



DEDALO

VOLARE SUGLI ANNI

COS'E' DEDALO? ._____

DEDALO è un progetto di promozione della salute che propone ai cittadini vercellesi una serie di iniziative per aiutarli ad occuparsi della propria salute attraverso la buona alimentazione, il muoversi insieme, la cultura e la scoperta del territorio.

DEDALO è un tavolo di lavoro collaborativo intorno al quale si progettano attività e iniziative a favore della salute.

DEDALO è una sperimentazione innovativa che vuole mettere insieme sanità e cultura per invecchiare bene.

DEDALO è un'idea con l'ambizione di cambiare la città e renderla più vivibile.

PERCHE' DEDALO? ._____

L' invecchiamento della popolazione italiana non accenna a fermarsi e Vercelli è in testa a questa tendenza. Ma invecchiamento vuol dire anche aumento delle malattie, della disabilità e del malessere.

Mantenere un buono stato di salute lungo tutto l'arco della vita è però possibile: molti lavori scientifici dimostrano che curare l'alimentazione, condurre una vita attiva, non fumare e mantenere una vita sociale e culturale vivace, facilita l'invecchiamento sano e attivo.

Ma, ancora più importante, questi studi dimostrano che ogni miglioramento degli stili di vita, anche piccolo, anche in tarda età, ha benefici sulla salute e riduce il rischio di ammalarsi.

E questo vale anche in caso di patologia già in atto: l'adozione di corretti stili di vita aiuta a migliorarne l'andamento, riduce le ricadute e il rischio di ricoveri.

A CHI SI RIVOLGE DEDALO? ._____

A tutta la popolazione della Città di Vercelli, per promuovere stili di vita che favoriscano la salute e il benessere.

Agli amministratori, per stimolarli a prendere iniziative per realizzare questi obiettivi.

Al tessuto culturale e produttivo della città, per convincerlo a unire le forze per trasformare Vercelli in una città attenta alla salute e renderla più vivace e vivibile.

COSA FA DEDALO? ._____

Dedalo vuole promuovere stili di vita corretti, la buona alimentazione, l'attività fisica, non dimenticando gli stimoli per la mente.

Vuole sostenere il territorio vercellese, sia nelle sue componenti paesaggistiche, sia nelle eccellenze alimentari, per coniugarli con uno stile di vita attivo e dinamico.

Vuole dimostrare che far collaborare la migliore sanità, la buona ricerca scientifica, i decisori, gli enti interessati alla cultura e alla valorizzazione del territorio e le associazioni di cittadini, può favorire un reale miglioramento della salute e del benessere della popolazione.

CHI ANIMA DEDALO? ._____

Un gruppo di cittadini, medici, amministratori, psicologi, ricercatori delle scienze umane, dietisti, sportivi, volontari. Questo gruppo rappresenta l'ASL di Vercelli, il Comune di Vercelli, l'Università del Piemonte Orientale, le associazioni ed enti pubblici e privati e lavora insieme per mettere in rete le proprie competenze e le proprie iniziative.





COSA PROPONE DEDALO? .

Dedalo propone dei Percorsi che vogliono aiutare i cittadini vercellesi a migliorare la qualità della propria alimentazione e fare attività fisica, come raccomandato dall' Organizzazione Mondiale della Sanità, e ad avventurarsi inoltre in percorsi di scoperta della cultura e del territorio, per non dimenticare di allenare la mente.

I Percorsi Dedalo che verranno attivati a partire dal 1° febbraio 2018 sono:



Percorso **DEDALO** della **BUONA ALIMENTAZIONE**

Che ci offre corsi, conferenze, incontri con specialisti e laboratori.



Percorso **DEDALO** del **MUOVERSI INSIEME**

Che ci guida attraverso varie proposte per l'attività fisica.



Percorso **DEDALO** della **MERAVIGLIA** e dello **STUPORE**

Che ci accompagna in visite museali, corsi di meditazione, danza.

In preparazione altre proposte e percorsi tra cui, a breve disponibile:



Percorso **DEDALO** della **SCOPERTA DEL TERRITORIO**

I programmi dettagliati dei percorsi sono scaricabili dal sito dell'ASL (www.aslvc.piemonte.it) e da quello del Comune (www.comune.vercelli.it), oppure si possono richiedere alla Segreteria del Progetto Dedalo (vedi box contatti).

**I NOSTRI CONTATTI PER SAPERNE
DI PIU' E PER PARTECIPARE:**

0161593705
tutti i lunedì e mercoledì
ore 9.00-12.00 e 14.30-16.00
e il venerdì ore 9.00-12.00
progetto.dedalo@aslvc.piemonte.it

www.dedalovercelli.it
(attivo dall'1 Marzo 2018)

disponibili programmi dettagliati dei percorsi

ENTI COINVOLTI:

ASL Vercelli - Comune di Vercelli - Università del Piemonte Orientale UPO - Accademia italiana Shen Qi Kwoon Tai - Auser Vercelli - Centro Ricerche Atlantide - Centro Territoriale Volontariato - CISL UST Vercelli e Anteas - Fondazione Edo ed Elvo Tempia - LILT Sezione Provinciale di Vercelli - Museo Borgogna Vercelli - Museo del Tesoro del Duomo Vercelli - Museo Leone Vercelli - PGS Decathlon - Regione Piemonte Direzione Agricoltura - Slowfood Vercelli - Spi CGIL Vercelli Valsesia - Strada del riso di qualità - UISP Vercelli - Università Popolare UNIPOP Vercelli



Il Progetto Dedalo è stato in parte finanziato dalla Fondazione Cassa di Risparmio di Vercelli