

Ultimo appuntamento con “I Martedì della Salute”

6 dicembre incontro sul tema "La risata come cura per stare meglio"

Si conclude con grande successo la seconda edizione de I Martedì della Salute, il ciclo di appuntamenti dedicati alla salute e al benessere promosso dal Comune di Orbassano, Assessorato alla Cultura, in collaborazione con ASL TO3, A.O.U. San Luigi Gonzaga, Eco del Chisone ed Eco Mese, Associazione per la ricerca sulla depressione, Associazione SALUS, Associazione A.C.A.T. Val Sangone, Associazione A.R.C.A.T. Piemonte e farmacie cittadine.

Il programma degli appuntamenti organizzati nel corso del 2016, ricco di interessanti approfondimenti e incontri su diversi temi con medici specializzati, esperti di settore e specialisti di alto livello, ha visto la partecipazione di un pubblico numeroso. La salute e il benessere psicofisico sono un tema su cui è necessario dare informazione, sensibilizzare e fare chiarezza fornendo le corrette testimonianze. Con I Martedì della Salute, l'Amministrazione ha perciò ritenuto utile dare la possibilità di approfondire meglio le conoscenze su alcuni dei disturbi e delle malattie più diffuse al giorno d'oggi.

L'ultimo appuntamento, in programma al Teatro S. Pertini alle ore 20.45 martedì 6 dicembre, verterà sul tema **“Guarire ridendo effetti terapeutici della Terapia della risata”** a cura del Dr. Arcangelo Giordano, Naturopata e Terapeuta della risata. Dalla seconda metà del secolo scorso sono state condotte e continuano a prodursi numerose ricerche sui benefici della risata. È stato provato che ridere ha un impatto positivo sull'organismo sotto diversi punti di vista, sia fisici che psichici. Nel corso della serata verrà illustrato come il buon umore attiva le capacità di difesa e si sperimenterà direttamente i benefici di quella che oggi a tutti gli effetti è considerata una vera e propria terapia.

“Siamo davvero molto soddisfatti dei risultati ottenuti con questa seconda edizione dell'iniziativa I Martedì della Salute soprattutto perché ciò dimostra quanto sia alta l'attenzione dei cittadini verso il benessere e la cura di sé – afferma l'Assessore alla Cultura Stefania Mana -. Come Amministrazione infatti il nostro obiettivo primario era dare al pubblico una corretta informazione e le giuste linee guida per la cura e la prevenzione di alcune delle malattie e malesseri ampiamente diffusi, ma spesso poco riconosciuti. Al tempo stesso abbiamo voluto coinvolgere la cittadinanza in un ciclo di incontri volti alla promozione di uno stile di vita sano ed

equilibrato, in quanto prima vera fonte di benessere. Grazie perciò a tutti coloro che hanno partecipato, a coloro che hanno contribuito alla piena realizzazione dell'iniziativa e agli specialisti che hanno condotto gli incontri.”

“Anche l'edizione 2016 dell'iniziativa dedicata alla salute e al benessere si conclude con un vero successo – dichiara il Sindaco Eugenio Gambetta -. La soddisfazione da parte dell'Amministrazione e di tutti gli organizzatori è tanta e ci incentiva a pensare alla prossima edizione de I Martedì della Salute. L'interesse verso queste importanti tematiche è tornato a essere molto alto e numerosi cittadini hanno preso posto alle serate, ascoltando, ponendo domande agli esperti e tornando quindi a casa con la consapevolezza di quanto sia importante condurre uno stile di vita sano, senza eccessi e stress. In questo senso, l'ultimo appuntamento credo sia significativo poiché evidenzia i benefici della risata, un gesto semplice che non costa nulla, ma che troppo spesso trascuriamo. Ebbene, studi scientifici ci ricordano l'importanza di una sana risata e il 6 dicembre i cittadini potranno approfondire l'argomento insieme al naturopata e terapeuta Arcangelo Giordano. Ringrazio tutti i partecipanti, gli organizzatori e i professionisti di settore il loro prezioso contributo. Arrivederci alla prossima edizione!”

|
|