



Invecchiare In ERBA



Progetto per l'invecchiamento attivo e la solidarietà fra le generazioni



I PARTNERS

- ▶ Cooperativa sociale Aldia
- ▶ Fondazione Giuseppina Prina
- ▶ Università della Terza Età di Erba

LE REALTÀ COINVOLTE

- ▶ ASPAE
- ▶ Associazione *Arrocco Lungo*
- ▶ Associazione *Eupilio Unito*
- ▶ *BCS (Biomedical Computinging System)*
- ▶ Bocciofila di Bindella
- ▶ Casa della Gioventù
- ▶ Liceo Statale Carlo Porta di Erba
- ▶ Oratorio S. Maurizio

LE ATTIVITA'

➤ **Attività culturali e formative**

Conferenze tematiche, concerti, rappresentazioni teatrali, cineforum.
Corsi di informatica, ciclo di incontri formativi per volontari.

➤ **Attività ludico - ricreative**

Corso di scacchi, tornei di carte e bocce.

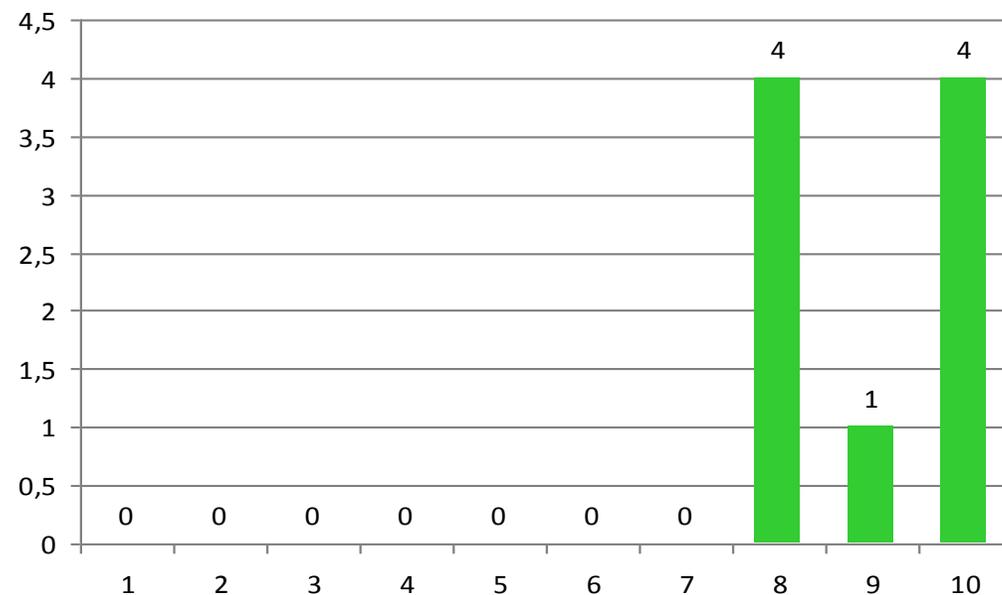
➤ **Attività di sostegno al benessere personale**

Sportello psicologico, percorsi di arte-terapia, percorsi di educazione al movimento.

