

Turismo attivo: si conclude il progetto “Take it slow”

“FVG in movimento – 10.000 passi di salute”: 91 Comuni per 78 percorsi per promuovere un turismo sano, inclusivo e accessibile

Presentati i risultati del progetto Interreg Italia-Croazia per valorizzare itinerari turistici accessibili e adatti a tutti i target promuovendo uno stile di vita sano e attivo

Lignano Sabbiadoro, 20 giugno 2023 – Riscoprire le bellezze del territorio attraverso **percorsi e itinerari turistici meno conosciuti e accessibili a tutti**, con un occhio **alla salute per promuovere il movimento, l’inclusione e l’attività fisica**. Si conclude “Take it Slow”, nell’ambito del progetto Interreg Italia-Croazia, avviato nel 2020 (le attività sono iniziate nel 2021) con 12 partner - sette italiani e cinque croati - sostenuto dalla Regione FVG e coordinato da Federsanità Anci FVG, assieme a PromoTurismoFVG, all’Università di Udine e a tutti i Comuni coinvolti per l’ideazione, la realizzazione e la valorizzazione dei 78 percorsi.

Una promozione turistica sostenibile e accessibile della destinazione era l’obiettivo con cui il progetto è stato avviato, individuando itinerari brevi, facili, in zone non trafficate e adatti a famiglie, alle persone con disabilità motoria o anziane, sia residenti del Friuli Venezia Giulia che turisti, allo stesso tempo incentivando la popolazione all’esercizio fisico e promuovendo la cultura del movimento e dei corretti stili di vita, fondamentali a tutte le età. **I 78 percorsi del progetto “FVG in Movimento - 10.000 passi di salute” (2019 -2024), distribuiti su tutto il territorio regionale, sono stati individuati dai 91 Comuni** ammessi – con propri progetti - a tre bandi dedicati e riguardano in particolare località meno conosciute dal punto di vista turistico, con itinerari inseriti in contesti naturali, rurali e adatti a tutti.

PromoTurismoFVG in questi due anni ha contribuito alla promozione del progetto territoriale attraverso un lavoro di comunicazione a livello europeo, dando **visibilità turistica a luoghi della regione ancora da scoprire** e permettendo di apprezzare il variegato mosaico di tesori naturalistici, culturali, storico-artistici del Friuli Venezia Giulia. L’iniziativa è stata prima illustrata al territorio e alle scuole, affiancando un’attività di formazione a guide, strutture ricettive, infopoint ed enti locali. Sono state organizzate uscite con alcuni istituti scolastici (Isis San Daniele in val Resia), passeggiate slow aperte al pubblico nelle Valli del Natisone, esperienze di forest bathing a Muzzana del Turgnano e numerose camminate adatte anche alle persone con disabilità motorie, cognitive e sensoriali. Oltre alla **creazione di materiali video e informativi** in italiano, inglese e in linguaggio easy to read, è stato avviato una challenge sui social per la premiazione delle foto scattate lungo i percorsi e lo scorso maggio è stato organizzato **un viaggio stampa** con sei giornalisti, quattro italiani e due croati, che hanno avuto la possibilità di scoprire il territorio durante tre giorni di attività slow vivendo alcune esperienze di comunità. Le attività di cooperazione di “Take it slow” come i numerosi webinar, gli study trip e vari meeting e conferenze, anche a livello nazionale, hanno inoltre permesso, attraverso il confronto con altri partner, di conoscere nuove realtà e progettualità innovative di livello europeo da cui poter raccogliere informazioni e suggerimenti utili al miglioramento di servizi e prodotti.

Gli itinerari di “FVG in Movimento - 10.000 passi di salute” interessano diverse aree della regione per paesaggi e tradizioni. Gli appassionati di montagna possono scegliere tra i percorsi che toccano il lago di Cavazzo, Tramonti di Sopra o il borgo di Frisanco, per chi ama il mare c’è la camminata a Duino Aurisina, mentre l’offerta legata al Friuli Collinare propone facili trekking a Fagagna, uno dei borghi più belli d’Italia, San Daniele e Ragogna, senza dimenticare perle d’arte come Spilimbergo, Sacile e Udine.

Federsanità Anci Friuli Venezia Giulia ha svolto il ruolo di coordinatore del progetto “FVG in movimento. 10mila passi di Salute”, sostenuto dalla Regione, attivando un qualificato gruppo di regia composto da rappresentanti della Direzione regionale Salute, PromoTurismoFVG (Area Cultura) e dell’Università di Udine, con il dipartimento di Scienze Economiche e Statistiche per la valutazione del progetto e del corso di laurea in Scienze motorie per la realizzazione di conferenze e corsi teorico-pratici per “walking leader” e di ginnastica per adulti (over 55), che hanno riscosso un notevole successo. In sintesi, la strategia “globale”, pluriennale e intersettoriale - come indica Oms – attua il “Piano regionale della prevenzione 2021 – 2025” e per l’invecchiamento attivo e ha riguardato la **realizzazione e promozione dei percorsi e dei corsi per coordinatori di gruppi di cammino e di attività fisica e motoria**, sempre insieme ai Comuni, ai dipartimenti di prevenzione delle aziende sanitarie, con un ruolo determinante delle associazioni locali e gruppi di cammino, medici, cardiologi, farmacisti, giornalisti e altre persone di riferimento che hanno creato e ampliato sempre più questa “rete di reti” anche con significativi “effetti volano”. Un percorso per il benessere, la salute e, in generale, la qualità della vita di tutti, molto **apprezzato anche a livello nazionale e internazionale**, nei vari contesti, anche scientifici, in cui è stato presentato.

I risultati sono stati illustrati questa mattina a Lignano Sabbiadoro, nel corso di una conferenza stampa a cui hanno partecipato Alessia del Bianco Rizzardo, referente del progetto Take it Slow per PromoTurismoFVG, Tiziana Del Fabbro, segretaria regionale di Federsanità ANCI FVG, Luana Sandrin, Direzione centrale salute, politiche sociali e disabilità, Siro Carniello, referente per il network internazionale di Slow Medicine e Marino Corti per Slow Food, della condotta della Carnia e del Tarvisiano, intervenuti dopo i saluti istituzionali.

L’incontro è terminato con alcune suggestioni su slow tourism, slow food e slow medicine, un approccio comune in campi completamente diversi che può essere però un punto di partenza per nuove progettualità di prodotti e servizi turistici in grado di mettere al centro la persona e il suo benessere fisico e psicologico, in contesti ancora incontaminati e a dimensione d’uomo, come quelli del Friuli Venezia Giulia.

[TAKE IT SLOW web page](#) / [Facebook](#) / [Instagram](#) / [Twitter](#) / [YouTube](#)