

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

A Rescaldina l'incontro "Il corpo, che peso"

Redazione · Thursday, February 26th, 2015

Riceviamo e pubblichiamo

Quali cibi è meglio preferire e perché è importante nutrirsi in modo sano? Saranno questi i temi affrontati sabato 28 febbraio all'incontro aperto al pubblico presso la Galleria Auchan di Rescaldina organizzato da Salute in Movimento con il patrocinio del Comune di Rescaldina.

A partire dalle 16 la Dottoressa Stefania Morrone, Biologa e Nutrizionista, sarà a disposizione del pubblico per rispondere a domande e curiosità, offrendo utili consigli sul tema del corpo, del peso e dell'alimentazione.

Sarà possibile sottoporsi gratuitamente ad uno screening cardio metabolico, effettuato dalla Nutrizionista, in grado di misurare peso corporeo, altezza, circonferenza addominale, pressione arteriosa ed effettuare il calcolo dell'Indice di Massa Corporea.

Per tutti i partecipanti, inoltre, ci sarà un omaggio di frutta e una confezione di cereali.

Gli incontri sulla salute e il benessere continuano poi fino ad aprile 2015: qualificati Professionisti della salute parleranno di ginnastica per le mamme, le nonne e le tate (Sabato 14 marzo 2015), e di osteoporosi (Sabato 11 aprile 2015).

Obiettivo dell'iniziativa è promuovere l'adozione di stili di vita sani e diffondere il tema della salute in contesti più ampi, portandolo all'interno di un ambito usuale e quotidiano come quello del Centro Commerciale.

Il ciclo d'incontri, patrocinato dal Comune di Rescaldina, è organizzato dall'Associazione Salute in Movimento di Nerviano, che promuove la salute e il benessere psicofisico della persona attraverso corsi di attività motoria e diffonde la cultura di una buona salute e prevenzione, organizzando iniziative sul territorio con il patrocinio dei Comuni di competenza.

L'iniziativa, inoltre, ha il sostegno dell'azienda Nearchimica di Legnano, sensibile al tema in quanto parte della Rete Lombarda delle Aziende che Promuovono la Salute nei luoghi di lavoro (Rete WHP).

This entry was posted on Thursday, February 26th, 2015 at 6:04 pm and is filed under [Eventi](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.