LegnanoNews
Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Auser Legnano, i “trucchi” per guidare in sicurezza dopo i 65 anni

Gea Somazzi · Saturday, February 9th, 2019

Con l’avanzare dell’età è meglio mettersi al volante in condizioni fisiche ottimali. A consigliarlo le psicologhe del traffico **Silvia De Battisti e Manuela Bina** intervenute all'incontro "Muoversi nel traffico nella terza età". Un progetto ad ampio respiro finanziato dall’Associazione Unitaria Psicologi Italiani Lombardia. Ad invitare le due speciliste **l'Auser Ticino Olona** che ha organizzato l'incontro, nella sede dell'Anpi di Legnano.

«È stata una bella iniziativa che intendiamo ripetere coinvolgendo le istituzioni – **afferma Pinuccia Boggiani, presidente dell'Auser Legnano** -. *Vogliamo coinvolgere maggiormente la cittadinanza organizzando l'iniziativa in una sede più ampia come Palazzo Leone da Perego. L'obiettivo dell'iniziativa è aumentare la consapevolezza delle capacità di spostarsi in auto dopo i 65 anni. Non è un argomento scontato, anzi va approfondito e capito».*

Più passano gli anni e più diminuiscono la forza muscolare, la motricità e la mobilità generale e tutto ciò può influenzare sulla capacità di guida. Già, perchè con l’avanzare dell’età aumentano i tempi di reazione anche in situazioni di pericolo. **Tutti questi fattori, compreso l'eventuale abbassamento della vista**, possono trasformarsi in un reale rischio per la propria inclumità e per quella degli altri conducenti.

In questo contesto le psicologhe hanno offerto numerosi consigli sottolineando l’importanza del fattore **psicologico e comportamentale nel prevenire incidenti.** Di certo, per non rinunciare alla patente, risulta importante restare in forma potenziando il livello cognitivo delle abilità necessarie per muoversi in sicurezza nel traffico. *«E perchè no* – affermano le psicologhe – *evitare di essere abitudinari: nei piccoli viaggi in città intraprendere nuovi percorsi così da tenere sempre alta l'attenzione»*.

This entry was posted on Saturday, February 9th, 2019 at 12:10 am and is filed under Cronaca, Legnano
You can follow any responses to this entry through the Comments (RSS) feed. You can leave a response, or trackback from your own site.