

Comunicato stampa “Stare bene fa bene”

Il Dipartimento della sanità e della socialità a SlowUp Ticino 2016

Bellinzona, 15 aprile 2016

Domenica 17 aprile il Dipartimento della sanità e della socialità rinnoverà la propria partecipazione all'evento cantonale SlowUp Ticino, secondo il motto «Stare bene fa bene». Grazie a una postazione installata al campo sportivo di Gudo, il Servizio di promozione e di valutazione sanitaria dell'Ufficio del medico cantonale allestirà infatti uno spazio conviviale e di animazione.

Scelte individuali e stili di vita sostenibili – fra i quali occupa un posto speciale il movimento quotidiano, attraverso la mobilità lenta – sono premesse fondamentali per conservare e migliorare nel tempo la propria salute. Il DSS è convinto di questa prospettiva e sostiene quindi slowUp Ticino nell'ambito del programma cantonale «Peso corporeo sano» 2013/2016. Il motto «Stare bene fa bene» è stato scelto per ricordare che prendersi cura del proprio benessere significa anche promuovere in modo concreto la salute e la qualità di vita – in linea con lo spirito della manifestazione.

Nella postazione allestita a Gudo, giovani e adulti potranno così avvicinarsi ai temi del movimento e dell'alimentazione sana ed equilibrata, grazie a una serie di giochi e offerte adeguate alle diverse fasce della popolazione ticinese. Partecipando al concorso «Fonte San Rubinetto» sarà ad esempio possibile aggiudicarsi una borraccia, e i tavolini del «Bar dell'acqua» metteranno a disposizione fresca acqua locale e frutta offerta dall'Associazione orticoltori ticinesi. Per la gioia dei più piccoli saranno installati sul posto anche alcuni tappetoni gonfiabili, mentre adulti e genitori potranno scoprire il ricettario interattivo «Il piatto equilibrato» e ricevere informazioni di qualità grazie alle newsletter del Servizio di promozione e valutazione sanitaria su salute, alimentazione e movimento.

Per ulteriori informazioni rivolgersi a:

Servizio di promozione e valutazione sanitaria

- **Alessia Antonietti**, Programma d'azione cantonale «Peso corporeo sano», alessia.antonietti@ti.ch, tel. 091 / 814 30 72
- **Kurt Frei**, coordinatore per SlowUp, kurt.frei@ti.ch, tel. 091 / 814 30 49
- www.ti.ch/promozionesalute
- www.facebook.com/promozionedellasalute