



## Incontro pubblico



# “Giussano In Cammino”

“Fra poesia, amicizia, movimento e ambiente...  
vivere uno stile di vita sano diventa più semplice, facile e divertente”

## Giovedì 30 marzo 2017

### Ore 20,15

### Sala Polivalente Giovanni Paolo II

Via Monte Santo 4 - Robbiano di Giussano  
(a fianco della Chiesa Parrocchiale di Robbiano)

### Argomenti della serata:

- l'esperienza del Gruppo di Cammino Giussano, un progetto regionale che coinvolge ATS Brianza, Asst di Vimercate, Assessorato allo Sport di Giussano
- chi siamo, cosa facciamo, come ci divertiamo
- le prossime uscite Insieme per il BenEssere e uno stile di vita più sano e attivo
- le 10 'Regole' per stare bene
- la nuova Piramide Alimentare: i semplici gesti e le attenzioni per ritrovare armonia, equilibrio e salute
- sempre vero e attuale che prevenire è meglio che curare

### Relatori:

Volontari e professionisti interni al gruppo (medico, naturopata), componenti CAI sezione di Giussano e Walking Leader del Gruppo Giussano In Cammino

### Ospite speciale:

### **ALESSIO TAVECCHIO**

“Il ragazzo che nacque due volte”

Una storia vera - bella come fosse inventata

Un cammino, un viaggio alla riscoperta delle vere origini dell'essere umano e di quanto lo sport e le persone possono aiutarci nel vivere a pieno ogni attimo della nostra vita per renderla ancora più unica e speciale.

*“La guarigione non è un obiettivo ma è la conseguenza di un modo di vivere”.A.T.*