



**Azienda
Sanitaria
Locale n.2
dell'Umbria**

Dipartimento di Prevenzione
U.O.C. I.S.P.



**Comune di Perugia
Assessorato alle Politiche
Energetiche e Ambientali**



COMUNE DI PERUGIA / AGENDA 21 LOCALE

**AUSL2 Perugia (Dipartimento di Prevenzione – U.O.C. I.S.P.)
COMUNE di Perugia (Assessorato alle Politiche Energetiche e Ambientali)
In collaborazione con Agenda 21 Locale**

vi invitano al

Piedibus di San Costanzo

Sabato 28 gennaio 2012 (ore 9,00-12,30)

Ci prepariamo a festeggiare il Santo Patrono camminando per la città

**Perché camminare fa bene alla salute dei cittadini,
e fa bene anche alla città!**

Il **cammino** rappresenta una attività fisica adatta a tutti perché non richiede particolari attitudini e allenamento, è socializzante, facile da praticare quotidianamente. L'acquisizione di un'abitudine al cammino da parte di larghe fasce di popolazione comporta ulteriori vantaggi per la salute, per la conseguente diminuzione dell'utilizzo delle auto, riducendo così l'inquinamento ambientale ed acustico e il rischio di incidenti stradali. Muoversi a piedi in città, favorisce un aumento della vivibilità dei quartieri, una maggiore sicurezza delle strade, maggiori opportunità di aggregazione.

Il **Dipartimento di Prevenzione della ASL2** di Perugia sta attuando, nel territorio vari progetti, che vedono il **cammino come strategia di intervento di promozione della salute** nella popolazione, attraverso varie forme, nelle diverse fasce di età.

“Piedibus della Salute e del Ben-Essere”

E' una iniziativa rivolta a tutte le fasce di età, per un modo nuovo di vivere la città, soprattutto nel tempo libero. Il cammino è arricchito di informazioni storico-artistiche-paesaggistiche e, “condito” durante le soste, da brevi letture ad alta voce. Partecipare al Piedibus significa non solo fare movimento, ma anche socializzare, ripopolare e rivalutare strade e aree verdi all'interno della città. Camminare lungo itinerari urbani ricchi di storia, di arte e di verde, arricchisce la conoscenza. Il rapporto personale ed emotivo che si instaura tra chi cammina e la città rende il PiediBus una iniziativa potenzialmente efficace per promuovere uno stile di vita sano, favorire una mobilità sostenibile, aumentare la conoscenza delle persone e dei luoghi in cui si vive, sviluppare il senso di appartenenza e migliorare la qualità delle relazioni.

**Camminiamo
per la salute
dei cittadini
e della città**



**Vi
aspettiamo
numerosi!**

**Per informazioni: dott.ssa E. Battista 075 5412444 - 3471024074 - ebattista@ausl2.umbria.it
dott.ssa G.Agnusdei 075 5774437 – g.agnusdei@comune.perugia.it**

Programma

“PiediBus di San Costanzo” - Sabato 28 Gennaio 2012 ore (9,00-12,30)

Il percorso di circa 3 Km non presenta particolari difficoltà, la durata, soste comprese, sarà di 4 ore circa.

Ritrovo: ore 9,00 Parco Santa Margherita (davanti alla Residenza Sanitaria Assistenziale – Santa Margherita) con accesso da via del Giochetto.

- Registrazione Partecipanti

Partenza ore 9,30:

1 - tappa

Viale alberato - Strada Bianca a sinistra che porta alla palestra del Liceo Galilei – si risale la gradinata nel parco e si arriva alla Palazzina Valitutti - Sosta – lettura

2 - tappa

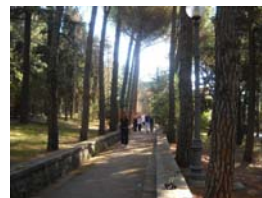
Costeggiando la Casetta Rossa, dalle scalette si accede a via XIV Settembre e si prosegue per via Ripa di Meana fino all'Arco di San Girolamo. Si prosegue verso l'Arco di Porta Romana e quindi a Borgo XX giugno.

3 - tappa

Si raggiunge la chiesa di San Costanzo e poi si prosegue verso il Parco del Grocco dove si potranno “sperimentare” le attrezzature del “percorso vita”.

Si arriva poi alla nuova Sede della Gesenu in via della Pallotta, dove verrà offerta la Merenda con il tradizionale torcolo.

Da qui si farà ritorno alla sede di partenza.



L'iniziativa è aperta a tutti!

Parteciperanno le SCUOLE, il CENTRO C.U.R.I.A.MO, le ASSOCIAZIONI SPORTIVE DEL TERRITORIO

e

vi aspettiamo numerosi

Si consiglia abbigliamento sportivo, adeguato alle condizioni meteorologiche, scarpe comode poiché il percorso è sia su strada asfaltata che su brevi tratti di sentiero nel parco

Si ringrazia per la preziosa collaborazione:

GE.SE.NU. – GRIFO LATTE – C.I.A. (Confederazione Italiana Agricoltori) - UNIPOL

Per informazioni: dott.ssa E. Battista 075 5412444 - 3471024074 - ebattista@ausl2.umbria.it
dott.ssa G. Agnusdei 075 5774437 – g.agnusdei@comune.perugia.it