

Il Singita di Fregene è la prima spiaggia gentile d'Italia

[ansa.it/canale_viaggiart/it/regione/lazio/2023/07/02/il-singita-di-fregene-e-la-prima-spiaggia-gentile-ditalia_86943247-8843-451b-871d-2f0aaa88fbae.html](https://www.ansa.it/canale_viaggiart/it/regione/lazio/2023/07/02/il-singita-di-fregene-e-la-prima-spiaggia-gentile-ditalia_86943247-8843-451b-871d-2f0aaa88fbae.html)

2 luglio 2023



(di Ida Bini) (ANSA) - FREGENE, 02 LUG - Il 5 luglio il Singita Miracle Beach di Fregene verrà premiato come 'spiaggia gentile': il lido, famoso al tramonto per il saluto al sole con il gong, ha aderito al Movimento Italia Gentile e alla sua espressione internazionale, l'International Kindness Movement, fondato dal biologo naturalista Daniel Lumera e promosso dall'organizzazione di volontariato My Life Design. Il movimento è nato nel 2020 per diffondere il valore universale della gentilezza, trasformandolo in progetti concreti ad alto impatto sociale per le comunità e i territori in tutto il mondo.

La prima in Italia è proprio la spiaggia di Fregene, il Singita Miracle Beach, che fa dei valori, tra cui la gentilezza, il suo baluardo.

Da Fregene la gentilezza si espanderà anche a Marina di Ravenna e a Malta, nella baia di Ghajn Tuffieha, sulla costa nord-occidentale dell'isola, luoghi che ospitano le altre due spiagge del Singita. La scelta di abbracciare il valore della gentilezza e l'impegno di tradurlo in progetti sociali e culturali è già parte integrante del Singita, che tratta ogni diversità come una risorsa preziosa e che punta quotidianamente a creare un lavoro focalizzato sulle persone, dove ognuno è ispirato a dare il meglio di sé. È stato dimostrato che valori come l'ottimismo, il perdono, la gratitudine e la felicità generino un alto impatto biologico, vitale, emotivo, mentale e spirituale, incidendo direttamente sul nostro DNA e

sui telomeri, indicatori del benessere e della salute con un effetto a livello personale e collettivo.

Molte sono in Italia le spiagge 'dedicate', riservate cioè a chi è alla ricerca di qualcosa di esclusivo e di alternativo, come il naturismo o la possibilità di fare il bagno con il proprio amico a quattro zampe, o cercare lidi attrezzati come una palestra. Ecco qualche indirizzo: a Maccarese, a pochi km da Roma, c'è la spiaggia dog-friendly più famosa, Baubeach, che festeggia 25 anni di attività. La spiaggia è allestita con attrezzature disposte in modo ellittico, per sfruttare tutto l'arenile, e tre aree delimitate da incannucciate basse che accolgono un'area di sport relazionali, uno spazio per i piccolissimi e Cocoon, luogo per persone e cani diversamente giovani che hanno bisogno di una sistemazione più riservata. E' inoltre previsto un ricco calendario di appuntamenti, dallo yoga alle proposte gastronomiche vegane, e un progetto di attività assistite con gli animali, in collaborazione con alcune associazioni che si occupano di disabilità nei ragazzi. Oltre alla spiaggia di Maccarese, sono tante le spiagge destinate ai nostri amici a 4 zampe: lo stabilimento Bagni Bau Bau Village di Albissola Marina; la Spiaggia di Pluto di Bibione; la Doggy Beach di Lignano Sabbiadoro; la Dog Beach Porto Azzurro dell'isola d'Elba e Animalido di Fano.

Chi pratica il naturismo ha molte possibilità di scelta: sul sito italianaturista.it si possono trovare tanti indirizzi e anche quelli legalmente riconosciuti di Bulala, lungo tratto di spiaggia sabbioso tra le dune di Gela, in Sicilia; le spiagge fluviali del Sesia a Varallo, in provincia di Vercelli, e del Trebbia a Bobbio, nel piacentino; Lido Punta Le Morge, in contrada Lagodragoni, a Chieti; la spiaggia del Troncone a Marina di Camerota, nel salernitano, e tra le dune di Piscinas, sulla costa occidentale della Sardegna. Chi non vuole rinunciare alla palestra anche in vacanza, trova spiagge attrezzate per fare esercizi e mantenersi in forma: a Senigallia Gym on the beach è un percorso fitness sul lungomare - tre nella zona del porto, uno sulla banchina di Ponente e due sul lungomare Alighieri - studiato per garantire l'accesso alle attività all'aria aperta a tutte le età. A Chiavari, sulla spiaggia accanto all'ingresso del porto turistico, ci si può allenare con 5 diversi attrezzi ginnici; sulla spiaggia 7 di Lignano Sabbiadoro, all'interno del Beach Village, la palestra Technogym è situata direttamente sulla spiaggia con molti attrezzi a disposizione; sull'arenile adiacente via del Golfo a Numana, sul litorale nord, ci si allena su una palestra vista mare.

Infine una curiosità: spiagge.it, portale per la prenotazione e la gestione degli stabilimenti balneari, ha stilato una classifica sulle 10 migliori spiagge dedicate ai single: Alassio, Jesolo, Riccione, Milano Marittima, Forte dei Marmi, Paestum, Senigallia, Gallipoli, San Vito Lo Capo e San Teodoro.

(ANSA).