

## **COMUNICATO STAMPA**

*9 maggio, 23 maggio, 6 giugno*  
**3 appuntamenti informativo-pratici e gratuiti nel cuore di Padova**

# **DÌ SALUTE AL VIA LE "PILLOLE" DI BENESSERE E STILE DI VITA**

*In collaborazione con il*  
**Dipartimento di Medicina DIMED dell'Università degli Studi di Padova**

Padova, 6 maggio 2024 – Prevenzione e stile di vita, tra **informazione medica e pratica**, sono al centro delle tre "Pillole Dì Salute", proposte dalla testata giornalistica Di Salute e dal Dipartimento di Medicina – DIMED dell'Università degli Studi di Padova, diretto dal Prof. Paolo Simioni, a partire dal **9 maggio** a Padova.

La rassegna, articolata in **tre appuntamenti gratuiti**, di informazione e pratica, prende il via giovedì **9 maggio** alle ore 18.00 in Aula Nievo a Palazzo Bo (Università di Padova), e prosegue giovedì **23 maggio** e giovedì **6 giugno**, sempre alle ore 18.00 in sala Anziani a Palazzo Moroni del Comune di Padova.

### **Pillole Dì Salute in città**

Le "pillole" nascono dalla volontà di "contagiare" con la prevenzione e l'attenzione allo stile di vita i Padovani prima dell'edizione 2024 dell'evento "**Dì Salute Weekend**", in programma quest'anno sabato **14** e domenica **15 settembre**, sempre in Prato della Valle, nel cuore della città del Santo.

Grazie agli esperti e ai professionisti del **Dipartimento di Medicina – DIMED Università degli Studi di Padova**, il pubblico avrà l'opportunità di informarsi, capire meglio e conoscere da vicino argomenti determinanti per la salute e il benessere. Ma **non ci saranno solo parole**: le informazioni si tradurranno subito, al termine degli incontri, in una **breve "pratica"**, adatta a tutti.

### **Il primo dei tre incontri gratuiti al Bo**

Il ciclo dei giovedì per la tutela della salute prenderà il via il **9 maggio** con "**Pillole di salute per il benessere di tutte le età**", appuntamento in cui, tra parole e pratica, il pubblico potrà avere preziose informazioni sulla **corretta alimentazione**, sulla **salute tiroidea, osteoarticolare** e sull'importanza dell'**esercizio fisico** a tutte le età.

Gli incontri avranno sempre un coinvolgente risvolto pratico: il pubblico potrà partecipare a un questionario dinamico e imparare alcuni esercizi di rafforzamento muscolare.

L'incontro vedrà la presenza di: dott. Loris Bertazza, dott.ssa Simona Censi, prof.ssa Caterina Mian, U.O.C. Endocrinologia, Azienda Ospedale Università Padova, dott.ssa Valentina Bullo, dott. Stefano Gobbo, prof. Marco Bergamin, Dipartimento di Medicina – DIMED, dott.ssa Chiara Ceolin, dott.ssa Marina De Rui, prof. Giuseppe Sergi, U.O.C. Geriatria, Azienda Ospedale Università Padova, dott. Gaetano Paride Arcidiacono, dott.ssa Stefania Sella, prof. Sandro Giannini, U.O.C. Clinica Medica 1, Azienda Ospedale Università Padova.

### **Il secondo appuntamento: la circolazione a Palazzo Moroni**

La circolazione sanguigna sarà protagonista dell'appuntamento di **giovedì 23 maggio** dal titolo **"Impariamo a conoscere e a prenderci cura della nostra circolazione"**.

I partecipanti avranno l'occasione di approfondire la conoscenza di questo determinante apparato, individuando le potenziali insidie al suo funzionamento e i numerosi vantaggi apportati, invece, dall'esercizio fisico al suo benessere.

Anche in questa occasione i professionisti presenti accompagneranno il pubblico in una semplice sequenza di movimenti per mantenere attiva la circolazione.

La serata vedrà la presenza di: prof. Luca Spiezia - U.O.C. Clinica Medica I, Azienda Ospedale Università Padova, prof. Roberta Ramonda – U.O.C. Reumatologia, Azienda Ospedale Università Padova, prof. Andrea Ermolao – U.O.C. Medicina dello sport, Azienda Ospedale Università Padova.

### **L'obesità non è una scelta: il terzo incontro a Palazzo Moroni**

Il 6 giugno, sempre alle ore 18.00, nella sede del Comune di Padova, il focus si sposterà invece sulle principali problematiche cliniche connesse all'**obesità** e allo **stigma sociale** che questa patologia porta con sé.

Saranno forniti consigli nutrizionali pratici e suggerimenti, applicabili da subito, su come sfruttare al meglio l'attività fisica e il movimento come terapia.

L'incontro vedrà la partecipazione di: prof.ssa Valerie Tikhonoff – U.O.C. Dietetica e nutrizione clinica, Azienda Ospedale Università Padova, prof. Luca Busetto – U.O.C. Clinica Medica III, Azienda Ospedale Università Padova, prof. Andrea Ermolao – U.O.C. Medicina dello Sport, Azienda Ospedale Università Padova, Associazione pazienti obesi - Giro di Boa.

### **COME PARTECIPARE? GRATIS MA CON PRENOTAZIONE**

Gli incontri informativi pratici sono gratuiti e aperti al pubblico, è gradita la prenotazione al sito [www.disalute.it/pillole](http://www.disalute.it/pillole)

Ufficio stampa, Chiara Bertazzolo: [info@disalute.it](mailto:info@disalute.it) 049.520.6621