

Direzione comunicazioni

Monteprandone, 1 gennaio 2022

Prot. 5066

Dopo l'Epifania riprenderanno le attività dell'U.S. Acli a Monteprandone
Intanto si è concluso un 2021 ricco di attività

Riprenderanno dopo l'Epifania le attività che l'Unione Sportiva Acli realizza ormai da anni nel territorio del Comune di Monteprandone grazie alla collaborazione e al sostegno della locale Amministrazione comunale.

Si tratta di iniziative ormai consolidate nel tempo, ma anche manifestazioni nuove come le lezioni di yoga che si sono svolte, sotto la direzione dell'insegnante Eugenia Brega, presso il parco della stazione nel mese di settembre con una ampia partecipazione di persone di ogni età.

Oltre allo yoga, per tutto il 2021, è stato realizzato il progetto "Salute in cammino" che ha fatto registrare circa 500 presenze in 38 appuntamenti che si sono svolti ogni martedì con partenza da Piazza dell'Unità.

"Salute in cammino" consiste in una camminata della durata di circa un'ora finalizzata a promuovere stili di vita corretti ed a contrastare l'insorgere di patologie connesse con l'inattività fisica, come ad esempio il diabete o il tumore al seno.

Proprio l'inattività fisica è divenuta tra i principali fattori di rischio per la salute dei cittadini. In Europa l'inattività è ritenuta responsabile ogni anno di un milione di decessi. E' stato stimato che alla mancanza di movimento siano imputabili il 5% delle affezioni coronariche, il 7% dei diabete di tipo 2, il 9% dei tumori al seno ed il 10% dei tumori al colon.

L'invito dunque è a partecipare ad una iniziativa gratuita che permette di fare movimento e combattere la sedentarietà attraverso una semplice camminata.

Nel corso del 2021, poi, oltre alla tradizionale "Camminata per San Giacomo della Marca", dedicata al patrono di Monteprandone per conoscerne la storia ed i luoghi, è stata realizzata, proprio in occasione delle festività patronali, la "Camminata dei musei" con la visita allo splendido borgo di Monteprandone con visita al Museo parrocchiale di arte sacra della parrocchia di San Niccolò di Bari. Entrambe le iniziative sono state realizzate in collaborazione con l'Avis di Monteprandone.

