

## Comunicato stampa

### slowUp 2017: il DSS vi aspetta a Gudo

Bellinzona, 21 aprile 2017

**Domenica 23 aprile per slowUp Ticino il Dipartimento della sanità e della socialità si fa trovare pronto al campo sportivo di Gudo dove accoglierà tutti i partecipanti alla propria postazione per un incontro conviviale all'insegna del "prendersi cura di sé".**

Spostarsi a piedi o utilizzare per quanto possibile i mezzi di trasporto sostenibili come biciclette, pattini o trottinette, è un modo pratico e semplice per fare del bene a se stessi e agli altri. Il movimento quotidiano, infatti, ha il grande pregio di agire positivamente su tutte le dimensioni – fisiche, psichiche e sociali - della salute, promuovendo una buona qualità di vita a tutte le età. Farlo approfittando delle occasioni offerte dalla mobilità quotidiana è poi un modo per condividere questi benefici, poiché contribuisce a migliorare anche la qualità dell'aria e dell'ambiente in cui tutti viviamo.

Sostenendo appieno questo principio promosso da slowUp, il DSS avrà la propria postazione a Gudo, dove giovani e adulti potranno avvicinarsi ai temi del movimento e dell'alimentazione grazie a una serie di giochi e offerte per tutti. Ci si potrà sedere al «Bar dell'acqua» per un momento di ristoro gratuito a base di fresca acqua locale e frutta offerta dall'Associazione orticoltori ticinesi. Partecipando al concorso sull'acqua, inoltre, ci si potranno aggiudicare i diversi premi in palio contrassegnati dal motto "Stare bene fa bene". I più piccoli potranno giocare sui tappetoni gonfiabili mentre adulti e genitori potranno scoprire le offerte informative del Servizio di promozione e valutazione sanitaria su salute, alimentazione e movimento, come il ricettario interattivo «Il piatto equilibrato» e le newsletter a cui è possibile iscriversi.

La partecipazione del DSS a slowUp è prevista dal Programma d'azione cantonale "Promozione della salute", sostenuto da Promozione Salute Svizzera.

Per ulteriori informazioni rivolgersi a:

Servizio di promozione e valutazione sanitaria (SPVS)

**Rubina Bianchetti**, Programma d'azione cantonale "Promozione della salute", tel. 091 814 46 11, rubina.bianchetti@ti.ch

[www.ti.ch/promozionesalute](http://www.ti.ch/promozionesalute)

[www.facebook.com/promozionedellasalute](https://www.facebook.com/promozionedellasalute)