

DOMANI IN SALA AJACE

Città Sane, nuovi corsi per invecchiare bene

A conclusione della prima fase dell'iniziativa la terza edizione del progetto «CamminaMenti... le menti in cammino» traccia un primo bilancio e presenta i nuovi percorsi in partenza da gennaio in tutte le circoscrizioni e in diverse aree della città.

L'appuntamento è per domani, alle 15, in sala Ajace con la partecipazione del sindaco di Udine, Furio Honsell, della coordinatrice dell'ufficio «Città Sane» del Comune di Udine, Gianna Zamaro, della presidente dell'associazione Alzheimer, Mariangela Benedetti Esente, e della ricercatrice dell'università di Udine, Laura Pagani. L'incontro, promosso dall'ufficio «Città Sane» del Comune e re-

alizzata in collaborazione con l'associazione Alzheimer Udine onlus, è aperto a tutti.

Da gennaio infatti «CamminaMenti», il programma di percorsi di stimolazione cognitiva per l'invecchiamento in salute, tornerà con tante proposte gratuite di giochi ed esercitazioni per mantenere attiva la mente delle persone con più di 65 anni: dalle tradizioni popolari alla matematica, dalla biomusica al benessere psico-fisico e alle uscite alla scoperta delle bellezze storiche, artistiche e naturali della città.

L'iniziativa prevede il coinvolgimento del Corso di Laurea in Scienze Infermieristiche e del Dipartimento di Scienze Economiche e Statistiche dell'Università degli

Studi di Udine, rispettivamente nella fase di strutturazione dei momenti informativi e della valutazione dell'efficacia del progetto. Al termine della presentazione è in programma un momento conviviale con prodotti tipici del territorio offerti dal gruppo Panificatori di Confcommercio e dalla federazione provinciale Coldiretti di Udine.

