



camminare fa bene  
insieme fa meglio

# INCONTRO DI FORMAZIONE

per **ANIMATORI**  
di gruppi di cammino

## VALDAGNO

### Sala riunioni della Cittadella Sociale

### Sabato 8 febbraio 2020 dalle 9.00 alle 13.00

Programma:

- ♥ **ATTIVITÀ FISICA: I BENEFICI FISICI E QUANTA FARNE**  
Dr.ssa Paola COLUSSI - Responsabile del Servizio Prevenzione Malattie Croniche Non Trasmissibili e Promozione della Salute ULSS 8 Berica
- ♥ **CAMMINO, PROGETTARE L'INTERVENTO**  
Dr.ssa Stefania MENEHINI - Psicologa di comunità ULSS 8 Berica
- ♥ **CAMMINO, ASPETTI PRATICI DEL CAMMINARE INSIEME**  
Dr. Michele Maria FRANCESCHI - Guida naturalistica di Le Guide ASD
- ♥ **CAMMINO, FISILOGIA DEL MOVIMENTO E TECNICA D'ESECUZIONE**  
Dr.ssa Angela VENCATO - Fisioterapista
- ♥ **TESTIMONIANZA DI UNA WALKING LEADER**  
Gabriella ALBIERO - Gruppo di cammino di Arzignano

Se ti piace camminare e vuoi mettere un po' del tuo tempo a disposizione della tua comunità, vieni all'incontro con abbigliamento comodo.

Presenteremo i benefici dell'attività motoria e gli aspetti organizzativi per avviare un gruppo di cammino.

INCONTRO GRATUITO - APERTO A TUTTI