

بلدية مدينة أبوظبي تنظم يوماً رياضياً للسيدات



نظمت بلدية مدينة أبوظبي، من خلال مركز بلدية الشهامة، يوماً رياضياً للسيدات في منتزه الشريعة، بالتعاون مع كل من مجلس أبوظبي الرياضي وجمعية أصدقاء البيئة، بهدف التوعية بأهمية ممارسة الرياضة وفوائدها الصحية والنفسية على حياة الفرد.

وتضمّن اليوم الرياضي المخصص للسيدات العديد من الفعاليات والورش التوعوية، للتعريف بأهمية ممارسة الرياضة وانعكاساتها الإيجابية على الصحة العامة للفرد، وكيفية اختيار وممارسة الرياضة المناسبة لكل مرحلة سنية، وأوضح المتحدثون في الورش أن ممارسة الرياضة تعد من الأنشطة البدنية الوقائية والعلاجية للعديد من الأمراض، مثل أمراض القلب وتصلب الشرايين، وهشاشة العظام والسمنة، كما تقلل من مخاطر الإصابة بالسكري.

وتعمل بلدية مدينة أبوظبي بشكل مستمر على تعزيز دورها التوعوي المجتمعي، بالتعاون مع شركائها الاستراتيجيين، وذلك عبر تنظيم العديد من الفعاليات التي تستقطب وتناسب شرائح وأفراد المجتمع بكافة أعمارهم واهتماماتهم، تعزيزاً للتواجد البلدي ومعايير جودة الحياة وإسعاداً لأفراد المجتمع.

