

Apom. Venerdì Incontro Alimentazione ed esercizio per promuovere la salute

Con il patrocinio del Comune, venerdì presso la sala Puerari, alle 17, APOM onlus e Scuola Italiana di Senologia hanno organizzato un incontro, aperto a tutta la cittadinanza, con approfondimento del tema dell'Expo 2015 da un punto di vista strettamente correlato alla prevenzione ed alla promozione della salute. Insieme a **Claudio Andreoli**, direttore della Scuola Italiana di Senologia, sarà relatrice **Daniela Luci-**

n i, esperta in Medicina dell'esercizio, prevenzione cardiovascolare e metabolica, ipertensione ar-



C. Andreoli

teriosa, sindrome metabolica, sovrappeso, modificazione degli stili di vita, patologie funzionali, sindrome da stress. Durante l'incontro, Lucini spiegherà come esercizio fisico e corretta alimentazione siano in grado non solo di ridurre la probabilità di sviluppo di varie importanti malattie come per esempio tumori, infarto, ipertensione, diabete, obesità, malattie funzionali, osteomuscolari (prevenzione primaria), ma anche di migliorarne la prognosi e ridurre le recidive (prevenzione secondaria). L'ingresso è libero, ma è richiesta l'iscrizione entro oggi (sms 3355220620 o info@apomonlus.it).