

## MERAVIGLIOSA TERZA ETA'

#ACCORCIAMOLEDISTANZE #LAVECCHIAIACHEVORREI

L'emergenza Covid, ha messo in evidenza quanto la sedentarietà e l'isolamento possano produrre danni per la salute delle persone, degli anziani in particolare. Il progetto rappresenta un modello di straordinaria collaborazione che è in prima linea per affrontare le conseguenze che derivano da una situazione emergenziale e che sostiene la categoria più debole e più colpita, gli Anziani.

Attraverso il progetto "**Meravigliosa terza età**" #accorciamoledistanze, si vuole costruire un modello di welfare familiare e comunitario, dove l'anziano viene collocato al centro, rivalutato come una risorsa e non solo come elemento da assistere.

L'asd Il Gabbiano di S.Maria delle Mole, da anni si occupa della terza età. Promotori di precedenti progetti di interesse regionale e territoriale, ha costruito nel tempo un bagaglio di esperienze tecniche e pratiche, dando vita a questo programma che si basa su un metodo scientifico: il recupero psicofisico della persona anziana.

**100 sono gli anziani ai quali il progetto viene proposto.** Ognuno di loro verrà sottoposto ad indagine clinica, attraverso la quale si procederà all'individualizzazione degli interventi. Ognuno di loro, riceverà, se ci saranno le condizioni, un Device (Tablet) in comodato d'uso, attraverso il quale accorceremo le distanze con il mondo esterno. Ogni Tablet sarà accompagnato da mini- interventi personalizzati, che consentiranno all'anziano di imparare ad usarlo. Ogni anziano riceverà, in presenza o a distanza, due ore a settimana di ginnastica dolce, riabilitativa, mentale e tante, tante "pillole di salute" realizzate da tecnici sportivi nei vari ambiti di competenza. Se ci saranno le condizioni, si costruiranno momenti di aggregazione, anche su piattaforme online, dove imparare a dipingere, a cucire, a cucinare, a ballare, ad incontrarci ancora.

Le attività potranno essere espletate dal domicilio stesso della persona con operatore in presenza o a distanza, oppure, se la situazione sanitaria lo permetterà, in spazi comunitari come i centri anziani, associazioni sportive, spazi sportivi all'aperto.

*Un team di professionisti: Insegnanti, Medici, Psicologi, Tecnici informatici sono gli autori del progetto.*

*100 meravigliosi anziani i protagonisti!!!*

***" ....non vanno confinati,  
la mancanza di "dialogo" li farà morire di un altro virus: la solitudine...."***