

## **PROTOCOLLO INTESA ANIAD - BORGHI DELLA SALUTE**

Molti studi scientifici internazionali hanno ormai da molto tempo validato i benefici dell'attività fisica e sportiva nella terapia della malattia diabetica.

Oltre comunque ai benefici puramente fisici importanti sono gli aspetti psicologici quali l'inserimento in un ambito sportivo con possibilità di realizzarsi migliorando la propria autostima.

Altro cardine della terapia della persona con diabete è la dieta corretta ed equilibrata caratteristiche peculiari della dieta mediterranea.

L'ANIAD da oltre 25 anni si occupa di questi aspetti incentivando a livello centrale e periferico sia l'attività fisica che la corretta alimentazione.

L'Associazione BORGHI DELLA SALUTE ha come finalità la riscoperta, in maniera salutistica, dei Borghi Italiani con le loro peculiarità ambientali, paesaggistiche, culturali e salutistiche alla riscoperta dei valori tradizioni locali, legate alla Mediterraneità come stile di vita.

Nell'ambito di tali finalità la corretta attività di movimento, per non crearsi un danno, è condizione indispensabile per una corretta prevenzione e cura del Diabete.

L'attività di movimento scelta dai Borghi della Salute è il Nordic Walking PabMed ribattezzato come "Cammina ... Salute con l'Amico bastoncino.

Una attività globale, rieducativa posturale, riabilitativa, metabolica e salutistica.

Una attività non competitiva e non agonistica che ben si adatta alle persone anziane e con complicanze.

Tutto ciò premesso, visti i numerosi punti di contatto tra le due associazioni, si conviene quanto segue:

ANIAD E BORGHI DELLA SALUTE si impegnano, senza alcun onere economico, a:

- Diffondere la pratica del Cammina ... Salute con l'Amico bastoncino, Metodo PabMen ( Nordic Walking), anche creando all'interno dell'ANIAD tale disciplina sportiva;
- Pubblicizzare sui rispettivi media le attività delle due associazioni collaborando insieme a livello centrale e periferico nella realizzazione di manifestazioni in cui vengano esaltati i benefici della dieta e dell'attività fisica concordando a livello periferico date e modalità;
- Concedere reciprocamente l'uso del logo per le proprie manifestazioni
- Inserire i rispettivi loghi sui media e sui social
- Organizzare eventi scientifici condivisi
- Attuare in accordo tutte le iniziative atte a valorizzare i valori della dieta e dell'attività fisica per un corretto stile di vita.

28 giugno 2017

Il Presidente A.N.I.A.D.

Marcello Grusu



Il Presidente dei BORGHI DELLA SALUTE

Marco Tagliaferri