

# Trapiantati in montagna A SPASSO CON LUISA Quinta edizione



**Programma mirato a migliorare la condizione fisica e il benessere psicofisico dei trapiantati e ad aumentare la fiducia in se stessi e nelle proprie capacità.**

**Le iscrizioni sono aperte a tutti i trapiantati.  
Ognuno parteciperà alle escursioni con il proprio ritmo.**

All'inizio del 2019 verranno effettuate le necessarie verifiche preliminari, sia per certificare l'idoneità del paziente allo sforzo, sia per poter valutare anche in termini quantitativi l'eventuale beneficio. Il programma è pensato come libero e volontario, grazie alla disponibilità dei medici.

#### **Date delle escursioni.**

Sono previste ogni due settimane, la domenica, con il seguente calendario:

31 marzo: rifugio Parafulmine

14 aprile: rifugio Magnolini

28 aprile: monte Poieto

12 maggio: rifugio Capanna 2000

26 maggio: rifugio Giampace

9 giugno: baita Cardeto

23 giugno rifugio Curò

29 e 30 giugno escursione finale al rifugio Tissi nelle Dolomiti Bellunesi (con pernottamento)

I costi di trasporto sono a carico dei singoli, mentre gli esami medici vengono eseguiti dal nostro servizio di Medicina dello Sport.

#### **Per informazioni e iscrizioni rivolgersi a:**

*Sig. Gianni Alfieri (Segreteria A - quarto piano torre 4)  
dal lunedì al giovedì dalle 8 alle 12*

#### **Oppure scrivere a:**

- [silviocalvi@tin.it](mailto:silviocalvi@tin.it)

- [giannyalfieri@hotmail.it](mailto:giannyalfieri@hotmail.it)

Sponsor



In collaborazione con



Ospedale  
di Bergamo

Sistema Socio Sanitario



Regione  
Lombardia

ASST Papa Giovanni XXIII