



Piero Testa  
Presidente A.R. 2010/2011  
Distretto 2050

Crema, 28 marzo 2011

Il **ROTARY CLUB CREMASCO SAN MARCO** organizza per Venerdì **8 Aprile 2011** dalle ore 20.30 alle ore 22.30 a Crema presso la Sala Pietro da Cemmo del Centro Culturale Sant'Agostino in via Dante, 29 il convegno :

**“ IN QUALE MODO LO STILE DI VITA INFLUENZA LA NOSTRA SALUTE “**  
**“La prevenzione e la quotidianità”**

Il Convegno è rivolto a **tutta la cittadinanza** ed a tutti coloro che siano interessati ad uno stile di vita che permetta loro di migliorarne la performance, di ridurre il rischio di malattia cioè in sostanza di vivere meglio.

Ci accoglieranno nella Sala Pietro da Cemmo la vocalist Irene Colombo ed il nostro socio Alessandro Lupo Pasini al pianoforte.

Presiederà il Dr. Piero Testa Presidente del Rotary Club Cremasco San Marco e modereranno i soci Dott. Pietro Agricola, Dott. Adolfo Tubertini e Dott. Alessandro Zambelli

La prima Relazione sarà tenuta dalla **Dott.ssa Daniela Delle Piane responsabile del Centro Grandi obesi di Cuneo** che ci illustrerà le differenze tra come mangiavamo e come mangiamo oggi e quali siano i disturbi dell'alimentazione più frequenti.

Il **Dott Angelo Rebba** Direttore Sanitario e Generale del più importante Centro di Medicina del Lavoro di Bergamo ci parlerà di **Stress e Lavoro** : quali norme, quali presidi , quali interventi possono migliorare le enormi pressioni che la vita di oggi ed il lavoro di oggi esercitano sui di noi.

Il **Dr. Adriano Cadregari sportivo, allenatore di calcio, docente alla Scuola di Coverciano** ci mostrerà benefici e rischi dello sport e dell'attività fisica: cosa chiedere al nostro fisico, cosa non pretendere dai nostri figli anche se già atleti.

E' certamente importante salvaguardare il nostro cuore ed il **Dott. Giuseppe Inama Primario Cardiologo dell'Ospedale di Crema** ci dirà come fare, cosa fare se stiamo bene e se siamo sani e in piena forma , cosa fare se qualche problema cardiaco ci è già capitato ed infine, cosa non fare.

Chiuderà la serata il **Dott. Maurizio Grassi responsabile del Centro Tumori di Crema** che ci chiarirà le idee su quali screening siano importanti per la prevenzione dei tumori, ci esporrà i loro vantaggi, i loro tempi ed i loro risultati .

---

**Piero Testa**

Via Rosaglio, 3 26010 Camisano (CR)  
Tel. 0373 77 238 Cell. 348 17 16 467  
Email: pierotesta@libero.it

**Rotary Cremasco San Marco**

Distretto 2050 - Italia  
Via Izano, 2/A Crema (CR)  
Email: rccremascosanmarco@rotary.org