



Unità Operativa Educazione
e Promozione alla salute



Comune di Gravina di Catania
Servizi Sociali

Comunicano

L'AVVIO DEL PROGETTO DI PROMOZIONE DELL'ATTIVITA' FISICA

“Muoviti ancora!”

A partire da giorno **21 Marzo 2023** avrà inizio il progetto “**Muoviti ancora**” promossa dall'Unità Operativa Educazione e Promozione alla salute dell'ASP di Catania in collaborazione con i Servizi Sociali del Comune di Gravina di Catania.

Tale progetto, finalizzato all'incremento dell'attività motoria per la prevenzione delle patologie croniche non trasmissibili e per il mantenimento dell'efficienza fisica nell'anziano (over 65), sarà realizzato da personale specializzato in scienze motorie dell' **ASP di Catania** presso la **zona fitness del Parco comunale “P. Borsellino” di Gravina di Catania** nelle giornate di martedì e giovedì dalle ore 11,30 alle 12,30.

La partecipazione al *progetto* è gratuita è richiesto solo un abbigliamento comodo, scarpe da ginnastica ed essere muniti di certificato medico per la pratica di attività sportiva non agonistica, rilasciato dal medico di famiglia.

Tutti gli anziani residenti a Gravina di Catania interessati a partecipare all'iniziativa potranno **contattare i numeri sotto indicati o presentarsi direttamente da giorno 21 Marzo 2023** nelle giornate di martedì e giovedì alle ore 11,30 presso la zona fitness del Parco Comunale Borsellino di via Francesco Crispi 51 Gravina di Catania.

Per avere maggiori informazioni e per chi volesse aderirvi potrà rivolgersi a: UO Educazione e Promozione della Salute, telefono: 095322507 095254597, numero verde: 800093680, e-mail: educazionesalute@aspct.it. o contattare i Servizi Sociali del Comune di Gravina di Catania tel 0957199526.

L'Assessore ai Servizi Sociali
Cettina Daniela Cianciolo

Il Sindaco
Avv. Massimiliano Giammusso