

A Samarate due giorni dedicati alla salute del cuore con la Croce Rossa

Pubblicato: Martedì 6 Maggio 2025



La prevenzione cardiovascolare approda a **Samarate** con l'iniziativa **“Itinerari della Salute”**, promossa dalla **Croce Rossa Italiana – Comitato di Gallarate**, con il patrocinio del Comune e la collaborazione delle associazioni **“Ama il tuo cuore”** di Gallarate e **“ACRC”** di Varese. Un appuntamento importante che si inserisce **nella strategia nazionale della CRI per il decennio 2018-2030**, finalizzata a promuovere la salute attraverso la sensibilizzazione e l'educazione sanitaria.

«Samarate è uno dei venti Comuni di nostra competenza e questa è un'iniziativa che rientra nell'attività del Comitato nazionale per la strategia 2018-2030» spiega **Lorenzo Canziani**, presidente del Comitato CRI di Gallarate.

L'evento si terrà **sabato e domenica, dalle ore 9 alle 18**, in **Piazza Italia a Samarate**, e coinvolgerà **una sessantina volontari**, impegnati in un'attività capillare di prevenzione. **Le visite saranno gratuite ma su prenotazione**, effettuabile a [questo link](#), «il Comitato richiamerà poi per la conferma e per definire giorno e orario dell'appuntamento».

Il percorso di prevenzione si articola in **tre azioni principali**, come sottolinea Canziani: «Fare prevenzione diffondendo i principali fattori di rischio; comunicare la buona condotta alimentare e di stile di vita; e infine offrire la vera e propria visita».



L'unità mobile che sarà impegnata a Samarate

I partecipanti potranno così conoscere meglio i propri fattori di rischio (età, genere, abitudini e patologie pregresse), ricevere consigli utili su uno stile di vita sano — alimentazione equilibrata, attività fisica regolare, stop a fumo e alcol — e sottoporsi a controlli mirati per la misurazione di pressione, frequenza e ritmo cardiaco, oltre ai livelli di colesterolo, trigliceridi e glicemia.

Un momento significativo dell'iniziativa è previsto per **sabato alle ore 11**, quando verrà presentata ufficialmente la **nuova ambulanza della Croce Rossa di Gallarate**, alla presenza del **sindaco di Samarate** e di **don Nicola**, segno tangibile dell'impegno continuo al servizio della comunità.

[Roberto Morandi](#)

roberto.morandi@varesenews.it