

## Comunicato stampa

# slowUp 2018: il DSS invita tutti a Gudo

Bellinzona, 20 aprile 2018

**Non mancate slowUp Ticino domenica 22 aprile! Il Dipartimento della sanità e della socialità sarà lieto di accogliere tutti i partecipanti al campo sportivo di Gudo per un momento di svago e informazione all'insegna del "prendersi cura di sé".**

Le gambe, la bicicletta, i pattini e la trottinette sono tutti mezzi di trasporto sostenibili. Certo sono pratici, economici e contribuiscono a decongestionare le nostre strade. Ma soprattutto sono il modo più semplice per fare del movimento quotidiano e promuovere la vitalità e il benessere psicofisico a tutte le età. Sfruttare le opportunità della mobilità lenta è dunque un modo consapevole di spostarsi creando benefici per se stessi e per il mondo che ci circonda.

Il DSS sostiene pienamente questa visione e fa della mobilità quotidiana un asse delle proprie strategie di promozione della salute. Alla postazione di Gudo, situata presso il campo sportivo, tutti potranno avvicinarsi ai temi del movimento e ad altri ad esso collegati con giochi e offerte per tutti, nonché accomodarsi al «Bar dell'acqua» per un momento di ristoro gratuito a base di fresca acqua locale e frutta offerta dall'Associazione orticoltori ticinesi. Il concorso sull'acqua, inoltre, metterà in palio diversi premi al motto "Stare bene fa bene". I più piccoli potranno giocare sui tappetoni gonfiabili mentre adulti e genitori potranno disporre delle 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 gratuitamente.

La partecipazione del DSS a slowUp si inserisce nel Programma d'azione cantonale "Promozione della salute", sostenuto da Promozione Salute Svizzera.

Per ulteriori informazioni rivolgersi a:

Dipartimento della sanità e della socialità

**Kurt Frei**, coordinatore tenda DSS, Ufficio del medico cantonale, Servizio di promozione e di valutazione sanitaria, tel. 091 814 30 49, [kurt.frei@ti.ch](mailto:kurt.frei@ti.ch)

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

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