



LA FILANDA
Via Pietro da Cernusco, 2
20063 Cernusco sul Naviglio (MI)
Tel. 02.92118818
Fax 02.92119781
Cell. 366.9108027
www.lafilandacernusco.org
info@lafilandacernusco.org

COMUNICATO STAMPA

La prevenzione corre sul filo: alla Filanda cinque incontri sulla salute, curati dal Centro Diagnostico Italiano

Dallo sport al mal di schiena, dall'alimentazione dei bambini alle "malattie da viaggio", sino ai disturbi del comportamento: sarà un maggio all'insegna della prevenzione, quello che costruiremo in Filanda, in collaborazione con il Centro Diagnostico Italiano di Cernusco. Perché la buona salute è la premessa indispensabile di una buona comunità.

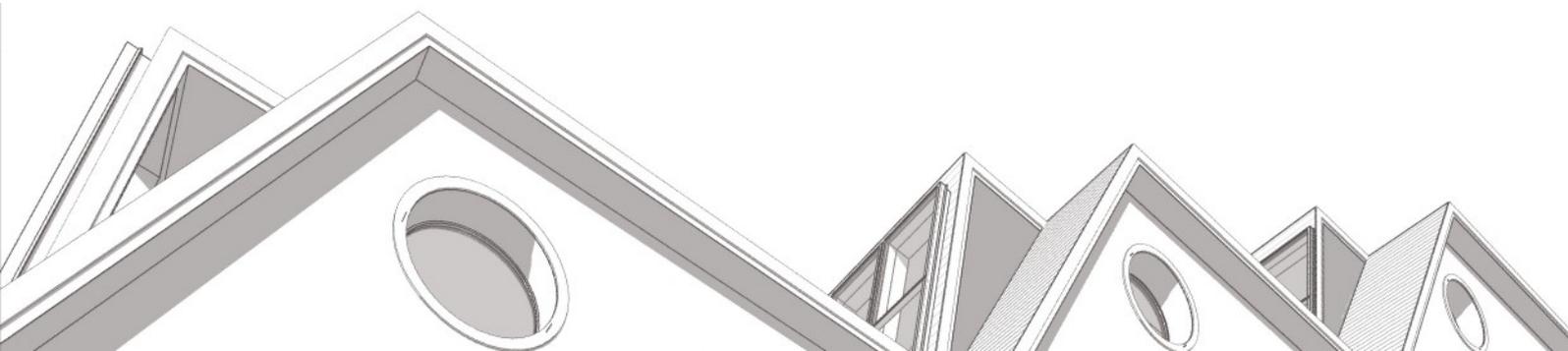
La Filanda nasce come polo della socialità e dei legami comunitari, come un tassello importante del **welfare** del nostro territorio, con un particolare occhio di riferimento alla terza età, alla famiglia e alle persone con disabilità. Ma anche la **salute** – e in particolare la **prevenzione** – sono un tassello di quel welfare: diffondere il valore della salute dei singoli, degli stili di vita sani, della corretta prevenzione è una premessa indispensabile per creare **una comunità nel suo complesso sana**.

Proprio con l'obiettivo di diffondere la **cultura della salute, la sede di Cernusco del Centro Diagnostico Italiano** curerà, insieme alla Filanda, una serie di incontri che dureranno tutto il mese di maggio e che avranno al centro tematiche diverse e quindi anche destinatari diversi. **Gli specialisti del CDI saranno a disposizione del pubblico per domande, dubbi, consigli.**

Si comincerà (lunedì 5) con un incontro dedicato a chi nei prossimi mesi ha programmato un **viaggio**, per avere consigli su vaccinazioni e misure di profilassi anche per le mete più esotiche; si proseguirà (martedì 6) con una serata "di corsa" dedicata al **running** e soprattutto a come praticarlo in sicurezza e senza esporsi a inutili rischi, a qualunque età; sarà la volta poi (martedì 12) di un incontro dedicato a un "acciacco" tipico degli over 50, il **mal di schiena**; mentre martedì 13 e martedì 20 destinatari saranno i **genitori** alle prese con la "**pappa**" dei piccoli o con i **problemi di comportamento**.

"La mission del Centro Diagnostico Italiano è da sempre la **prevenzione**. E la prevenzione non ha età. Anzi, iniziare sin nell'infanzia ad adottare **comportamenti corretti** significa mettere solide basi per una vita sana da adulti. Ecco perché abbiamo pensato di dedicare due incontri ai bambini: a volte bastano piccoli accorgimenti per correggere un'alimentazione sbagliata o un consiglio da parte di uno specialista per aiutare i genitori ad affrontare serenamente capricci e richieste dei più piccoli" afferma il **prof. Andrea Casasco, Direttore Sanitario del CDI**. "In vista poi del periodo estivo", prosegue il prof Casasco, "tutti vogliamo rimetterci in forma. Iscrivere in palestra, andare in bici lungo la Martesana o correre nel verde dei parchi sono tutte iniziative molto lodevoli ma è fondamentale seguire qualche indicazione di carattere sanitario per non incorrere in problemi fisici che potrebbero poi trasformarsi in patologie più serie e per continuare a divertirsi."

Tutte le serate saranno a ingresso libero





LA FILANDA
Via Pietro da Cernusco, 2
20063 Cernusco sul Naviglio (MI)
Tel. 02.92118818
Fax 02.92119781
Cell. 366.9108027
www.lafilandacernusco.org
info@lafilandacernusco.org

IL CALENDARIO COMPLETO

Gli incontri saranno moderati dalla giornalista Paola Trombetta, direttore del portale www.donnainsalute.it

Lunedì 05 maggio, ore 18.00

La prevenzione prima e durante il viaggio. Vaccinazioni e regole comportamentali per proteggersi anche nelle mete più esotiche
dr. Claudio Droghetti, medico esperto di medicina dei viaggi – C.D.I. Centro Diagnostico Italiano

Martedì 06 maggio, ore 21.00

Running: come correre senza correre rischi. I consigli degli specialisti per una corsa senza problemi
dr. Abed Abukwaik, medico cardiologo – C.D.I. Centro Diagnostico Italiano
dr. Luca Marcheggiani, fisioterapista e personal trainer – C.D.I. Centro Diagnostico Italiano

Lunedì 12 maggio, ore 18.00

Il mal di schiena. Come funziona e come salvaguardare la nostra colonna
prof. Renato Rambaldi, medico ortopedico – C.D.I. Centro Diagnostico Italiano
dr. Ivano Bo, medico fisiatra – C.D.I. Centro Diagnostico Italiano

Martedì 13 maggio, ore 21.00

I consigli per far mangiare bene i nostri bambini. Incontro tra un pediatra e una nutrizionista
dr. Agostino Mangiaracina, medico pediatra – C.D.I. Centro Diagnostico Italiano
dr.ssa Laura Caputo, nutrizionista – C.D.I. Centro Diagnostico Italiano

Martedì 20 maggio, ore 21.00

I disturbi del comportamento nei bambini. Incontro tra un pediatra e un neuropsicologo
dr. Agostino Mangiaracina, medico pediatra – C.D.I. Centro Diagnostico Italiano
dr.ssa Sara Melli, neuropsicologa – Villa Santa Maria SCS

LA FILANDA

Via Pietro da Cernusco, 2
20063 Cernusco sul Naviglio (MI)
Tel. 02.92118818
www.lafilandacernusco.org
Twitter: @FilandaCernusco

Elena Gavardi

Coordinatore Comunicazione
CDI Centro Diagnostico Italiano
02 48317559 - elena.gavardi@cdi.it

