

*Iniziativa per il benessere*

# Un percorso lungo l'alzaia che fa bene al cuore

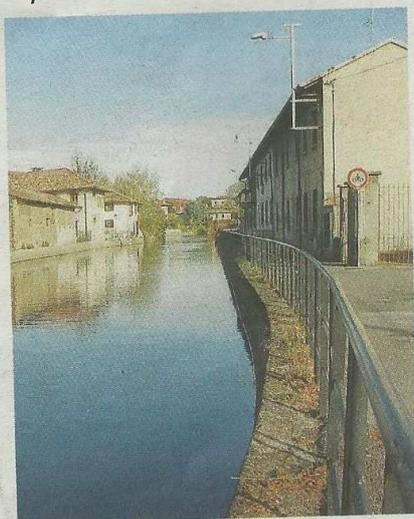
(tgb) Un segreto per mantenere il cuore in forma e prevenire le malattie cardiovascolari? Niente di più semplice: camminare.

Proprio per promuovere comportamenti sani, la «Fondazione Marchesi», la Banca del tempo e l'assessorato alla Cultura e Tempo libero hanno organizzato per domenica l'iniziativa «Il cammino del cuore». Si tratta di un percorso di 6 chilometri, con partenza alle 10 dalla conca del naviglio, da percorrere lungo l'alzaia. Saranno presenti le autorità cittadine e il personale sanitario dell'ospedale. L'Amministrazione metterà a disposizione un gazebo, dove alcune infermiere prenderanno la misura della pressione a chi ne farà richiesta, all'inizio e alla fine della camminata.

Lungo il tratto di alzaia saranno sistemati alcuni cartelli, realizzati dalla Fondazione Marchesi, che indicheranno le corrette pratiche per prevenire problemi cardiovascolari. E sempre in fatto di prevenzione, va segnalata la serata del 30 maggio, quando nella sala delle Colonne della Fondazione Marchesi di via Balconi, il cardiologo **Carlo Santambrogio** interverrà sull'argomento.

Da giugno a ottobre, infine, tutti i giovedì alle 14,30 il «Cammino del cuore» verrà riproposto a cura della Banca del Tempo, con partenza dall'ingresso della Fondazione Marchesi.

*Sistemati alcuni cartelli con i buoni consigli lungo il naviglio  
E per domenica è organizzata una camminata di 6 chilometri*



L'alzaia lungo il naviglio Martesana

**MARTEDÌ È STATA FATTA UNA PROVA**

**Anche i bambini vanno a piedi:  
tutti a scuola con il Pedibus**

(tgb) «Andiamo a scuola a piedi», ovvero il Pedibus. Si è tenuta martedì una giornata sperimentale del nuovo «servizio di trasporto pubblico» per le scuole, che dovrebbe entrare a regime nel prossimo anno scolastico. Cosa è il Pedibus? Come l'autobus ha un percorso e delle fermate. Ha però molti «autisti»: sono i volontari (per lo più nonni e genitori). Accompagnano a scuola a piedi i ragazzi che si fanno trovare alla fermata formando un lungo e vivace serpentone. La prova si è svolta con successo, grazie al Comitato Genitori, alle mamme delle scuole primarie «Filzi» e «Sturiale» e all'assessore alla partita, **Giacinta Coriale**. In totale sono sette i percorsi che hanno segnato il passo degli oltre 200 bambini che hanno attraversato le vie del paese. All'arrivo a scuola i bambini sono stati accolti dalle insegnanti che li attendevano nel cortile, dal sindaco, **Benigno Calvi**, e dal vicesindaco, **Enrica Borsari**.