
26 ottobre	Roccavione – Bar Sorriso	L'esperienza del dolore