



# **INVECCHIAMENTO ATTIVO** **LO SPORT PER CONTRASTARE** **LE PRINCIPALI PATOLOGIE** **DELL'INVECCHIAMENTO**

Cardine concettuale del progetto SOSIA è l'Invecchiamento attivo, cioè quell'approccio alla senilità in cui il movimento, la vitalità, la socialità e, in generale, la salute psicofisica, permettendo all'anziano di godere di una esistenza piena e consapevole, senza incorrere nelle difficoltà, purtroppo, altamente diffuse, tipiche della vecchiaia: depressione, solitudine, isolamento sociale e istituzionale.

Attraverso questo progetto A.S.C. vuole divulgare la cultura dello sport come valore transgenerazionale, come luogo fisico e emotivo in cui la vita viene valorizzata e rispettata in ogni sua fase e dove la forza del gruppo vince sullo sconforto della solitudine.

## DETTAGLI

Quando: 4 Maggio 2019

Orario: 9:00 - 13:00

Luogo: Casa di riposo "Il Melo"

Indirizzo: Via Magenta 3, Gallarate

Contatti: 06 09766106

Sito: [www.ascsport.it](http://www.ascsport.it)