

# Moving Age

Senior in movimento per un invecchiamento attivo

INVITO

Venerdì 20 maggio 2016  
ore 16.30 – 19.00

Palazzo della Regione, Salone di Rappresentanza  
Piazza dell'Unità d'Italia 1, Trieste

## Presentazione

La cultura della prevenzione per la salute, il movimento, una vita sana e un'alimentazione consapevole come risposta alla sfida di una società che invecchia.

La Regione Friuli Venezia Giulia, all'avanguardia in Italia con una legge sull'invecchiamento attivo, ha promosso un convegno europeo in collaborazione con Moving Age, associata ad ISCA (International Sport and Culture Association), e Lunga Vita Attiva, che si terrà a Trieste il 20 maggio 2016.

La Regione Friuli Venezia Giulia con questo convegno vuole mettere a confronto, a livello regionale, nazionale ed europeo, le principali associazioni culturali e sportive, le realtà territoriali e le best practices che operano sulla

frontiera dell'invecchiamento attivo.

Trieste, in particolare, per composizione demografica, l'alta presenza di "senior", un diffuso e vivace associazionismo culturale e un'antica e consolidata attitudine al movimento e lo sport, svolto a tutte le età, può essere considerata una sorta di "capitale dell'invecchiamento attivo" a livello europeo.

La prevenzione e la cultura dell'invecchiamento attivo, quindi, come elementi fondamentali per migliorare la qualità della vita delle persone e, grazie alla consapevolezza e all'importanza di "buone abitudini", favorire una lunga vita attiva.

## Programma

**16.00** Registrazione partecipanti

**16.30** Saluti

**Mogens Kirkeby**

Presidente ISCA - International Sport and Culture Association

**Moderata**

**Ariella Cuk**

Co-organizzatrice Moving Age Trieste

**17.00** Buone pratiche Europee a confronto

**Legge regionale 22/2014 sull'Invecchiamento Attivo: programmi e prospettive**

**L'importanza della promozione dell'Invecchiamento Attivo: visione, missione, strategia e piano d'azione nelle Fiandre**

**Ingrid Peeters**

OKRA Sport 50+, Belgio

**Ikiliike – Quando invecchiare è bello: una mostra fotografica, strumento di marketing per la promozione della ginnastica tra i senior**  
**Helena Collin**

Federazione Nazionale Ginnastica, SVOLI  
Finlandia

**Lifelong Swimming e Lunga Vita Attiva: da un Progetto Erasmus Plus Sport alla costruzione di un network regionale ed europeo per la promozione dell'invecchiamento attivo**  
**Ariella Cuk**

Lunga Vita Attiva, Italia

**18.00** Dibattito

**18.50** Conclusioni

**Herbert Hartmann,**

Leader MOVING AGE NETWORK

## Iscrizioni

Iscrizioni on-line al sito  
[www.regione.fvg.it](http://www.regione.fvg.it)

L'accesso sarà consentito fino al raggiungimento della capienza massima di sala