



Confederazione Nazionale *dell'Artigianato
e della piccola e Media Impresa*

Pensionati

Associazione di Bologna

Nell'ambito delle iniziative di Cna Pensionati desideriamo promuovere l'importanza dell'attività motoria per il mantenimento della salute e del benessere psico fisico degli over 60 tramite incontri di tipo informativo e propedeutico aperti a tutti i cittadini, con l'ausilio di esperti e specialisti. In particolare l'obiettivo è quello di rivolgerci alle persone sedentarie per stimolarle ad allontanare l'invecchiamento con il "movimento" abbinato ad una sana dieta alimentare.

incontriamoci

**lunedì 20 giugno dalle ore 16 alle ore 18,30
presso la casetta del parco Ca' Bura Via dei Giardini Bologna**

**Filmato di interviste a pensionati che praticano attività sportive
Introduzione e saluti della Presidenza Cna Pensionati**

Pillole informative:

"Attività fisica, il migliore alleato della salute"

Paola Paltretti Responsabile UISP - Progetti di Promozione della salute

"Attività fisica nella terza età"

Stefano Piolanti, specialista di medicina sportiva e fisiatra, U.O.C Medicina dello Sport AUSL Bologna

"Alimentazione e stili di vita"

Federica Castellazzi e Federica Santagiuliana U.O Promozione della salute AUSL Bologna

domande/Risposte

Intervento di chiusura

Luca Rizzo Nervo Assessore alla Sanità e allo Sport del Comune di Bologna

Premiazione di *Risi Vittorio* ciclista amatoriale, campione mondiale