



Progetto "Longevità attiva"

Il progetto denominato "Longevità attiva", promosso dall'ufficio Città Sane del Comune di Ancona, si propone di incentivare la vita attiva nella terza età. Un'ampia letteratura scientifica ne ha evidenziato i vantaggi per la salute ed il conseguente miglioramento dello stato di benessere durante l'invecchiamento. Attraverso attività socializzanti che inducano la persona a muoversi all'aria aperta si scongiura così l'isolamento, l'apatia e l'inattività. Questo progetto di volontariato civico ambientale vuole offrire l'opportunità di poter sperimentare una serie di attività da svolgersi all'interno dei parchi e dei



giardini cittadini attraverso pratiche di giardinaggio sostenibile, apportando anche un contributo attivo alla comunità ed alla propria città. Il progetto prevede interventi di manutenzione del verde, pulizia e sorveglianza all'interno di uno dei più bei parchi della città di Ancona, il parco della Cittadella, in collaborazione con l'associazione ADA, "Associazione

Diritti degli Anziani", e con la partecipazione dell'INRCA - IRCCS. Quest'ultimo, attraverso il coordinamento della dott.ssa Cristina Gagliardi del Centro Studi Economico Sociali per l'Invecchiamento, effettuerà un monitoraggio scientifico costante finalizzato a determinare l'impatto del progetto sullo stato di salute psico-fisico dei volontari. Il progetto avrà la durata di un anno ed i volontari saranno accompagnati e seguiti nel loro percorso.

Recapiti:

Ufficio Città Sane viale Della Vittoria, 39 Ancona

Tel: 071.2222187 – 071.2226115

Alcune immagini del parco...

