



FEDERPARMA FRIULI-VENEZIA GIULIA
UNIONE REGIONALE
DIPARTIMENTO REGIONALE
DI PREVENZIONE GIULIA



REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA

IO SONO
FRIULI
VENEZIA
GIULIA

FVG in Movimento

10mila PASSI di salute

muoviti anche tu!

LE PASSEGGIATE DELLA SALUTE

Sono 138 i Comuni, per 129 percorsi (maggio 2026), che aderiscono al progetto regionale "FVG in Movimento 10 mila passi di salute", avviato nel 2019 con il sostegno della Regione FVG- Direzione centrale Salute – coordinato e realizzato da Federsanità ANCI FVG insieme a DC Salute, con la collaborazione del Dip. Scienze Economiche e Statistiche UNIUD e PromoTurismoFVG. Oltre ai percorsi, cartelloni e corsi di ginnastica per adulti nelle palestre comunali, dal 2024 il progetto organizza, insieme ai Comuni, le "Passeggiate della Salute" guidate da laureati in Scienze motorie, guide turistiche, sanitari e farmacisti. Come indicano il "Piano regionale della Prevenzione"- programma "Comunità Attive" e la L.R. Invecchiamento attivo e contrasto della solitudine, l'obiettivo è quello di **promuovere Salute e Benessere** tramite il Movimento. La sedentarietà è, infatti, uno dei principali fattori di rischio per gran parte delle patologie (malattie cardiovascolari, diabete, etc.). Per prevenirle e combatterle è fondamentale praticare, spesso, l'attività fisica, perché promuove il benessere psicofisico, le relazioni sociali, protegge dallo stress, migliora il sonno, rinforza muscoli e ossa e riduce il rischio di cadute.

"10mila passi di Salute" con "Italia nostra" sez. di Udine e l'Associazione "Chei di Riclus" di Attimis

Passeggiata guidata lungo il percorso "Attimis: a Racchiuso tra borghi, boschi e vigneti"

Venerdì 5 giugno 2026, ritrovo ore 17

presso la zona artigianale di Racchiuso vicino al cartellone del progetto

"FVG IN MOVIMENTO.10mila passi di Salute"

L'iniziativa è realizzata dal Comune di Attimis, con il coordinamento di Federsanità ANCI FVG, in collaborazione con il Dipartimento di Prevenzione dell'Azienda Sanitaria Friuli Centrale (ASUFC), "Italia Nostra" sezione di Udine e l'Associazione "Chei di Riclus" di Attimis.

Iscrizione è gratuita, si consiglia di arrivare entro le ore 16.50

Per informazioni e news sul progetto

"FVG IN MOVIMENTO.10mila passi di Salute":

www.federsanita.anci.fvg.it/progetti

www.invecchiamentoattivo.regione.fvg.it/it/

www.turismoFVG.it

www.facebook.com/FVGinMovimento10milapassidisalute

<https://www.comune.attimis.ud.it>

Seguici su: Internet: www.regione.fvg.it; Facebook: [regionefvg.it](https://www.facebook.com/regionefvg); Instagram: @regionefvg; X: @regioneFVGit

#FVGinMOVIMENTO