



**Diabetici del Camposampierese**

Associazione di volontariato ONLUS  
per la Prevenzione del Diabete

*In collaborazione con:*



**DOMENICA 19 LUGLIO 2015 A MASSANZAGO**

dalle ore 08.00 alle ore 12.30 di fronte alla Villa Municipale Baglioni

## **GIORNATA DI PREVENZIONE PRIMARIA “INSIEME PER LA TUA SALUTE”**

Primaria perché ha lo scopo di informare possibilmente molto prima dell'insorgenza delle malattie più diffuse, ovvero le **MALATTIE CARDIOVASCOLARI** e il **DIABETE**.  
Perché uno stile di vita sano migliora la **QUALITÀ DELLA TUA VITA**.



Potrai controllare gratuitamente alcuni fattori di rischio **DIABETE** e **CARDIOVASCOLARI**, quali: *glicemia • colesterolo • pressione arteriosa • peso/altezza con calcolo del BMI • giro vita* (presentarsi possibilmente a digiuno).



Potrai ottenere documentazione informativa e consigli sulla prevenzione cardiovascolare e sul diabete. Ricorda che una sana alimentazione accompagnata da una costante attività fisica giornaliera sono **LA BASE PER UNA VITA SERENA E IN SALUTE**



**CONOSCERAI ANCHE LE NOCI DEL CUORE**

Tre o quattro noci al giorno, assunte con costanza, ti aiutano a mantenere giovani le tue arterie.

*Con la collaborazione di:*



MADI VENTURA S.p.A.

