



DIPARTIMENTO CARDIOTORACOVASCOLARE

S.C. CARDIOVASCOLARE - MEDICINA dello SPORT e RIABILITAZIONE del CARDIOPATICO

Tel. 040/3992902

Fax 040/3992935

Ospedale Maggiore, Via Slataper 9, 34125 Trieste

e-mail: ccv@asuits.sanita.fvg.it

Direttore: dott. Andrea Di Lenarda



comune di trieste



SETTIMANA EUROPEA DELLA MOBILITA' SOSTENIBILE (SEM 2019)

Trieste, 16 - 22 Settembre 2019

CAMMINIAMO INSIEME!

Martedì 17 settembre

Prevenire è vivere - Cammina per la tua salute

Incontro pubblico su movimento e benessere in sicurezza

A cura di ASUITS (Azienda Sanitaria Universitaria Integrata di Trieste), in collaborazione con LILT, Amici del Cuore, Dolce Cuore - Sweet Heart, ASD Benessere, Lunga Vita Attiva, Nuova Assodiabetici Trieste, Sweet team ANIAD FVG

16.00-19.00: Sala Tergeste, piazza dell'Unità d'Italia 4d

"Se prescritto su misura, il movimento agisce come una medicina": l'attività fisica fa bene in ogni fase della vita, favorisce una condizione di vasodilatazione che dura a lungo e agisce a livello cardiovascolare e neuropsicologico, migliora il metabolismo e previene le neoplasie, calma lo stress e migliora il tono dell'umore.

Intervengono Andrea Di Learda, Bruna Scaggiante, Silvana Cum e Tiziano Agostini

Non è necessaria la registrazione. Ingresso libero fino a esaurimento posti

www.cardiodiabete-ts.it; donatella.radini@asuits.sanita.fvg.it



DIPARTIMENTO CARDIOTORACOVASCOLARE
S.C. CARDIOVASCOLARE - MEDICINA dello SPORT e RIABILITAZIONE del CARDIOPATICO

Tel. 040/3992902
Fax 040/3992935

Ospedale Maggiore, Via Slataper 9, 34125 Trieste
e-mail: ccv@asuits.sanita.fvg.it

Direttore: dott. Andrea Di Lenarda



comune di trieste



SETTIMANA EUROPEA DELLA MOBILITA' SOSTENIBILE (SEM 2019)

Trieste, 16 - 22 Settembre 2019
CAMMINIAMO INSIEME!

Sabato 21 settembre

Un tour per tutti sulla pista Cottur

Una pedalata alla scoperta della pista Cottur con bici e bici elettriche

Evento promosso dal progetto Energy Care, finanziato dal Programma Interreg ITA-SLO V-A 2014-2020 e coordinato da Kallipolis in collaborazione con ATER Trieste, ASUITS - Progetto Habitat Microaree (sede di Ponziana), SC Cardiovascolare e Medicina dello sport, Associazione Benessere ASDC

10.30: partenza da via San Giovanni Bosco di fronte al murale "Home Sweet Home" di Davide Pomelli (angolo via Ponziana), tour sulla ciclopeditonale Giordano Cottur fino alla Val Rosandra e ritorno al punto di partenza

Tour organizzato per permettere a tutte/i di esplorare la pista Cottur pedalando, non solamente con la propria bici, ma anche con una decina di bici elettriche in prova messe a disposizione dal progetto Energy Care. Il numero delle bici elettriche in prova a disposizione è limitato; è possibile partecipare all'evento anche con la propria bici. Info e iscrizioni: energycare.project@gmail.com www.ita-slo.eu/it/ENERGYCARE; www.facebook.com/EnergyCareProject/