

Incontro alla Casa di Comunità di Vimercate **L'attività fisica e i benefici sulla salute di tutti**

VIMERCATE (nsr) L'attività fisica e i suoi effetti sulla salute.

Saranno questi gli argomenti del prossimo incontro di cultura e promozione della salute alla Casa di Comunità di Vimercate, in via Brambilla 11, in programma oggi, martedì, alle 17.30.

L'attività fisica fa bene alla salute. Aiuta la riduzione della pressione arteriosa e il controllo del livello di glicemia e colesterolo nel sangue, aiuta a prevenire malattie metaboliche, cardiovascolari e artrosi e contribuisce a ridurre il tessuto adiposo in eccesso perché facilita il raggiungimento del bilancio energetico.

Di tutto questo parlerà la dottoressa Stefania Abbiati, che proporrà esperienze per tutte le età. L'ingresso è libero, anche se è preferibile prenotarsi scrivendo una mail a ufficio.comunicazione@asst-brianza.it



Peso:5%