

A Gallarate una passeggiata nel verde per il benessere e l'inclusione

Pubblicato: Lunedì 22 Settembre 2025



Una camminata per ritrovare sé stessi, respirare aria buona e ricordare che il benessere passa anche dal contatto con la natura. **Si svolgerà sabato 4 ottobre 2025, a Gallarate, l'iniziativa promossa da APMARR – Associazione Nazionale Persone con Malattie Reumatologiche e Rare**, all'interno del **Parco Bassetti**, uno dei polmoni verdi più amati della città.

Il ritrovo è fissato alle 10:30 in via Carlo Noè, proprio all'ingresso del parco. Da lì partirà una camminata di circa un'ora, aperta a tutti e pensata come momento di cura di sé, in un'atmosfera rilassante e condivisa. Il percorso si snoda lungo i sentieri alberati del parco, offrendo un'occasione per staccare la spina, rallentare i ritmi e prendersi del tempo per sé stessi.

Il benessere che include

L'iniziativa ha un duplice obiettivo: da un lato, promuovere il benessere psicofisico attraverso il movimento dolce e la connessione con la natura; dall'altro, sensibilizzare sul tema delle disabilità invisibili, troppo spesso sottovalutate o ignorate. Camminare insieme diventa così un gesto concreto per affermare che ogni persona ha diritto a spazi accessibili e ad attività che tengano conto delle diverse condizioni di salute.

Partecipazione gratuita, posti limitati

La partecipazione è gratuita, ma l'iscrizione è obbligatoria perché i posti sono limitati. Per aderire, è sufficiente inviare una email a p.derosa@apmarr.it.

L'iniziativa si inserisce nel più ampio impegno di APMARR nel promuovere attività inclusive, capaci di valorizzare la qualità della vita delle persone con malattie reumatologiche e rare.

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it