

COMUNICATO STAMPA

MuoviInsieme. La scoperta del territorio

Pordenone, 10 aprile 2025 - In occasione della Giornata Mondiale della Salute, il Dipartimento di Prevenzione ASFO, Promozione della Salute, ha organizzato l'evento di condivisione delle esperienze del progetto "MuoviInsieme - La scoperta del territorio" e del progetto 10mila passi in salute-FVG in movimento. La mattinata è stata realizzata grazie alla collaborazione con Federsanità Anci e del Comune di Valvasone-Arzene.

All'evento erano presenti rappresentanti delle scuole del territorio pordenonese, delle amministrazioni comunali di Valvasone Arzene, Codroipo, Cordovado, Porcia, Prata di Pordenone, San Martino al Tagliamento, San Vito al Tagliamento, dell'Associazione Friulana Donatori Sangue, dell'Università di Udine, di ANCI nonché il presidente della Fondazione Colledani Bulian.

Nella prima parte della mattinata è stato sottolineato come il movimento è fondamentale non solo per i benefici fisici e psicologici ma soprattutto per creare rete e rafforzare il senso di appartenenza alla comunità. Le due progettualità sopra citate diventano occasione per promuovere l'attività fisica in tutte le età, per approfondire la conoscenza del territorio, per socializzare ed integrarsi fra le varie culture e generazioni.

Il progetto Muovinsieme nato dall'esperienza di due progettualità validate in Irlanda e Scozia, e sperimentato in diverse Regioni italiane prevede che durante l'orario scolastico i bambini vengano accompagnati dai loro docenti in un percorso esterno alla scuola di circa 1,6 km. Effettuare azioni di movimento nel contesto scolastico, come in questo caso, migliora la coesione e la socializzazione del gruppo classe, permette una maggiore inclusione e una riduzione dell'ansia, oltre a tutti i benefici già noti per l'aspetto fisico e cognitivo. Uscire inoltre dal contesto scolastico diventa un'occasione per gli studenti di conoscere il territorio dal punto di vista ambientale e storico. La testimonianza delle due docenti presenti che lo hanno sperimentato (IC Pordenone Sud e IC Valli Cosa Arzino) ha permesso di tradurre in pratica ciò che è stato dimostrato dalla letteratura.

Il progetto 10mila passi in salute è attivo dal 2018 e continua a diffondersi sul territorio regionale. Per valorizzare i percorsi tracciati negli anni grazie alla collaborazione con Amministrazioni Comunali e volontari, vengono continuamente organizzati eventi, camminate della salute e formazione di conduttori di gruppi di cammino.

Al termine dell'evento è stato quindi inaugurato il 131° percorso, dal titolo "Un cjanton di Friul: claps, tiare e storie" con partenza da Arzene. All'inaugurazione ha partecipato anche una rappresentanza del Consiglio Comunale dei Ragazzi.