

## Il progetto

“Rete di Argento” è il progetto nato nell’ambito del bando “Welfare 2023 Per gli anziani: cura promozione e risorsa” pubblicato da Fondazione Perugia, ideato e realizzato da Fondazione di Carità San Lorenzo -ente operativo della Caritas diocesana di Perugia-Città della Pieve- in collaborazione con USL Umbria 1 – Distretto del Perugino, Comune di Perugia, Polizia di Stato, Associazione Coordinamento Centri Socio Culturali di Perugia e Fondazione Santa Caterina Parlesca Onlus.

## Obiettivo

“Rete di Argento” riconosce il diritto della persona anziana ad avere un ruolo attivo all’interno della società. Il progetto intende sperimentare, nell’arco di 12 mesi, un modello di gestione innovativo in grado di promuovere, attraverso un sistema coordinato e integrato lo sviluppo e la valorizzazione delle risorse già attive e potenzialmente attivabili nel territorio di Perugia, nonché strategie e azioni innovative finalizzate ad incoraggiare il coinvolgimento della comunità e le esperienze aggregative della popolazione anziana autosufficiente ≥65 anni allo scopo di favorirne la partecipazione ad un corretto processo di invecchiamento attivo e la prevenzione alla condizione della solitudine.

## Attività già realizzate

Il progetto “Rete di Argento” è stato attivato nel mese di novembre 2023 e nel corso dei primi cinque mesi di attività ha già realizzato le seguenti azioni: l’attivazione di uno sportello welfare itinerante presso 11 Centri Soci Culturali e presso la Fondazione Santa Caterina; l’avvio della mappatura delle risorse e dei servizi presenti sul territorio rispetto al tema dell’invecchiamento attivo; la realizzazione di 4 percorsi di cittadinanza attiva (nello specifico 3 percorsi informativi sulle conoscenze e le competenze digitali rivolte agli anziani, 1 incontro informativo sulla prevenzione delle truffe in collaborazione con la Polizia di Stato).

## Incontri informativi sugli stili di vita sani

Parte integrante del progetto “Rete di Argento” sono i percorsi di cittadinanza attiva, che rappresentano un’opportunità per coinvolgere attivamente la comunità nel processo di miglioramento della qualità della vita degli anziani. All’interno di tali percorsi, il Distretto del Perugino USL Umbria 1 realizzerà un percorso informativo per promuovere l’adozione di stili di vita sani tra gli anziani.

Si tratta di un ciclo di 7 incontri che avranno per oggetto argomenti di grande importanza rispetto al tema dell’invecchiamento attivo: adottare stili di vita sani attraverso l’alimentazione, l’attività fisica, la prevenzione del fumo e dell’alcol, il gioco responsabile e la sicurezza alimentare.

Gli incontri si svolgeranno presso il Centro Socio Culturale “Europa 93” in Via Isarco 4, nel quartiere di Ponte Valleceppi. Il primo incontro è programmato per giovedì 11 aprile alle ore 16:00.

Tutta la cittadinanza, e in modo particolare le persone anziane, sono invitate a partecipare attivamente al fine di migliorare la propria condizione, e di riflesso quella della comunità, attraverso l’adozione di stili vita sani. Investire nel nostro benessere ora può garantirci una migliore qualità di vita nel futuro.