

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

“La salute nelle tue mani”: una serata tra gusto e prevenzione con la Contrada San Martino

Valeria Arini · Tuesday, April 14th, 2026

La **Contrada San Martino** promuove una nuova iniziativa dedicata al **benessere e alla sensibilizzazione sanitaria**, in collaborazione con Lega Italiana per la **Lotta contro i Tumori** – delegazione di Legnano. L’evento, dal titolo “**La salute nelle tue mani**”, si terrà sabato 18 aprile alle ore 20:30 e si propone come un momento di incontro tra convivialità e informazione.

L’appuntamento nasce con l’obiettivo di diffondere una cultura della prevenzione, sottolineando quanto le scelte quotidiane possano incidere concretamente sulla salute, fin dalla giovane età.

Protagonista della serata sarà **un menù bilanciato, studiato da una nutrizionista per offrire una proposta culinaria attenta al benessere**, senza rinunciare al gusto.

Durante la cena **interverranno relatori medici specialisti** che illustreranno l’importanza della prevenzione a 360 gradi: non solo attraverso screening ed esami diagnostici, ma anche – e soprattutto – tramite una corretta alimentazione e uno stile di vita sano.

Un messaggio chiaro e fondamentale, rivolto a tutte le generazioni: prendersi cura della propria salute è un percorso che inizia presto e si costruisce ogni giorno, attraverso scelte consapevoli.

L’iniziativa rappresenta così un’importante occasione per avvicinarsi ai temi della prevenzione in un contesto accessibile e partecipativo, rafforzando il legame tra comunità e salute.

Per maggiori informazioni sulle prenotazioni consultare i canali ufficiali di comunicazione di Contrada.

This entry was posted on Tuesday, April 14th, 2026 at 10:03 pm and is filed under [Contrada S. Martino](#), [Eventi](#), [Legnano](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.