



Comune di Pordenone

Comunicato Stampa

CAMMINATA DELLA SALUTE

Pordenone, 4/04/2024 – Si svolgerà questa fine settimana, il 5 e il 6 aprile, la prima Camminata della salute, evento articolato in due giornate dedicato alla promozione della salute e degli stili di vita salutari attraverso i due pilastri di alimentazione e movimento, con l'organizzazione dell'assessorato alle Politiche Sociali del Comune di Pordenone, AsFO e Associazione San Valentino.

«I mutamenti demografici in atto – sostiene l'assessore Guglielmina Cucci - vedono un aumento progressivo della popolazione anziana, con dati rilevanti proprio nella nostra regione. A fronte di questi dati, diventa ancora più importante lavorare sulla prevenzione e sull'invecchiamento attivo, ben prima dell'età anziana. L'impegno del Comune tramite l'assessorato alle Politiche Sociali è quello di attivare e sostenere programmi e progettualità volti a contrastare la solitudine e l'isolamento, promuovere forme di aggregazione e socializzazione e, naturalmente, stili di vita sani. Questa è la prima edizione della "Camminata della salute", che vuole diventare un appuntamento fisso ogni anno, partendo dai percorsi già tracciati, come i 10mila passi di salute Fvg in movimento».

Il programma si apre venerdì 5 aprile alle ore 16 a Palazzo Badini con La tavola rotonda "Generare salute: i benefici di alimentazione e movimento". Ai saluti del sindaco Alessandro Ciriani e del consigliere regionale Andrea Cabibbo, seguiranno gli interventi di Barbara Pellizzari, dirigente medico responsabile SS Profilassi e Prevenzione malattie infettive AsFO, Elvira Lo Iudice, dirigente medico Dipartimento Cardio-cerebro-riabilitativo AsFO, Stefano Lazzer, delegato per lo Sport dell'Università degli Studi di Udine e Fabiola Stuto, dirigente biologo, specialista in Scienza dell'Alimentazione Dipartimento di Prevenzione AsFO. Introduce Guglielmina Cucci.

Sabato 6 aprile si passerà direttamente all'azione con una camminata di 6 km, con partenza alle 9 (iscrizioni gratuite a partire dalle 8) dal Parco di San Valentino. In apertura, evento gli operatori dell'Azienda Sanitaria Friuli Occidentale che condurranno degli esercizi pratici di riscaldamento. Il percorso verrà poi guidato dai walking leader dell'Associazione San Valentino, che cureranno anche un momento di ginnastica nel parco del Seminario per poi rientrare al parco di San Valentino.

Per tutta la durata dell'evento sarà possibile rilevare parametri come il colesterolo, la glicemia e la pressione arteriosa, grazie alla presenza dell'Associazione Amici del Cuore, mentre gli operatori di AsFO forniranno informazioni utili rispetto a sani stili di vita e servizi aziendali.

Francesca Pessotto
Ufficio Comunicazione
Comune di Pordenone
0434 392496
francesca.pessotto@comune.pordenone.it
<https://bit.ly/3HC5BX9>