

Al via la quarta edizione di “Due passi in salute con le ACLI”

13 Settembre 2019

Vita sana e invecchiamento attivo in Trentino. Tecnologia e movimento per il benessere

FRA LE NOVITA': NUOVE PROPOSTE PER LA GINNASTICA DEL RISVEGLIO MUSCOLARE E GINNASTICA DOLCE, YOGA DELLA RISATA E PET THERAPY.

Nove passeggiate ed escursioni ed altrettanti **eventi** dedicati alla **salute** e al benessere dell'anziano oltre ad approfondimenti culturali ed artistici.

E ancora, oltre alle escursioni, un repertorio di **sette attività** fra le quali due nuovi pacchetti di lezioni dedicate rispettivamente alla **ginnastica per il risveglio muscolare** e la **ginnastica dolce**, quattro lezioni di **yoga della risata**, un approfondimento sulla **pet therapy** e i benefici connessi al rapporto con gli animali, oltre a proposte **formative** rivolte all'approfondimento delle **lingue e all'informatica**.

Sono queste le novità contenute nella **quarta edizione di “Due passi in salute con le Acli”** promossa dalla **Federazione degli Anziani e Pensionati delle Acli di Trento** e da **TrentinoSalute4.0**, il centro di competenza sulla sanità digitale nato dall'alleanza fra l'Assessorato provinciale alla salute e alle politiche sociali, l'Azienda per i Servizi Sanitari e la Fondazione Kessler con l'obiettivo di promuovere la salute digitale in un'ottica di collaborazione intersettoriale.

“La salute ed il benessere dell'anziano sono al centro dell'iniziativa” ha ribadito in apertura il presidente delle Acli trentine **Luca Oliver**, mentre **Claudio Barbacovi**, segretario provinciale della Fap, si è soffermato sull'importanza di un ruolo attivo dell'anziano in favore di una società più coesa e solidale.

Sull'importanza del coinvolgimento dell'associazionismo nelle politiche di prevenzione si è soffermato in particolare **Giancarlo Ruscitti**, dirigente generale del Dipartimento salute e politiche sanitarie della PAT.

Nel corso della manifestazione è stato anche presentato il [libro “Vita sana e invecchiamento attivo in Trentino”](#), curato da **Veronica Tretter** (Ufficio comunicazione APSS) e dedicato alle precedenti edizioni della manifestazione, oltre ad un [breve documentario](#) realizzato da **Marzia Lucianer** di FBK/TrentinoSalute4.0.

Attraverso una serie di relazioni sull'attività svolta e di materiali di approfondimento, la pubblicazione si propone come un valido strumento di supporto alle attività che completano l'iniziativa e che si declinano, oltre che nelle escursioni e nell'attività fisica, anche nella sana alimentazione, in momenti di socialità e di apprendimento permanente.

Interessante anche il legame con il tema della cosiddetta **salute digitale**, argomento che è stato rilanciato da **Stefano Forti**, responsabile della linea sanità digitale di FBK.

A riguardo va ricordato che le escursioni e le attività proposte nell'ambito del progetto si appoggiano sull'utilizzo di due App dedicate rispettivamente al calcolo del numero dei passi (**TreC_Passi**) compiuti in ogni escursione e ad una serie di consigli relativi alla diete e all'esercizio fisico (**Salute+**).

Sul tema dell'**attività fisica** e dei corretti stili di vita come elementi fondamentali delle politiche di prevenzione si è soffermata Silvia Franchini, responsabile del Servizio Prevenzione alla Salute dell'Azienda Sanitaria, mentre **Diego Conforti**, Direttore dell'Ufficio Innovazione e Ricerca del Dipartimento Salute, ha rilanciato l'importanza dell'approccio intersettoriale alla salute e al benessere, sottolineando il coordinamento e la piena sinergia dei servizi interni e esterni, e la promozione di queste con le associazioni ed i cittadini.









LINK

<https://magazine.fbk.eu/it/news/al-via-la-quarta-edizione-di-due-passi-in-salute-con-le-acli/>

TAG

- #acli
- #dipartimento salute
- #due passi in salute
- #pat
- #salute
- #ts4.0

MEDIA COLLEGATI

- Scarica la locandina della presentazione: <https://magazine.fbk.eu/wp-content/uploads/2019/09/locandina.jpg>

AUTORI

- Marzia Lucianer