

di Walter Fortini • Tutta la Toscana

24 luglio 2023 | 17:18

Più attività fisica per stare meglio e in salute: Regione firma accordo con Csi

Giani e Bezzini: “Lo sport può prevenire alcune patologie”

Regione Toscana e Centro Sportivo Italiano (Csi) si alleano e mettono in campo una strategia comune per promuovere l'adesione all'attività fisica da parte delle toscane e dei toscani. La giunta ha dato il via libera all'accordo che individua obiettivi, azioni e modalità degli interventi che prenderanno avvio entro la fine del 2023.

L'accordo rientra nel Piano Regionale della prevenzione 2020-2025 e completa gli obiettivi del programma sulle comunità attive, tra cui la promozione di uno stile di vita sano e attivo in tutte le età e in tutti gli ambienti, a casa come a lavoro, che diventi prassi comune ed aiuti a prevenire, con il movimento, le malattie croniche negli anziani.

Rientrano nel piano di interventi l'organizzazione di laboratori sperimentali di attività motoria, di camminate della salute e del benessere, la promozione di attività motoria nei centri estivi. A queste si affiancano momenti e incontri di promozione della socialità, inclusione e corretti stili di vita. Le attività saranno affidate a personale adeguatamente formato e laureato in scienze motorie.

Il Csi organizzerà inoltre tre seminari di formazione rivolti al proprio personale, insieme alle Asl, e un incontro finale di restituzione dei risultati per monitorare gli effetti dell'accordo.

“Fare sport fa stare bene - commenta il presidente della Toscana Eugenio Giani, che ha sottoscritto l'accordo con il Csi - E' indubbio che una corretta attività fisica sia la migliore medicina ed antidoto per prevenire talune patologie”. “L'attività fisica è salute e come assessorato stiamo investendo molto sulla prevenzione - aggiunge l'assessore al diritto alla salute, Simone Bezzini - Fare movimento aiuta a vivere meglio e quando riduce o ritarda una determinata patologia costituisce un vantaggio, oltre che per i singoli cittadini, anche per il sistema sanitario nel suo complesso”.

“Esprimiamo la nostra soddisfazione per il raggiungimento di questo accordo, che ci vede alleati della Regione Toscana nella promozione di uno stile di vita attivo per tutte le fasce d'età con l'obiettivo comune di migliorare la qualità della vita e della salute dei toscani e delle toscane” commenta il presidente del Csi Toscana Carlo Faraci.

SPORT