



Comune di Cesano Boscone

## Cesano Boscone aderisce al progetto APP “Città per camminare e della salute”

Cesano Boscone, 4 giugno 2021 - L'Amministrazione Comunale ha aderito al **progetto APP “Città per Camminare e della Salute”**.

L'iniziativa rientra in **“Milano cities changing diabetes”**, un protocollo di azioni che il Comune ha sottoscritto, nel marzo scorso, con l'obiettivo di incoraggiare stili di vita sani, promuovere una cultura della prevenzione e favorire l'accesso alle pratiche sportive nella cittadinanza.

Il programma **“Città per Camminare e della Salute”** è un'iniziativa patrocinata da Ministero della Salute, ANCI, CONI, Federazione atletica leggera, e **nasce dall'esperienza di Maurizio Damilano**, campione mondiale ed olimpionico di marcia, che ha introdotto in Italia il cosiddetto *fitwalking*, la camminata a passo veloce. È parte di un progetto internazionale che risponde alle richieste di cambiamento espresse in tutto il mondo dalle persone con diabete, che ora diventa digitale grazie allo sviluppo di una specifica applicazione scaricabile dal cellulare, disponibile sull'AppStore per iOS, su Google Play per Android o attraverso questo link <https://bit.ly/3pjFvjb>.

L'app consente di trovare nella propria città o quella in cui ci si trova percorsi adatti ad una pratica motoria semplice ma efficace dal punto di vista della salute. **Accoglie a livello nazionale**, suddivisi per provincia, **alcuni itinerari corredati da una scheda che illustra le principali caratteristiche architettoniche e paesaggistiche che si incontrano nel tragitto**. Si tratta di uno strumento che stimola e invoglia le persone a camminare e, al tempo stesso, valorizza le risorse del territorio.

Il Comune di Cesano ha messo a punto un **itinerario di 4,5 km**, che attraversa i tre parchi della città, “Natura”, “Aldo Moro” e “Pertini”, già inserito nell'app e a disposizione delle cittadine e dei cittadini.

“Siamo molto contenti – **dichiara il vicesindaco Salvatore Gattuso** - di poter unire l'aspetto della salute con quello naturalistico e culturale. A Cesano sono già attivi diversi gruppi di cammino, che saranno senza dubbio entusiasti di poter fruire, comodamente dal proprio cellulare, di itinerari che offrono occasioni per scoprire curiosità sul nostro territorio. Questa iniziativa sarà supportata anche da una conferenza sui temi diabete e obesità, che si terrà a fine settembre, promossa dal Comune in collaborazione con l'Università di Milano. La tutela della salute e la cultura della prevenzione rappresentano due pilastri al centro di tutta l'azione amministrativa”.