

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Alomar, oltre 150 legnanesi alla camminata salutare

Gea Somazzi · Saturday, October 26th, 2019

Camminare è un toccasana per la salute fisica e mentale. E lo sanno bene gli oltre 150 legnanesi che hanno partecipato all'iniziativa "6000#passidisalute" tenutasi oggi, sabato 26 ottobre, al Centro Sacili di Mazzafame. Evento organizzato dalla Onlus Alomar con ATS città Milano per promuovere i progetti utili anche a coloro che soffrono di una patologia reumatica.

[pubblicità] La mattinata è iniziata con una conferenza di **Giovanna Raimondi** presidente Alomar sezione Legnano che, insieme a **Maria Grazia Pisu** presidente Alomar, ha spiegato le finalità dell'evento rientrando nel progetto 'Muoviti, muoviti!'. «Quest'iniziativa – ha spiegato proprio la presidente Pisu – è volta a stimolare la presa di consapevolezza dei cittadini, rispetto al ruolo che uno stile di vita sano può giovare alla salute, promuovendo la conoscenza dell'attività fisica adattata (A.F.A.). Anche per i malati reumatici è fondamentale muoversi e non chiudersi in se stessi».

Tra i moderatori presenti, la dott.ssa Paola Faggioli responsabile della Reumatologia  dell'Ospedale di Legnano, che ha descritto tutti i benefici dell'attività fisica anche per chi è malato. Ad intervenire anche il presidente di ATS Città Milano Walter Bergamaschi e le dott.sse Pullano e Boni.

Giampiero Fasanella di Auser Legnano che da anni segue il progetto in città ha raccontato l'esperienza dei tre Gruppi di Cammino attivi a Legnano.

Poi, intorno alle 10.30, tutti i partecipanti sono usciti all'aperto per dar vita alla camminata di 4 chilometri nel Parco Alto Milanese. Attività quest'ultima preceduta da alcuni minuti di riscaldamento con l'istruttore e formatore del Coni **Alberto Colombo**. A prender parte alla salutare passeggiata anche la dottor.ssa **Gabriella Monolo, direttore socio sanitario dell'Asst Ovest Milanese**.

Tutto il ricavato raccolto durante la mattinata andrà a sostegno alle attività della **Onlus Alomar**.

Immagini a cura di Antonio Emanuele Pasquale

This entry was posted on Saturday, October 26th, 2019 at 6:33 pm and is filed under [Cronaca, Legnano](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.

