

Open Day a Magione, l'attività motoria come "farmaco"

Bilancio estremamente positivo per la giornata dedicata alla prevenzione ed al recupero fisico attraverso l'attività motoria

Magione, 25 settembre 2017 - L'Open Day "**Attività motoria come farmaco**", nella Palestra della **Casa della Salute** di Piazza Simoncini a Magione, si è svolto lo scorso sabato ed è stata la giornata di riapertura ufficiale dei corsi di attività motoria indirizzati alle persone con fattori di rischio cronico cardiovascolare e patologie cronicodegenerative. Presenti all'iniziativa, oltre ai cittadini ed agli istruttori dell'Associazione A.N.A.M il dott. **Giorgio Fuso** responsabile del Centro di Salute Trasimeno Nord.

Organizzato dal Distretto del Trasimeno della USL Umbria 1, in collaborazione con il Comune di Magione, il Cesvol e l'Anam, la giornata si è rivolta a tutti i cittadini ma con particolare attenzione agli ipertesi, obesi, diabetici e aventi patologie correlate, per il controllo dei fattori di rischio e per il recupero fisico da malattie debilitanti.

«Siamo soddisfatti - ha affermato il dottor **Fuso** - e stiamo continuando a reclutare persone che sembrano raccogliere la proposta favorevolmente perché la ritengono utile per la loro salute. Il benessere che consegue alla partecipazione al progetto è tangibile. L'attività motoria seguita da professionisti laureati in scienze motorie, in questo caso dagli istruttori dell'associazione A.N.A.M, insieme all'adozione di un corretto stile di vita, rappresentano i cardini per una qualità della vita migliore. Sono talmente entusiasta dell'iniziativa che mi sto prodigando per promuovere anche un progetto motorio rivolto anche ai bambini in età scolare al fine di contrastare l'obesità ed il sovrappeso che sono in preoccupante e crescente aumento nella realtà locale».

Anche la vicepresidente dell'Associazione A.N.A.M, dott.ssa **Barbara Sebastiani** è soddisfatta: «Il nostro progetto in collaborazione con l'Azienda Usl n 1 dell'Umbria è attivo da 3 anni presso il Centro servizi Grocco e la palestra dell'Ospedale Media Valle del Tevere di Pantalla. Ci auguriamo di riuscire a coinvolgere sempre più realtà in ambito sanitario anche per il riscontro oggettivo e positivo che otteniamo dai partecipanti».

Per partecipare all'attività motoria è necessario tesserarsi ed esibire idonea certificazione medica. Ci si può presentare presso la palestra della Casa di Salute di Magione il martedì e il giovedì dalle 17 alle 19 ed il sabato mattina dalle ore 9 alle ore 12, contattare assoanam@gmail.com o il 3348474591.