



Un nuovo club contro la sedentarietà (di corpo e testa)

Corpo tonico, mente sveglia. I ritmi di vita degli anziani, la cura del loro benessere psicofisico e altro ancora stimolano nuove idee e utili proposte. Qui, segnaliamo «Senior Italia Cultura Sport», neonato club nell'ambito di Senior Italia FederAnziani. Il programma è in via di definizione, ma l'idea di fondo rivolta alla terza età è di tutelare e promuovere la partecipazione attiva e collettiva allo sport, oltre al protagonismo culturale. È noto, del resto, che la sedentarietà è uno dei principali fattori di rischio per la salute. Più si va avanti negli anni, la mancanza di attività fisica e gli scorretti stili di vita chiamano il sovrappeso, l'obesità; da considerare anche i disturbi circolatori come le malattie cardiovascolari e il diabete. L'obiettivo di «Senior Italia Cultura Sport»? Innanzitutto, informare le persone interessate, sensibilizzandole; quindi, attuare iniziative che favoriscano l'accesso alle attività motorie, sportive, del tempo libero e della cultura. Verranno, dunque, organizzati convegni di carattere medico-scientifico dandone massima divulgazione. L'aspetto pratico si tradurrà in manifestazioni sportive, tornei sportivi ed altri programmi di carattere ludico e culturale. «Senior Italia Cultura Sport coglie un aspetto centrale della vita delle persone — osserva Roberto Messina, presidente di Senior Italia FederAnziani —. E noi intendiamo fare atti concreti nei confronti di moltissimi uomini e donne della terza età ancora pieni di voglia di partecipare allo sport non solo come passatempo, ma anche in termini agonistici. La nuova organizzazione si prefigge di rispondere a questa legittima ed entusiastica richiesta». Un sito (in progress) per le informazioni: <http://www.senioitalia.it/progetti/senior-italia-cultura-sport/>. (M. Fu.)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

