

L'INIZIATIVA

Cronaca di Udine |

Troppo pochi gli Over 65 che praticano attività sportive

Presentato il progetto di Provincia, Fondazione Crup, Coni, Aziende sanitarie, università e associazioni sportive

Lo sport migliora e allunga la vita. Secondo l'Organizzazione mondiale della sanità gli Over 65 che praticano attività sportiva, anche blanda, hanno minori tassi di mortalità per malattia coronarica, ipertensione, ictus, diabete, cancro al colon, cancro al seno, un maggiore benessere cardiorespiratorio e muscolare e ossa più forti rispetto ai coetanei sedentari. In Friuli, però, solo il 40 per cento della popolazione sopra i 50 anni pratica attività sportiva regolare.

È stata presentata ieri, a Palazzo Belgrado, l'iniziativa «Sport è movimento e salute», promossa dall'assessorato provinciale alle politiche sociali e alle attività sportive e ricreative e sostenuta dalla Fondazione Crup in collaborazione con **Università di Udine**, corso di laurea in

Scienze Motorie e corso di laurea magistrale in Scienza dello sport, l'Azienda per i Servizi Sanitari 3 Alto Friuli, 4 Medio Friuli, 5 Bassa Friulana, l'ospedale Gervasutta, il Coni e le associazioni sportive dilettantistiche e di volontariato. L'obiettivo del progetto è quello di far crescere nelle persone non più giovani la consapevolezza di quanto sia importante l'attività motoria per prevenire il decadimento fisico, le malattie cardiocircolatorie e croniche, per mantenere attive le principali funzioni vitali, assicurare infine il mantenimento di una qualità ottimale di vita, sviluppando una cultura della prevenzione.

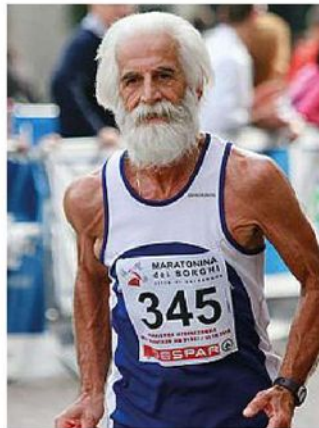
«L'iniziativa – ha affermato l'assessore Beppino Govetto – riguarda l'attività motoria nell'età adulta. Insieme all'as-

essorato alle politiche sociali, abbiamo condiviso il progetto e lo abbiamo voluto calare nel nostro territorio, per l'esattezza in sei comuni rappresentativi dove organizzeremo alcuni convegni con le associazioni territoriali e terremo lezioni pratiche con la collaborazione degli alunni e dei diplomati in scienze motorie. In ogni comune saranno realizzati tre incontri in palestra o all'aria aperta su come si pratica attività motoria». «Il progetto – ha commentato l'assessore Elisa Asia Battaglia – mira a creare la giusta sinergia tra i ragazzi che partecipano al corso di laurea e gli anziani».

Presenti all'evento anche alcuni testimonial d'eccezione del mondo sportivo, come Venanzio Ortis, Virginio Pizzali e Gianni Marchiol, il coordinatore del corso in scienze motorie

Bruno Grassi, il presidente della Fondazione Crup Lionello D'Agostini, il coordinatore scientifico dell'Azienda ospedaliero-universitaria Pietro Enrico di Prampero, i sindaci e gli assessori dei comuni partner e le rappresentanze delle Aziende sanitarie. «La crisi che stiamo vivendo non è solo economica, ma è anche sociale – ha sottolineato Lionello D'Agostini –. Questo progetto rivolto alle persone meno giovani ma fatto dalle istituzioni è un segnale molto importante per la collettività. Come fondazione viviamo anche noi un momento di difficoltà ma abbiamo due obiettivi: uno rivolto al futuro, ai nostri ragazzi, l'altro riguarda le fragilità sociali».

Giada Marangone



Pochi gli Over 65 che fanno sport



Peso: 22%