



Due passi insieme per guadagnare salute

L'Associazione Temporanea di Scopo del distretto n.12 in collaborazione con il Distretto Sociosanitario promuovono il progetto "Interventi di comunità per l'invecchiamento attivo, la prevenzione e il sostegno alle fragilità degli anziani" con lo scopo di favorire l'invecchiamento attivo delle persone, contrastare la solitudine, incentivare la cittadinanza attiva responsabile e solidale. Per la realizzazione sono state coinvolte le Associazioni della rete per l'invecchiamento attivo che operano attivamente sul territorio con e per gli anziani. Tra i vari progetti viene realizzato il seguente :

Il cammino per la salute ed il benessere della comunità

Giri della Costa (e dintorni) a cura dell'Associazione Il Leccio, finalizzate a promuovere stili di vita corretti, favorire la socializzazione valorizzando il territorio, facendone conoscere le tradizioni e le caratteristiche di interesse paesaggistico, storico e culturale, anche in una prospettiva di interculturalità.

Giorno	Ora	Nome	Partenza	Arrivo	Descrizione
Martedì	10.00	Giri della Costa e dintorni	Piazza di S.Eusebio	Piazza di S.Eusebio	Durata 60 minuti circa
Venerdì	14.30	Giri della Costa e dintorni	Piazza di S.Eusebio	Piazza di S.Eusebio	Durata 60 minuti circa

Note: percorsi indicativi — attività 2016/2017

1. Giro classico della Costa di Sant'Eusebio, Via Mogadiscio-Via Valtrebbia (con possibili varianti salita Costa/salita Pal piccolo)
2. Percorso sterrato attraverso il bosco, sino alla località Leamara (con possibili integrazioni sino alla Torretta di Quezzi, o a Forte Quezzi)

Sono previste ulteriori varianti, su percorsi non impegnativi, nei dintorni del territorio di S.Eusebio.

I percorsi si sviluppano su circa 4 km fra andata e ritorno anche lungo creuze e mattonate pertanto è necessario dotarsi di scarpe comode e adatte al cammino, è inoltre utile portarsi acqua. Gli itinerari e gli orari possono cambiare in funzione delle condizioni meteo, della stagione e della disponibilità degli accompagnatori.

Dopo la prima camminata conoscitiva è necessaria l'iscrizione alla attività per un numero massimo di 20 partecipanti.

Per informazioni e iscrizione: Laboratorio di Quartiere - via Mogadiscio 47 r - Genova (martedì e venerdì 17.30-19.30 - tel. 0109416717- segreteria@associazioneilleccio.it).

Associazione Il Leccio si manleva da ogni responsabilità per danni a persone e/o cose durante le passeggiate.

