



A.S.L. VC

Azienda Sanitaria Locale
di Vercelli

Corso M. Abbiate, 21 – 13100 VERCELLI

Tel. +39 0161 5931 fax +39 0161 210284

www.aslvc.piemonte.it

Posta certificata: aslvercelli@pec.aslvc.piemonte.it

P.I. / Cod. Fisc. 01811110020

Vercelli, 17/09/2015

COMUNICATO STAMPA

Riparte l'edizione autunnale dell'iniziativa "A camminare vengo anch'io!"

Dopo il successo delle precedenti edizioni dell'iniziativa "A camminare vengo anch'io", il settore Promozione della Salute dell'ASL VC organizza una nuova edizione per il mese di ottobre del "Gruppo di cammino". Si tratta di una iniziativa rivolta alla popolazione adulta, in particolare anziana e sedentaria, con l'obiettivo di promuovere il movimento e la socializzazione.

Il "Gruppo di cammino" è un'attività organizzata nella quale un gruppo di persone si ritrova almeno una volta alla settimana per camminare lungo un percorso urbano o extra urbano di circa un'ora, sotto la guida di personale formato che successivamente può essere sostituito da un "walking leader" interno al gruppo. Non si tratta di una passeggiata ma ci si propone di raggiungere una moderata intensità fisica, tale per cui si alternano tratti a passo normale e tratti a passo sostenuto. Non servono tuttavia attrezzature ed abbigliamento particolari.

<<I gruppi di cammino – spiega Raffaella Scaccioni Referente ASL per la Promozione alla Salute - nascono anche spontaneamente, ma tuttavia in molte realtà occorre dare un input, creare l'occasione propizia per vincere le resistenze e farsi carico dell'organizzazione. Camminare in gruppo agisce da rinforzo alla motivazione e facilita la socializzazione come valore aggiunto>>.

L'attività si realizzerà nel mese di ottobre, nelle quattro sedi principali dell'ASL VC secondo il seguente calendario:

VERCELLI: 7/10- 14/10- 21/10- 28/10 ORE 10.00-11.30;
ritrovo in Largo Giusti (davanti alla Piastra Polifunzionale ASL VC)

SANTHIA': 8/10- 15/10- 22/10- 29/10 ORE 10.00-11.30;
ritrovo davanti al Presidio Ospedaliero Via Matteotti 26.

GATTINARA: 8/10- 15/10- 22/10- 29/10 ORE 10.00-11.30;
ritrovo davanti al Presidio Polifunzionale ASL VC C.so Vercelli 159.

BORGOSIESIA: 8/10- 15/10- 22/10- 29/10 ORE 10.00-11.30;
ritrovo piazzale Lora 1- davanti all'ex ospedale.

L'iniziativa si inserisce tra le attività di promozione di stili di vita sani, soprattutto nei confronti di soggetti che tendono a praticare una vita sedentaria e quindi maggiormente soggetti all'insorgere di patologie correlate.

Per iscrizioni ed informazioni, rivolgersi dalle 9.00 alle 12, al numero 0161/593639 o via mail all'indirizzo promozione.salute@aslvc.piemonte.it.

Settore Comunicazione ASL VC

CT/ct
RS

STRUTTURA: S.S. Urp e Comunicazione

RESPONSABILE: Avv. Federico GALLO (ad interim)

COORDINAMENTO: Dr.sa Sara Marchisio

AREA "COMUNICAZIONE"

Tel. 0161/593.725 - Fax. 0161/593768

e-mail: uffcom@aslvc.piemonte.it

Indirizzo: Corso M. Abbiate, 21 – 13100 VERCELLI

Pag. 1 di 1