

## GIORNATA DELLA SALUTE

**Data:** 23/05/2023

**Fonte:** LILT

**Link:** <https://www.lilt.it/notizie/ass-provinciali/archivio/2023/15403/giornata-della-salute>

- [Home](#)
- [Chi Siamo](#)
  - [Introduzione](#)
  - [Le attività della LILT](#)
  - [Storia](#)
  - [Statuto](#)
  - [Sede Centrale - Organizzazione](#)
  - [Coordinamenti Regionali](#)
  - [Le Associazioni Provinciali](#)
  - [Organismi collegiali](#)
- [Dove Siamo](#)
  - [Sede Centrale](#)
  - [Associazioni Provinciali](#)
  - [Ambulatori](#)
  - [Hospice e cure palliative](#)
  - [Prestazioni](#)
- [Prevenzione](#)
  - [Prevenzione primaria](#)
    - [Corretta alimentazione](#)
      - [Lotta all'obesità](#)
    - [Attività fisica](#)
    - [Lotta al tabagismo](#)
    - [Lotta all'abuso di alcol](#)
  - [Prevenzione secondaria](#)
    - [Diagnosi precoce](#)
    - [Esami di screening](#)
  - [Prevenzione terziaria](#)
    - [Assistenza e riabilitazione](#)

- [Diritti del malato](#)
- [Tumori più frequenti](#)
- [Codice europeo contro il cancro](#)
- [Campagne](#)
- [News](#)
- [Come aiutarci](#)
  - [Privati](#)
    - [5x1000](#)
    - [Donazioni](#)
      - [Su conto corrente](#)
      - [Donazione online](#)
      - [In memoria](#)
      - [Donazione ricorrente](#)
      - [Donazione immobiliare](#)
    - [Lasciti](#)
  - [Aziende](#)
    - [7 motivi per scegliere la LILT](#)
    - [Come sostenere la LILT](#)
- [Amministrazione Trasparente](#)

## GIORNATA DELLA SALUTE

Numerosa la partecipazione alla Giornata della salute organizzata giovedì 18 maggio da Lilt Novara - Delegazione di Varallo Pombia con il Comune di Varallo Pombia, Auser Volontariato Varallo Pombia - Oleggio, Centro Incontro Anziani e CST Novara-VCO.

Prima il gustoso pranzo preparato dalla bravissima cuoca Silvia con le sue collaboratrici poi gli approfondimenti su alimentazione con Arianna Massarotto Dietista Lilt Novara, socialità con la neurologa Emanuela Terazzi e attività fisica con l'insegnante Giulia Parachini.

La ricetta della salute e della prevenzione a ogni età? Una dieta sana e bilanciata, fare movimento tutti i giorni e avere una vita sociale attiva!

Programma della...

### Articolo originale:

<https://www.lilt.it/notizie/ass-provinciali/archivio/2023/15403/giornata-della-salute>