

# LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

## A Legnano i “6.000 Passi di Salute” diventano occasione di confronto e comunità

Gea Somazzi · Sunday, May 10th, 2026

**Sotto un cielo grigio che non ha fermato entusiasmo e partecipazione, Legnano ha scelto** ancora una volta di mettersi in cammino per la salute. Nonostante la pioggia di domenica 10 maggio abbia impedito di percorrere i simbolici “6.000 Passi”, la mattinata organizzata da ALOMAR ODV si è trasformata in un momento di confronto, informazione e condivisione, dimostrando come prevenzione, movimento e solidarietà possano fare rete attorno alle persone che convivono con patologie croniche. L’evento si è tenuto nella sede della **Croce Rossa Italiana di Legnano** in via Ragazzi del ’99, nel rione Canazza, la consueta “Camminata di Salute” organizzata dalla Sezione di Legnano di ALOMAR ODV.

L’edizione di quest’anno, dal titolo “Reumatologia e stile di vita: quale impatto?”, è stata dedicata all’importanza di adottare corretti stili di vita per le persone che convivono con patologie croniche, con un momento iniziale di approfondimento scientifico e divulgativo seguito, nelle intenzioni degli organizzatori, dalla tradizionale camminata dei “6.000 Passi di Salute”. Ad aprire i lavori è stato il presidente di ALOMAR, **Maria Grazia Pisu**, con la Responsabile della Sezione ALOMAR di Legnano, Giovanna Raimondi, che hanno portato i saluti e i ringraziamenti ai presenti, passando poi la parola alla moderatrice dell’incontro, Elisabetta Bagolini, consigliere ALOMAR.

Sono quindi intervenuti per i saluti istituzionali la **vice sindaco del Comune di Legnano, dott.ssa Anna Pavan**, la dott.ssa Paola Faggioli, Primario di Reumatologia dell’ASST Ovest Milanese, e le dott.sse Clara Melis e Noemi Sirangelo per ATS Milano. La parte informativa della mattinata ha visto il contributo di diversi professionisti del settore sanitario e sociale. La dott.ssa Laura Castelnovo, specialista in reumatologia presso l’Ospedale di Legnano, ha illustrato l’importanza del movimento come strumento fondamentale per mantenere il corpo efficiente il più a lungo possibile e garantire una buona qualità della vita.

Successivamente Mauro Squeo, Presidente di AUSER Ticino Olona, ha presentato il progetto realizzato con ATS Milano, suscitando interesse e numerose richieste di chiarimento da parte del pubblico sulle modalità di accesso ai servizi disponibili sul territorio. Molto apprezzato anche l’intervento del dott. Massimo Romanò, chinesiologo e insegnante di Scienze Motorie e dello Sport, che ha approfondito il tema dell’Attività Fisica Adattata (AFA), spiegando quali trattamenti possano risultare più indicati per le diverse patologie.

Sorrentino, nutrizionista presso l’Ospedale di Legnano, ha affrontato invece il tema dell’alimentazione, soffermandosi sulle numerose informazioni spesso discordanti che circolano

attraverso social media e altri canali. Nel corso del suo intervento ha evidenziato quali alimenti siano consigliati o da evitare in presenza di patologie reumatologiche, fornendo anche indicazioni utili per uno stile alimentare sano ed equilibrato. Spazio anche all'aspetto psicologico e relazionale grazie all'intervento della psicoterapeuta dott.ssa Elena Mascheroni, referente dei **Gruppi di Ascolto Condivisi della Sezione ALOMAR di Legnano**, che ha sottolineato il valore della socializzazione e del movimento condiviso come strumenti di benessere. A concludere il ciclo di relazioni è stato il contributo delle dott.sse Clara Melis e Noemi Sirangelo di ATS Milano, che hanno ribadito l'importanza della collaborazione tra istituzioni sanitarie, Comuni e associazioni per promuovere concretamente salute e prevenzione sul territorio.

Nonostante non sia stato possibile realizzare la camminata **l'istruttrice di Nordic Walking Sangiorgese, Laura Colombo**, ha voluto chiudere l'incontro con un messaggio positivo e con la promessa di rinnovare la partecipazione anche nella prossima edizione. Particolarmente sentiti i ringraziamenti rivolti alla Croce Rossa di Legnano e ai suoi operatori per l'ospitalità e per l'organizzazione del momento conviviale finale con aperitivo e stuzzichini. ALOMAR ha inoltre espresso gratitudine ai relatori intervenuti, ai Gruppi di Cammino collegati ad ATS Milano, al Gruppo di Nordic Walking, ai fotografi e ai giornalisti presenti, oltre che ai volontari che hanno contribuito all'organizzazione dell'evento con impegno e disponibilità. La mattinata si è conclusa con la tradizionale estrazione dei premi offerti da **Podartis, Ortopedia Universo e Centro Benessere**, ai quali è andato il ringraziamento dell'associazione per la collaborazione e la generosità dimostrate. Sono stati distribuiti nove premi, molto apprezzati dai partecipanti, come segno di riconoscimento per la presenza e la solidarietà dimostrate nonostante il maltempo. ALOMAR ha infine ribadito la volontà di continuare a collaborare con istituzioni, enti e associazioni del territorio per promuovere iniziative capaci di migliorare concretamente la qualità della vita delle persone.

This entry was posted on Sunday, May 10th, 2026 at 9:41 pm and is filed under [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.