



Allegato al Comunicato stampa

GIORNATA MONDIALE PER IL CUORE 2014 AL CENTRO CARDIOLOGICO MONZINO
CON IL PATROCINIO DEL COMUNE DI MILANO - CONSIGLIO DI ZONA 4

PROGRAMMA DI SABATO 27 SETTEMBRE

Ore 10.00 "Allenati nel verde" costituisce un invito alla popolazione a partecipare ad un momento per lo svolgimento in gruppo di **attività fisica** presso il nuovo parco di Via Vittorini, in cui è stato allestito un percorso salute permanente con la consulenza degli esperti in prevenzione del Centro Cardiologico Monzino.

Con la guida di allenatori volontari del Centro Sportivo Italiano, i partecipanti potranno eseguire esercizi ritmici a corpo libero e imparare l'utilizzo appropriato dei diversi attrezzi sportivi che compongono il percorso salute del parco.

Ore 12.00 Saluti delle Autorità

Nell'Aula Magna del Centro Cardiologico Monzino interverrà **l'Assessore alle Politiche sociali e Cultura della Salute** del Comune di Milano, **Pierfrancesco Majorino**.

A seguire:

"Pranzo Multietnico al Monzino": rappresenta un modo per integrare in forma attiva e concreta, attraverso la cucina e **l'alimentazione sana**, le differenti culture ed etnie esistenti nella realtà locale. Il menu, disegnato da una nutrizionista esperta in prevenzione cardiovascolare del Monzino, in collaborazione con cittadini di diversa nazionalità e cultura residenti nel Quartiere di Ponte Lambro, sarà offerto ai presenti gratuitamente.

Ore 14.00 "Un nuovo spazio per Te": apertura del Poliambulatorio di via Serrati Menotti 12, un progetto sociosanitario condiviso con il Comune di Milano. Oltre ad altre attività di prevenzione (odontoiatrica, psicologica, ecc...), al nuovo Poliambulatorio sarà avviato il **Programma di Salute Cardiovascolare** che intende coinvolgere la popolazione locale in iniziative di educazione alla salute e in attività di screening e controllo dei fattori di rischio cardiovascolare.

Le iniziative sono aperte a tutti i cittadini e gratuite

Per organizzare la giornata al meglio è gradita la prenotazione: eventi@ccfm.it o 339 7275532