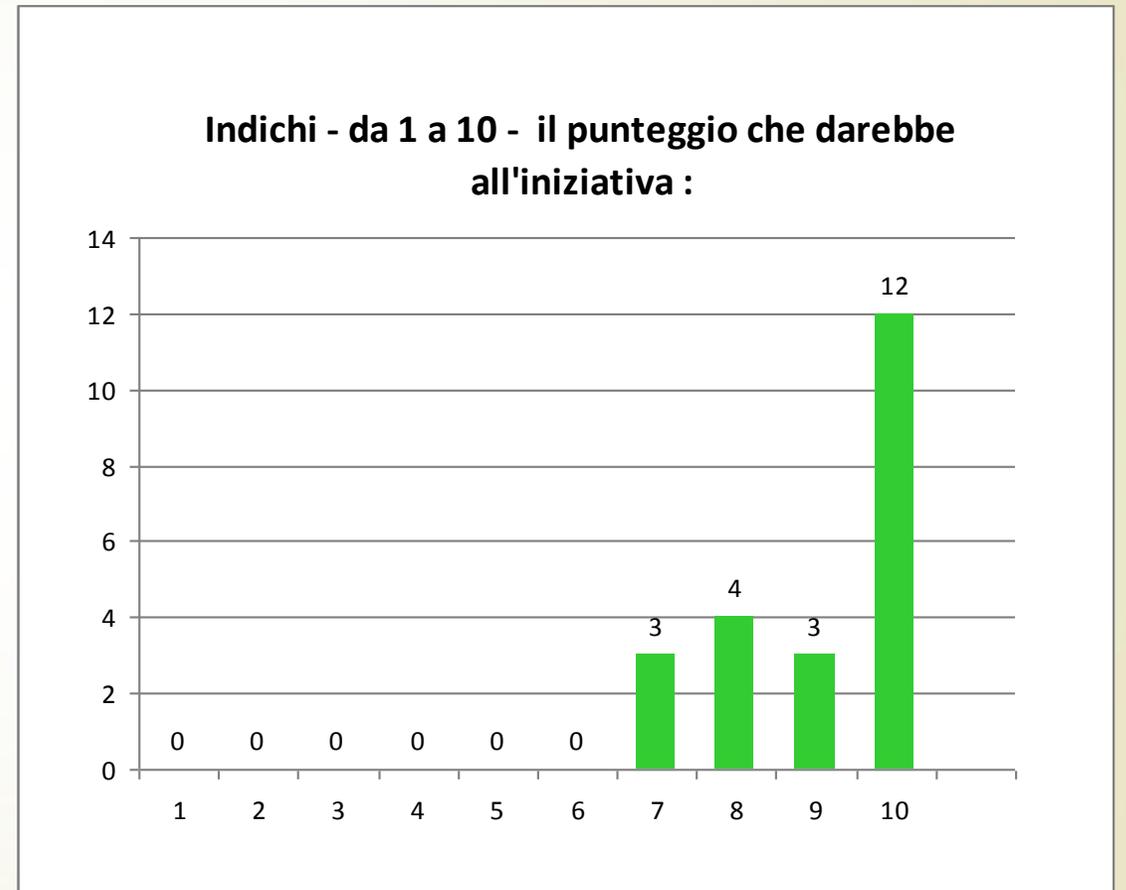
ATTIVITÀ FORMATIVE: CORSO INFORMATICA *in collaborazione con il liceo statale C.Porta*



Con una crocetta indichi il punteggio che darebbe
all'iniziativa da 1 a 10:



ATTIVITÀ LUDICO RICREATIVE: TORNEO DI BOCCE *in collaborazione con bocciofila Bindella*



Attività di sostegno al benessere personale

SPORTELLLO PSICOLOGICO

E' un luogo di ascolto e sostegno che ha come obiettivo principale la promozione di un invecchiamento sano e dignitoso. E' rivolto:

- agli anziani residenti a Erba che stanno affrontando l'invecchiamento in modo critico,
- ai loro familiari che faticano ad accettare il cambiamento dei propri cari.

N° persone che hanno richiesto l'accesso al servizio: 15.

N° accessi per persona: da un minimo di 3 ad accessi regolari per tutto l'arco del progetto.

Percorso di educazione al movimento PIÙ PASSI MENO PILLOLE



Sono stati realizzati 5 cicli da 8 incontri l'uno, presso una palestra, condotti da un terapeuta del movimento.

Vi hanno partecipato complessivamente 87 persone, suddivise nelle seguenti fasce di età:

- ▶ 50-54 anni: 10 partecipanti
- ▶ 54-59 anni: 12 partecipanti
- ▶ 60-70 anni: 32 partecipanti
- ▶ 70-80 anni: 24 partecipanti
- ▶ dagli 80 anni in su: 9 partecipanti

PERCORSI DI ARTE-TERAPIA

Sono percorsi di piccolo gruppo, di otto incontri ciascuno, rivolti a soggetti che esprimono il bisogno di comunicare il proprio stato emotivo.

Lo strumento utilizzato è l'espressione artistica (disegno, pittura, collage, ecc).

Sono stati attivati 4 percorsi:

- ▶ percorso per anziani accolti in RSA;
- ▶ percorso per anziani partecipanti ad uno spazio di animazione comunale;
- ▶ percorso per care-givers e volontari;
- ▶ percorso per operatori di cura di una RSA e del SAD comunale.



INIZIATIVE SOSTENIBILI NEL TEMPO

- ▶ Conferenze dell' Università della Terza età aperte a tutta la cittadinanza,
- ▶ Gruppi di cammino permanenti sul territorio di Erba,
- ▶ Corsi di informatica in collaborazione con il liceo statale C.Porta,
- ▶ Collaborazioni con circoli/associazioni del territorio per tornei di carte e bocce;
- ▶ Lo sportello psicologico.