

PROGETTO 2016

A.S.C. Propone un nuovo progetto per gli anziani, allo scopo di promuovere il concetto di "Invecchiamento Attivo" e diffondere la cultura del movimento e dell'aggregazione, in contrapposizione alla sedentarietà e all'isolamento, purtroppo tipici della terza età.

ORGANIZZAZIONE

A.S.C.
Via Reno n.30
00198 Roma
Tel. 06.88488874-06.89766106
segreteria@ascsport.it
www.ascsport.it



SPORT E MOVIMENTO

i pilastri dell'invecchiamento

DESCRIZIONE DEL PROGETTO

La popolazione anziana riveste nella nostra società un ruolo sempre più importante, sia in termini numerici che come sostegno, economico e supportivo, alle famiglie di appartenenza. Partendo da questa considerazione A.S.C. propone, per il secondo anno consecutivo, un progetto rivolto alla terza età e alla possibilità di vivere questa delicata fase della vita nel modo migliore possibile.

Cardine concettuale del progetto è l'Invecchiamento Attivo, cioè quell'approccio alla senilità in cui il movimento, la vitalità, la socialità e, in generale, la salute psicofisica, permettendo all'anziano di godere di una esistenza piena e consapevole, senza incorrere nelle difficoltà, purtroppo, altamente diffuse, tipiche della vecchiaia: depressione, solitudine, isolamento sociale e istituzionale.

OBIETTIVI

Il progetto "Sport e Movimento, i Pilastri dell'invecchiamento" si pone l'intento di modificare le abitudini sedentarie e solitarie di molti anziani, promuovendo su tutto il territorio nazionale eventi sportivi e aggregativi alla terza età.

Con la collaborazione di associazioni, centri sportivi e poli medici pubblici e privati, A.S.C. intende radicare nella società la consapevolezza che l'attività fisica sia un aspetto importante nella prevenzione alle disfunzioni psicofisiche tipiche della vecchiaia, creando, in tal modo, una nuova popolazione anziana che, non solo pratica regolarmente attività fisica ma che in essa trova spunti di condivisione, profondo benessere e divertimento.

Aspetto importante del progetto, inoltre, sarà la creazione di una rete medica e supportiva per la terza età formata da varie realtà pubbliche e private impegnate nella lotta alle più comuni patologie che affliggono la popolazione anziana.

Attraverso questo importante progetto A.S.C. vuole divulgare la cultura dello sport come valore transgenerazionale, come luogo fisico e emotivo in cui la vita viene valorizzata e rispettata in ogni sua fase e dove la forza del gruppo vince sullo sconforto della solitudine.

FORMAZIONE

Durante tutte le fasi del progetto, A.S.C. ha considerato di dedicare una buona fetta di attività alla formazione, potente promotrice di crescita e miglioramento.

La formazione prevista nel progetto riguarda sia la realizzazione di iniziative formative create ad hoc per promuovere e valorizzare l'inclusione e l'integrazione della popolazione anziana in contesti sportivi, sia l'effettivo aggiornamento di figure tecniche (professionali e non) specializzata nella ideazione e nella conduzione di gruppi composti da anziani.

L'obbiettivo è quello di creare un tessuto tecnico e strutturale adeguato alla accoglienza e al giusto trattamento dei nostri anziani, dove la sicurezza di essere in buone mani può rappresentare il trampolino di lancio per sperimentare e vivere pienamente il corpo, la gioia del movimento e dello stare bene.