

Monteroni promuove i corsi di ginnastica dolce per gli over 65

Fare nuove amicizie, restando in forma. Anche quest'anno il Comune di Monteroni di Lecce dà la possibilità ai cittadini e cittadine di 65 anni o più di seguire corsi di ginnastica dolce gratuiti.

Le domande vanno presentate entro il 29 novembre a mezzogiorno, direttamente a mano presso l'Ufficio protocollo del Comune oppure via pec all'indirizzo di posta elettronica: serviziculturali.comune.monteroni@pec.rupar.puglia.it.

Alla domanda dovrà essere allegato certificato medico di idoneità alla frequenza di attività sportiva per anziani.

Esprime la propria soddisfazione il sindaco Mariolina Pizzuto: "Visto l'alto indice di gradimento riscontrato lo scorso anno, abbiamo deciso di riproporre anche quest'anno il Corso di ginnastica dolce. Molte volte le persone anziane si rinchiodano nelle loro case e non danno spazio alla socialità. Uscire, fare un po' di movimento, con la guida degli esperti, è fondamentale per curare il proprio benessere psicofisico, anche perché in questo modo si ha la possibilità di fare nuove amicizie, condividere problemi comuni e affrontare la vita con maggiore leggerezza".

"La promozione del benessere e dei valori attraverso lo sport", sottolinea l'assessore allo sport, Ramona Visconti, "è stato sempre un punto cardine della nostra attività amministrativa. Oggi diamo questa possibilità agli over 65, attraverso le associazioni del territorio, sempre seguendo il principio della parità fra tutti, perché tutti devono avere uguali diritti, sia tra cittadini che tra associazioni".