



Comunicato stampa

Ottobre 2019

Tornano i corsi per anziani «Essere e rimanere mobili».

A Mendrisio: mercoledì 13 novembre.

Ripensare per tempo le proprie abitudini di mobilità

Dal prossimo 9 ottobre riprendono i corsi per anziani organizzati in Ticino da «Essere mobili» in collaborazione con l'Associazione traffico e ambiente ([ATA](#)), le Ferrovie federali svizzere ([FFS](#)), le aziende di trasporto, le polizie locali e le associazioni della terza età.

Con l'avanzare degli anni, infatti, è importante ripensare la propria mobilità ed evitare rischi inutili per sé stessi e per gli altri. I corsi sono incentrati sull'uso dei mezzi di trasporto pubblico, incluso l'utilizzo dei distributori automatici di biglietti, e sui pericoli stradali, in particolare su come si attraversa correttamente la strada.

Mantenere l'autonomia e spostarsi nel quotidiano in sicurezza

I corsi «Essere e rimanere mobili e sicuri» mirano a trasmettere le conoscenze di base necessarie a mantenere la propria mobilità anche in età avanzata. Non solo. I corsi intendono anche offrire un'occasione di dialogo.

Quando bisogna rinunciare alla propria automobile? Qual è la migliore offerta dei trasporti pubblici per le proprie esigenze? Come acquistare comodamente un biglietto all'automatico? Come funziona il sistema della comunità tariffale? Quali sono le novità nel campo del traffico stradale? A che cosa ogni pedone deve prestare attenzione?

A queste e altre domande sarà data una risposta dagli esperti del trasporto pubblico e della polizia durante l'incontro.

Partecipare ai corsi: iscrizioni obbligatorie

Dopo un'introduzione teorica, i corsi prevedono esercizi pratici con collaboratori delle FFS, delle aziende di trasporto locali e con gli agenti delle polizie comunali. La parte pratica si tiene all'aperto; si consiglia quindi d'indossare un vestiario adatto e comodo. Inoltre, per chi ha difficoltà a camminare o utilizzare le scale, un ascensore è disponibile in tutte le sedi.

I corsi si svolgono il mercoledì pomeriggio. Sono tenuti in italiano, ma è possibile richiedere la traduzione in tedesco di domande e risposte. Sono gratuiti. Ai partecipanti sono anche

offerti dei buoni per viaggiare con i trasporti pubblici, consumare un caffè o una bibita.

Occorre comunque iscriversi, entro due settimane prima della data del corso, presso Pro Senectute Ticino e Moesano, 6904 Lugano, per telefono 091 912 17 17 oppure per e-mail creativ.center@prosenectute.org. Il numero dei partecipanti è vincolato a un minimo di 12 persone e a un massimo di 20.

Appuntamento a Mendrisio

Dopo Bellinzona (9 ottobre), Locarno-Muralto (23 ottobre), Lugano (6 novembre) è il turno di Mendrisio.

Il corso di mobilità dedicato agli anziani della nostra città è fissato per il giorno di mercoledì 13 novembre 2019 dalle 13:30 alle 17:00, con ritrovo all'Albergo Milano, di fronte alla stazione FFS.

In allegato

Flyer Essere mobile - In viaggio sicuri e ben informati!

Per maggiori informazioni

T 058 688 35 00

Polizia
Città di Mendrisio
Via Franco Zorzi 1
6850 Mendrisio

