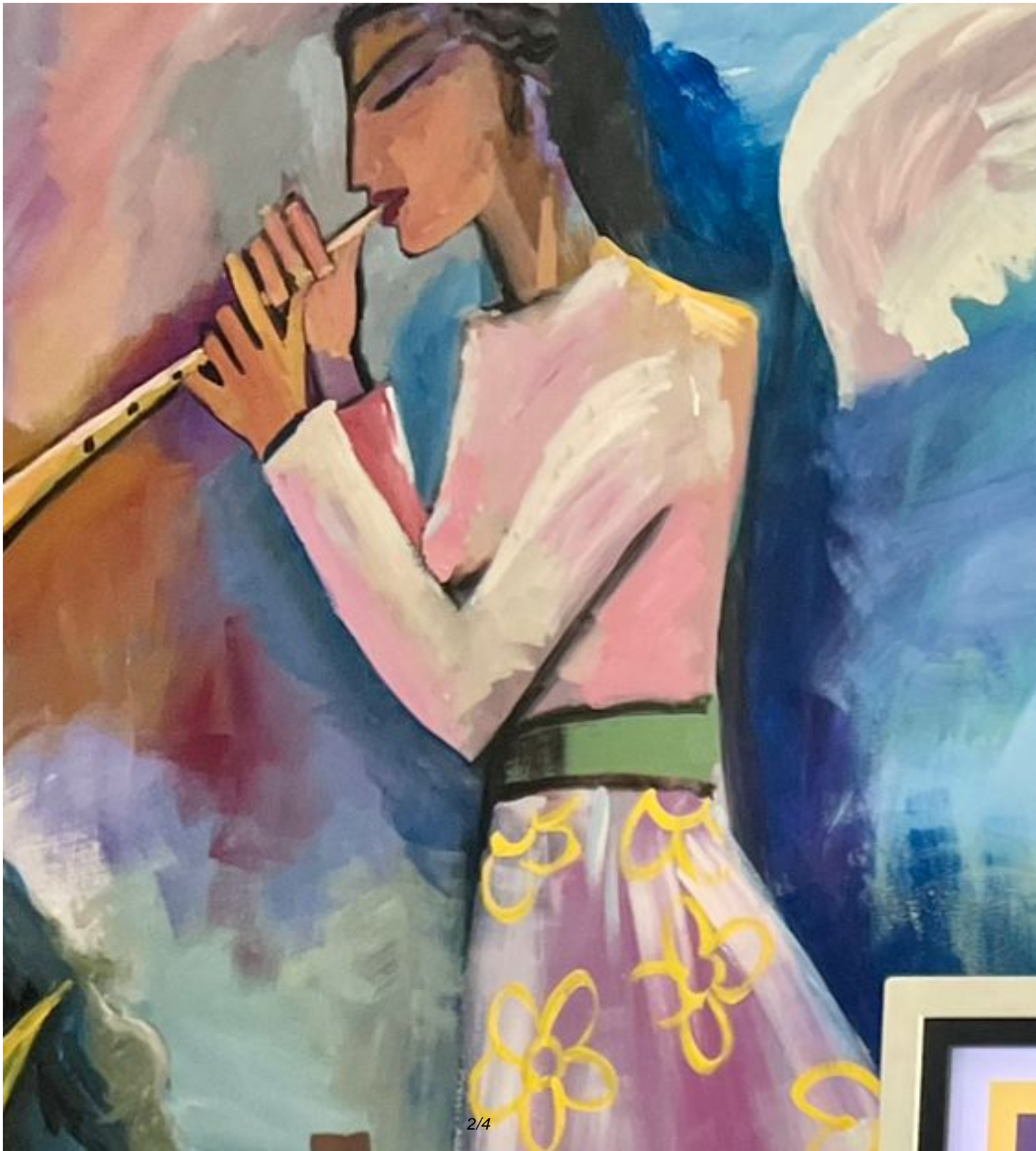




**Città di
Figline e Incisa Valdarno**

FIGLINE & INCISA
informa

Ufficio Stampa Comune FIV – www.figlineincisainforma.it - Resp. Samuele Venturi: s.venturi@comunefiv.it - 328.0229301



- [10/02/2025 13:16](#)

Per l'occasione, l'associazione "L'albero d'argento" si presenta alla comunità, illustrando i suoi corsi e le sue attività. Ingresso libero

Un pomeriggio per parlare di benessere e salute fisica, oltre che per conoscere le attività (a tema invecchiamento attivo) promosse dall'associazione "L'albero d'argento", una realtà nata poco più di un anno fa per dare una risposta concreta alle esigenze di una popolazione sempre più longeva e per promuovere una visione corretta e positiva dell'avanzare dell'età. È quella in programma il 13 febbraio alle 17, con il patrocinio del Comune di Figline e Incisa Valdarno, al Palazzo Pretorio (piazza San Francesco, Figline), dal titolo "Insieme per un miglior benessere".

E sarà proprio il benessere al centro della riflessione pomeridiana, abbinato sia alla salute fisica che agli stimoli sociali e mentali, che sono utili a qualsiasi età e che saranno analizzati, in particolare, in riferimento al periodo dopo il pensionamento. Un periodo da vivere positivamente, cogliendo le opportunità di avere più tempo libero a disposizione per prendersi cura di sé e per prevenire, quindi, patologie fisiche e mentali legate all'invecchiamento.

L'incontro a Palazzo Pretorio a cura della dott.ssa Barbara Van As, psicologa dell'invecchiamento e della longevità e vicepresidente dell'associazione **sarà, inoltre, un'occasione per conoscere più da vicino le varie iniziative** promosse da "L'albero d'Argento": dalle **occasioni di svago e convivialità** (cene, visite guidate, esperienze fuori porta, appuntamenti ludici e laboratori creativi) **ai vari corsi**, tra cui quello di scrittura creativa, di informatica, di training socio-emotivo, di Tai Chi Qi Gong, di training (meta)cognitivo e di Tertulia.

Dopo un primo round ad Autumnia, nella piazza della Salute, **siamo felici di tornare ad ospitare una realtà così attiva e propositiva a Palazzo Pretorio** commenta l'assessore al Sociale e alla Sanità, **Federico Cecoro** -, sia perché si inserisce in **un territorio molto fertile** da questo punto di vista sia perché va ad **arricchire il panorama di associazioni che, a vari livelli, già si occupano di invecchiamento attivo a Figline e Incisa.** Come Amministrazione comunale, crediamo fortemente che i temi del benessere e dell'invecchiamento attivo siano infatti un focus di grande importanza, specie in un **periodo storico in cui i nonni rappresentano un supporto fondamentale all'interno delle famiglie** e, in particolare, per la conciliazione dei tempi di vita casa-lavoro dei genitori di oggi. Inoltre, **mantenere attivi sia dal punto di vista mentale che fisico gli over 60 non solo arricchisce il tessuto sociale**, rendendolo più vivo e attivo, ma lo mantiene anche più sano, perché **aiuta a prevenire varie patologie** fisiche e mentali?.

Comune di Figline e Incisa Valdarno
mail ufficiostampa@comunefiv.it
tel +39 055 912 5203
cell +39 334 683 9848

- [info cittadini](#)

Comune di Figline e Incisa Valdarno - Piazza del Municipio, 5 - 50063 - Figline e Incisa Valdarno (FI)