



TIENI IN FORMA IL TUO CUORE

ALCUNE RACCOMANDAZIONI E QUALCHE CONTROLLO REGOLARE
RIDUCONO IL TUO RISCHIO CARDIOVASCOLARE

REGGIO EMILIA, Piazza della Vittoria
sabato 10 settembre 2022, ore 10.00-18.00

PROGRAMMA DELLE INIZIATIVE

- **Truck**
automezzo attrezzato da clinica mobile dove le persone potranno eseguire, a cura di medici cardiologi e infermieri, attività di screening cardiovascolare.
- **4 Gazebo**
dove medici, infermieri, nutrizionisti e psicologi si confrontano con i cittadini rispetto ai temi dell'alimentazione, movimento e tabagismo.
Verranno inoltre distribuite mele come simbolo di una sana e corretta alimentazione.

Grazie alla collaborazione con UISP:

- **Camminata della salute**, ore 10.30, si svolgerà tra le vie della città, con partenza e arrivo in Piazza della Vittoria.
- **Yoga**, ore 16.00, pratica aperta a tutti.
- **Tai Chi**, ore 17.00, antica arte marziale cinese, con effetti positivi nella promozione della salute.

Tutte le attività saranno organizzate nel rispetto delle normative vigenti Covid