

GRUPPI DI CAMMINO



Sistema Socio Sanitario

Regione
Lombardia
ATS Val Padana

I Gruppi di Cammino sono un progetto del Comune di Crema in collaborazione con ATS Val Padana per favorire l'attività fisica nella popolazione adulta e anziana. Rappresentano, anche per chi non fa abitualmente attività fisica, un'occasione per muoversi, stimolati dal fatto di far parte di un gruppo di persone che si ritrovano per camminare insieme.

La partecipazione ai gruppi di cammino è gratuita

Camminare è salute

Camminare aiuta a mantenere il proprio corpo in salute, inoltre camminare in compagnia facilita la conoscenza di nuove persone con cui si condividono degli obiettivi ed è un modo piacevole per impegnare il proprio tempo libero.

Per partecipare è necessario compilare un modulo rilasciato dall'ATS e disponibile all'ingresso del Comune di Crema, presso le farmacie comunali (Crema Nuova - Ombriano) oppure scaricando il modulo da compilare dai siti internet del Comune di Crema e dell'ATS Valpadana (vedi link in fondo alla pagina).



Per informazioni sui luoghi e giorni di incontro contattare tramite Whats app i seguenti numeri:

333 - 9017190 o 339 - 2471060

Per iscrizione e informazioni varie

<https://www.comune.crema.cr.it/articolo/partono-primi-gruppi-cammino-crema>

<https://www.ats-valpadana.it/it/gruppi-di-cammino>