

# SPORT E MOVIMENTO

*i pilastri dell'invecchiamento*

## VIVERE IN MOVIMENTO

### CONVEGNO

#### incontro di presentazione dei progetti ASC

Presentazione alla stampa e ai CSA dei Municipi coinvolti del programma e delle attività previste a Roma nei progetti ASC - VITATTIVA, per l'estate 2016, in merito ai percorsi di prevenzione e corretti stili di vita per un invecchiamento attivo adeguato al mondo degli over di oggi.

I progetti da presentare sono iniziative finalizzate al miglioramento della qualità della vita degli anziani e si basano sull'offerta di attività motorie legate allo sport e al movimento in genere, unitamente ad attività di carattere sociale, che ne amplificano le risorse e le aspettative per un percorso d'invecchiamento attivo.

*La prevenzione serve a migliorare la qualità della vita, allungandone le aspettative: si vive più a lungo, quindi si deve essere sani più a lungo.*

**15 Giugno 2016**

**Palazzo delle Federazioni**

dalle ore 16.00  
Via Tiziano, 74  
00196 - Roma



Attività prevista nell'ambito del  
Progetto ASC  
"SPORT E MOVIMENTO  
i migliori anni della nostra vita"