

A Montorio un incontro su “Sport & salute”

Martedì 31 marzo, ore 18.00, Centro di Aggregazione

L'attività sportiva è fondamentale per lo sviluppo di valori basilari per la società quali lo spirito di gruppo e la solidarietà, nonché la tolleranza e la correttezza delle azioni, principi indispensabili per favorire un arricchimento della nostra esistenza ed un miglioramento del nostro vivere quotidiano. Attraverso lo sport si contribuisce al miglioramento quotidiano dell'equilibrio fra corpo e psiche puntando al miglioramento di doti quali la perseveranza e la determinazione. A possedere un ruolo sociale ed educativo, lo sport associato ad un'alimentazione equilibrata, apporta vantaggi dal punto di vista della salute dell'individuo che pratica un'attività sportiva costante. L'attività sportiva favorisce la salute fisica diminuendo così i casi di sovrappeso ed obesità ed una quantità di disturbi cronici come patologie cardiovascolari o diabete, predisposizioni a stati ansiosi o depressivi. È importante i bambini fin dalla tenera età intraprendano un'attività motoria quotidiana, ciò sarà determinante per costituire un modello di vita per il futuro del bambino che nel tempo manterrà uno stile di vita integerrimo, autonomo e dinamico.

Di questo e di altro si parlerà nel corso dell'**incontro formativo** organizzato dall'Associazione “Monte D'Oro” su “**Sport & salute**”, in programma martedì 31 marzo alle ore 18.00 nella sala polivalente “Francesco De Angelis” del Centro di Aggregazione Giovanile, in largo Rosciano 7/12. Interverranno l'arbitro di serie A **Gianpalo Calvarese**, il giudice sportivo **Aldo Ambrogi**, il preparatore atletico del Teramo Calcio **Antonio Del Fosco** e la specialista del Centro di medicina dello sport di primo livello “dott. Giovanni Bonaduce” **Scolastica Bonaduce**. Modererà la serata, alla quale prenderà parte fra gli altri anche il **sindaco di Montorio Gianni Di Centa**, il giornalista sportivo **Enzo De Dominicis**.

L'incontro formativo rientra tra le iniziative promosse dal Centro di Aggregazione, diretto dal presidente **Biagio Di Giacomo**, nell'ambito delle proprie attività culturali condotte in collaborazione con il Comune di Montorio al Vomano. “Megafono della cultura giovanile”, il Centro da oltre vent'anni è un luogo che offre stimoli, occasioni di sviluppo e di espressioni di identità generazionale. Luogo di incontro, idee, persone, sogni e progetti, è uno spazio per dire, ascoltare, fare, sostare, usare in modo qualificato il proprio tempo libero. Un progetto complesso e articolato che offre a tutte le realtà sociali la possibilità di condividere varie esperienze culturali all'interno di uno spazio comunitario.