

Chiasso, 12 aprile 2018

Allenamento cognitivo - motorio interattivo. Queste parole riassumono perfettamente la MISSION del nuovo Centro del Movimento MO-MOVI.

Grazie alla costituzione dell'omonima associazione, nasce a Chiasso un nuovo centro dedicato all'allenamento mirato e stimolante, destinato in particolar modo alle persone anziane e più in generale alle persone con problematiche di salute quali obesità, malattie reumatiche o cardio-respiratorie.

A differenza delle proposte tradizionali, Il Centro del Movimento MO-MOVI garantisce un approccio facilitato in piena sicurezza, assicurando anche alle persone che necessitano di assistenza, un allenamento sicuro e motivante.

Attraverso l'utilizzo di strategie di motivazione adeguate e all'utilizzo di programmi di allenamento controllati, i macchinari di cui dispone il centro, permettono la stimolazione simultanea delle funzioni fisiche e cognitive. Più di dieci i macchinari installati che grazie a tecnologie avanzate, permettono oltre alla personalizzazione dell'allenamento, la registrazione in tempo reale ed in alta definizione di micromovimenti, e l'utilizzo di stimoli visivi e acustici. Tre le principali sezioni di allenamento: muscolare, cardiocircolatorio e cognitivo-motorio.

Il nuovo Centro del Movimento MO-MOVI, patrocinato da ACD Assistenza Cura Domicilio Mendrisiotto Basso Ceresio, nasce appositamente per garantire ai fruitori la possibilità di svolgere attività fisica mirata in un ambiente particolarmente protetto. Ma non solo. La struttura che ricopre una superficie di circa 150 mq dispone oltre alla sala principale che ospita i macchinari, una sala ulteriore dedicata alle attività a corpo libero che permette lo svolgimento di corsi o attività di gruppo.

Tra le ragioni che hanno portato alla creazione di un centro altamente specializzato è la prevenzione.

Non solo nei confronti di patologie o problematiche date dal declino cognitivo e funzionale, ma soprattutto per sostenere la prevenzione delle cadute negli anziani. Quest'ultimo fenomeno è dato soprattutto dalla combinazione di due importanti fattori di rischio: la debolezza muscolare ed i disturbi dell'andatura e dell'equilibrio, oltre ai fattori estrinseci legati in particolar modo all'ambiente fisico.

Il fine del nuovo Centro del Movimento MO-MOVI è appunto quello di contrastare le problematiche soprariportate, apportando attraverso l'attività fisica la possibilità di mantenere e migliorare l'autonomia dei movimenti e l'indipendenza funzionale incrementando agilità, reattività e coordinamento.



Associazione Centro del Movimento MO-MOVI

Via Bossi 33 – 6830 Chiasso

T. 091 640 51 40

info@centrodelmovimento.ch

www.centrodelmovimento.ch