



“Cuore in Gamba” è un progetto che nasce dalla voglia di condividere divertimento, socializzazione e salute attraverso un esercizio fisico semplice ma di grande importanza come il **camminare insieme**.

Con “Cuore in Gamba” si propone alla popolazione del distretto di **Castelfranco Emilia** di costruire insieme ai Medici di

Medicina Generale (MMG), al Comune, alle Associazioni di Volontariato ed alle Società Sportive del Distretto un’alleanza per la salute attraverso l’organizzazione di **gruppi di cammino** costituiti da cittadini che praticheranno insieme attività motoria con l’obiettivo di migliorare il proprio stato di forma fisica.

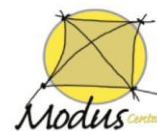
I Medici di Medicina Generale inviteranno i loro assistiti in grado di trarre benefici dalle attività svolte ad iscriversi ai gruppi di cammino, compilando una scheda di adesione che riporterà alcuni dati (peso, altezza, indice di massa corporea, rapporto vita/fianchi, farmaci assunti, pressione arteriosa). Per prendere parte all’iniziativa è necessario iscriversi alla Polisportiva Virtus Castelfranco e recarsi il giorno **18 maggio 2013 dalle ore 8,30** al primo dei test di valutazione con il depliant “Cuore in Gamba” compilato, presso lo Stadio Ferrarini di Castelfranco Emilia in Via Carreggiata.

Qui i partecipanti in base alle capacità di cammino, verranno suddivisi in gruppi e per ciascuno di questi verranno organizzate, lungo **3 percorsi** identificati dai responsabili, **2 camminate settimanali di almeno 30 minuti guidate da un Laureato in Scienze Motorie**. Gli orari e la scelta del percorso saranno concordati direttamente con gli iscritti.

Per Informazioni:

- cittadinanzattiva.castelfranco@gmail.com
- tel. 059929201 il martedì dalle 15 alle 18 ed il venerdì dalle 09 alle 12 (Ufficio del Tribunale per i diritti del malato c/o ospedale di Castelfranco Emilia)

In collaborazione con:



Con il patrocinio di:



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Modena
Distretto di Castelfranco Emilia
Dipartimento di Cure Primarie
Dipartimento di Sanità Pubblica
Servizio Medicina dello Sport

