

**CINISELLO TUTTI I MARTEDÌ E GIOVEDÌ PASSEGGIATE DI GRUPPO NEL QUARTIERE «DIMENTICATO»**

## Camminare fa bene alla salute e al rione Sant'Eusebio

— CINISELLO BALSAMO —

**È NATO** un nuovo gruppo di cammino. Da questa settimana infatti un team di istruttori e addetti si metterà in marcia tra le vie e tra i parchi del rione di Sant'Eusebio. Una novità dal triplice obiettivo: stare insieme, stare bene e aiutare a ridare vita e riqualificare uno dei rioni periferici di Cinisello. Sono circa trenta i residenti che hanno già confermato la loro adesione al progetto: si tratta di una iniziativa dedicata principalmente alla terza età realizzata dall'amministrazione comunale grazie alla collaborazione con Asl Milano. Un'attività che reca benefici non solo alla salute, dato che prima di tutto rappresenta un momento di socializzazione, un'opportunità per incontrarsi e stare insieme. Il nuovo Gruppo di Cammino di Sant'Eusebio camminerà nel giardino di via Cilea, in tutta sicurezza e alla presenza di un accompagnatore: l'appuntamento è fissato tutti i martedì e tutti i giovedì dalle 10 alle 11. Per partecipare non è necessario un equipaggiamento specifico, né viene richiesta una speciale preparazione fisica: l'attività, principalmente moderata e quindi adatta anche alle persone più anziane, è aperta a tutti coloro che fossero interessati e che hanno una tuta e un paio di scarpe comode per camminare. Per avere maggiori informazioni su questa iniziativa è possibile chiamare i numeri di telefono 02-85782583, 02-85783866 oppure visitare il sito di Asl Milano.

**A.G.**

