

# ***Eventi -*** *"Ostia Antica e l'arte di vivere bene nella terza età": il 17 e 18 ottobre a Roma la rassegna dedicata al benessere over 65*

**Roma** - 09 ott 2026 (Prima Notizia 24) **Il progetto di Astro Viaggi Moretti Srl e Roma Capitale propone due giornate tra convegni, spettacoli con Dani Bra e visite guidate teatralizzate agli Scavi.**

Promuovere un approccio attivo e consapevole alla terza età valorizzando il benessere psicofisico, la socialità e l'invecchiamento in salute. Con questo spirito prende il via "Ostia Antica e l'arte di vivere bene nella terza età", l'iniziativa ideata da Astro Viaggi Moretti Srl, realizzata con il contributo di Roma Capitale e la collaborazione di Zètema Progetto Cultura e Balance 360. Il progetto, vincitore dell'avviso pubblico per le iniziative dell'Estate Romana 2026, si terrà sabato 17 e domenica 18 ottobre 2026 ed è destinato agli anziani della comunità e a chi si avvicina alla terza età. La prima giornata di sabato 17 ottobre si svolgerà presso il Nuovo Centro Sociale Anziani "S. Mancini" alla Magliana. Il programma si aprirà alle ore 13:00 con un brunch e l'accoglienza dei partecipanti prevista per le 15:30. Alle ore 16:00 prenderà il via il convegno "Ieri, oggi e domani: vite a confronto", focalizzato su salute mentale, accettazione dei cambiamenti corporali e importanza del movimento per la tutela dell'autonomia personale, anche grazie al contributo scientifico fornito da Balance 360. L'incontro vedrà la presenza dell'artista Dani Bra con il suo spettacolo comico, seguito alle 17:30 da rinfresco, animazione, musica e balli. La giornata di domenica 18 ottobre sarà invece incentrata sul patrimonio archeologico locale. I partecipanti si ritroveranno alle ore 8:45 a San Paolo per partire in pullman GT alle 9:00 alla volta degli Scavi di Ostia Antica. Alle 9:30 inizierà il percorso di visita accompagnato da guide professioniste e arricchito da un'esperienza teatralizzata. La due giorni si concluderà alle ore 13:00 con un pranzo di pesce al ristorante "Allo Sbarco di Enea", prima del rientro a Roma fissato per le 14:30. L'iniziativa punta a consolidare l'integrazione sociale offrendo occasioni concrete di aggregazione sul territorio. Astro Viaggi Moretti Srl e il Nuovo Centro Sociale Anziani "S. Mancini" ringraziano Roma Capitale, Zètema Progetto Cultura e Balance 360 per la sinergia istituzionale garantita al progetto. Per informazioni e per presentare la propria candidatura è possibile contattare l'organizzazione via WhatsApp al numero 345 271 5187, tramite email all'indirizzo info@astroviaggi.net o consultando il sito ufficiale www.astroviaggi.net (Astro Viaggi Moretti Srl).

*(Prima Notizia 24) Venerdì 09 Ottobre 2026*