



Recanati, 9 settembre 2016 – Le tradizioni per vivere bene: dieta mediterranea, prevenzione, attività fisica, ma anche qualità della vita e welfare rurale sono i temi al centro dei due incontri gratuiti organizzati dall'INRCA – Istituto di Ricovero e Cura a Carattere Scientifico per Anziani – sabato 10 e domenica 11 settembre, nella sala convegni di Villa Colloredo a Recanati. Gli incontri, aperti a tutti, si inseriscono nell'ambito di “Recanati, la città del buon vivere”, un weekend di eventi dedicato alle tradizioni che conducono alla longevità, caratteristica del territorio marchigiano. Recanati è una delle tappe del Gran Tour delle Marche, il circuito di eventi ideato da Tipicità per valorizzare la regione e presentarla attraverso le sue peculiarità.

“Le Marche – spiega Pietro Scendoni, responsabile reumatologia dell'INRCA di Fermo – sono il territorio del vivere in salute. Da qui abbiamo l'ambizione di far comprendere e tramandare le tradizioni e i saperi tra le generazioni, perché la longevità di oggi, con oltre 600 centenari nella Regione, è frutto della civiltà rurale del secolo scorso”.

Sabato alle 16:00, l'incontro “Dieta mediterranea e longevità nelle Marche” vede la partecipazione di personaggi di spicco come Massimiliano Ossini, conduttore tv Rai, Roberto Bernabei, direttore del Dipartimento di geriatria, neuroscienze e ortopedia dell'Università Cattolica di Roma e presidente di Italia longeva, e dello chef Mauro Uliassi, che parlerà di dieta mediterranea e benessere a tavola nell'arte culinaria marchigiana.

Sul tema si alterneranno le relazioni di Fabrizia Lattanzio, direttore scientifico INRCA, Sonia Rosati e Rosaria Gobbi, Centro Antidiabetico INRCA, e Leonardo Seghetti, prof. di chimica e trasformazione degli alimenti dell'Istituto agrario Ulpiani di Ascoli. Fabrizio Mari, Comandante del Corpo Forestale delle Marche, farà un focus su tracciabilità e sicurezza agroalimentare, mentre Angelo Vecchione, Medicina riabilitativa Inrca parlerà di attività fisica adattata agli anziani.

Al termine dell'incontro, dalle 19.00, nel piazzale davanti alla Villa, si terranno dimostrazioni dei gruppi

di lavoro del tombolo e dei cappelli in paglia artigianali, con le merlettaie di Offida e le “trecciarole” di Montappone insieme al gruppo folcloristico Ortensia, con bambini e anziani over 90. Nell’ambito del progetto “Nonni nipoti e longevità attiva” saranno esposti i lavori dei ragazzi dell’Istituto Scolastico Borgo Solestà-Cantalamessa, presentati dalla direttrice Silvia Giorgi.

Domenica, sempre alle 16:00, l’incontro “Il territorio marchigiano per la longevità: accoglienza e qualità della vita” offrirà una serie di testimonianze sulle iniziative di agri-welfare nel territorio. “C’è un forte legame tra cucina, cultura della salute e vita di campagna”, spiega Cristina Gagliardi, Centro Ricerche Economico-Sociali sull’invecchiamento Inrca, che illustrerà insieme a Sara Santini i risultati del progetto “Longevità attiva in ambito rurale”, nato dalla sinergia tra INRCA e Regione Marche con la partecipazione di alcune aziende agricole. Modererà l’incontro Massimo Boemi, direttore del Centro Antidiabetico INRCA, che concluderà con i consigli su un corretto stile di vita.

*fonte: ufficio stampa*