



Ancona, 27 settembre 2017 - È all'insegna del corretto stile di vita per un invecchiamento in salute che l'Inrca (Istituto Nazionale Riposo e Cura anziani) partecipa alla Notte Europea dei Ricercatori, organizzata in più di 50 città in Italia nell'ambito della Settimana della scienza (23-30 settembre), con l'obiettivo di avvicinare ricerca scientifica e cittadini.

“Un'occasione – spiega la Direttrice scientifica Fabrizia Lattanzio, che ha promosso l'iniziativa – per far conoscere l'impatto positivo delle tecnologie e di alcuni piccoli accorgimenti quotidiani, nell'affrontare la terza età con il giusto atteggiamento”.

Ad inaugurare il programma della settimana sono gli anziani del progetto Longevità attiva, che giovedì 28 settembre alle ore 10:00 racconteranno in un workshop alla Cittadella di Ancona la propria esperienza di giardinaggio civico per la manutenzione dei parchi della città.

Il progetto, che coinvolge circa 30 anziani, sperimenta i benefici delle attività a contatto con la natura sull'umore, l'adozione di uno stile di vita attivo e la nascita di nuove amicizie di quartiere.

Interverranno Cristina Gagliardi, coordinatore scientifico del progetto per l'Inrca, Laura Felice, Rete Città Sane - Comune di Ancona e Nirvana Nisi, presidente Associazione Ada Marche. Seguirà una visita guidata nel parco per illustrare le attività di giardinaggio condotte all'ingresso, al roseto e al belvedere.

Venerdì 29 settembre, dalle 17:00 alle 21:00 allo stand Inrca in Piazza Roma, i ricercatori presenteranno alcune delle più recenti ricerche: dalla ginnastica e alimentazione corretta per gli over 70 (progetto Sprint-t), ai dispositivi tecnologici per la casa 'intelligente' a misura di Alzheimer (Home4Dem), al 'training cognitivo' con semplici esercizi per aiutare la memoria come parole crociate e sudoku (ricerca My Mind), fino alle app per tenere sotto controllo la salute e lo stress (Apps4Carers).

Per il terzo anno consecutivo non mancherà lo scanner Age Reader, con cui si può valutare l'età biologica in soli 30 secondi. Contemporaneamente saranno aperti anche i laboratori del Polo scientifico tecnologico di via Birarelli 8, dove i ricercatori saranno a disposizione per mostrare le loro attività e rispondere alle domande dei visitatori.