



REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA

FVG in Movimento

10mila PASSI di salute

Giovedì 12 marzo 2026

**Sede: Villa Zamparo
Via Roma 11, Basiliano (UD)**

INCONTRO PER CONDUTTORI DI GRUPPI DI CAMMINO WALKING LEADER

L'incontro teorico - pratico, per Conduttori e partecipanti ai Gruppi di cammino/ Walking Leader, è gratuito e aperto a tutti, si rivolge a persone di tutte le età interessate ad approfondire i benefici dell'attività fisica e delle passeggiate in compagnia per la salute e il benessere psico-fisico. La breve conferenza e, a seguire, la passeggiata guidata sono organizzati da Federsanità ANCI FVG, in collaborazione con i Comuni, Aziende sanitarie e associazioni locali nell'ambito del progetto "FVG IN MOVIMENTO 10mila passi di Salute" (2019- 2026) che attua il "Piano regionale della Prevenzione- Comunità Attive" e la L.R. per l'invecchiamento attivo e il contrasto della solitudine. Il progetto è sostenuto dalla Regione FVG, Direzione centrale Salute, Politiche sociali e Disabilità e realizzato insieme ai Comuni, Dipartimenti Prevenzione Aziende sanitarie, Dip. di Scienze Economiche e Statistiche e Dip. Medicina, Corso di Laurea magistrale in Scienze e tecniche delle attività motorie, Università di Udine, PromoTurismoFVG e Federfarma FVG. Ad oggi hanno aderito al progetto ben **138 Comuni con 129 percorsi in tutta la Regione** per camminate facili e in sicurezza, tra le bellezze ambientali e artistiche, storia, cultura e tradizioni locali. *Passeggiare in compagnia è un'attività semplice che arricchisce e fa stare bene, immersi nella natura, fa conoscere persone, ambiente, borghi, storia, e tradizioni.*

PROGRAMMA

Ore 14.30 - Saluti

Marco Olivo, sindaco Basiliano (UD)
Giuseppe Napoli, pres. Federsanità ANCI FVG
Paola Antonaz, segr.reg.Federfarma FVG
Gino Guerrini, pres. U.A.C. Basiliano
Carlo Pertoldi, pres. A.P.D. Basiliano

Ore 14.45 - Interventi

Salute, stili di vita e Comunità Attive
Andrea Iob, SOSD Promozione della Salute e Medicina delle Comunità, Dip. Prevenzione A.S.U. Friuli Centrale

FVG IN MOVIMENTO. 10mila passi di Salute (2019 -2026)

Tiziana Del Fabbro, segretaria regionale Federsanità ANCI FVG

15.00 - Relazione

I benefici dell'attività fisica per il corpo e la mente "Linee guida per Conduttori e Gruppi di Cammino"

Stefano Lazzer, Coordinatore Corso di Laurea magistrale in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie preventive e adattate Dip. di Medicina - Università degli Studi di Udine

15.30 - Dibattito

Moderatore: Giannina Casco, ass. Politiche sociali Comune di Basiliano

Parte pratica

Ore 16.00 - Passeggiata guidata "10mila passi di Salute" a Basiliano, con

Anna Previti, laureata in scienze motorie - Promozione della Salute ASUFC

La partecipazione è gratuita e aperta a tutti, associazioni locali, "Gruppi di cammino" e persone interessate.

ISCRIZIONI/INFORMAZIONI

La partecipazione all'incontro pubblico e alla passeggiata guidata (parte pratica), sono gratuite, l'ISCRIZIONE sarà in loco.

Tutte le informazioni sul progetto "FVG in movimento" e sui "Gruppi di cammino" sono reperibili sui siti internet
www.federsanita.anci.fvg.it
www.invecchiamentoattivo.regione.fvg.it

e sulla Pagina Facebook:

www.facebook.com/FVGinMovimento10milapassidisalute

Per comunicazioni: federsanita@anci.fvg.it

Per le "Linee Guida per Conduttori di Gruppi di Cammino" è possibile scrivere a: prof. Stefano Lazzer, coordinatore Corso di Laurea Magistrale in Scienze e tecniche delle attività motorie preventive adattate Dipartimento di Medicina Università degli Studi di Udine
e-mail stefano.lazzer@uniud.it
Sito internet: www.uniud.it

Si ringraziano per la collaborazione il Comune di Basiliano, U.A.C. Università Terza età e A.P.D. Basiliano

Seguici su: Internet: www.regione.fvg.it; Facebook: [regione.fvg.it](https://www.facebook.com/regione.fvg.it); Instagram: [@regionefvg](https://www.instagram.com/regionefvg); Twitter: [@regioneFVGit](https://twitter.com/regioneFVGit)

#FVGinMOVIMENTO