

"Ben-essere Anziano" in Valle Sabbia: un progetto per promuovere l'invecchiamento attivo

Di Redazione

È stato avviato sul territorio dell'Ambito 12 della Valle Sabbia il progetto "Ben-essere Anziano", selezionato da ATS Brescia ed inserito nell'ambito del Piano di Azione Territoriale biennale per l'invecchiamento attivo, promosso da Regione Lombardia



Il progetto nasce grazie a un accordo di partenariato tra soggetti attivi da anni sul territorio: **Cooperativa Sociale La Cordata** in qualità di ente capofila, **Comunità Montana di Valle Sabbia**, **Cooperativa Sociale Area**, **Organizzazione di Volontariato Casa Dosso**, **Fondazione La Memoria**, **Cooperativa Sociale La Rondine**.

"Ben-essere Anziano" si svilupperà nel biennio attraverso azioni articolate in tre aree tematiche: **socializzazione e inclusione sociale, benessere e apprendimento permanente, partecipazione e cittadinanza attiva.**

Il progetto punta a favorire il benessere delle persone over 65, offrendo opportunità concrete per **mantenere attiva la mente e il corpo, attraverso interventi per contrastare il decadimento psico-fisico e interventi di formazione e sensibilizzazione.** Sono inoltre previste azioni volte a contrastare l'isolamento sociale nonché a favorire la costruzione ed il mantenimento di legami sociali intra e intergenerazionali congiuntamente ad azioni che promuovono il coinvolgimento attivo della persona anziana nella comunità di riferimento.

Le prime iniziative in programma

L'Università del Tempo Libero *itinerante* propone:

- **Gli approfondimenti della memoria**

Colloqui individuali con uno psicologo finalizzati alla valutazione della memoria e delle funzioni cognitive. Per persone a partire dai 65 anni.

Martedì 7 ottobre, dalle 10 alle 17 presso Casa Dosso, Bione

Prenotazioni e info: 333 50 89 037

- **Corso sulle Life Skills**

Un percorso di 6 incontri di gruppo per approfondire le competenze necessarie per relazionarsi con gli altri e affrontare i problemi quotidiani: emozioni, motivazione, autostima, comunicazione, assertività e

Da lunedì 6 ottobre ore 17:00 presso la Cooperativa La Cordata, Roè Volciano

Info e iscrizioni: 339 75 38 278

- In-forma – Newsletter settimanale per l'invecchiamento attivo

Per ricevere materiale informativo gratuito via WhatsApp su benessere, salute e stili di vita corretti.

Per iscriversi è necessario:

1. Salvare in rubrica il numero **339 75 38 278**
2. Inviare un messaggio WhatsApp con scritto **“Benessere”**
3. Accettare l’informativa privacy che verrà inviata

Laboratorio di teatro intergenerazionale

Un’occasione di scambio intergenerazionale per favorire la narrazione di sé, promuovere il rispetto delle diversità e migliorare le competenze sociali.

Aperto a ragazze e ragazzi dagli 11 ai 17 anni e a ragazze e ragazzi *di una volta* dai 65 anni.

Con il patrocinio del Comune di Sabbio Chiese e in collaborazione con Viandanze Teatro.

Da martedì 11 novembre – ore 17:30-19:00

Presso il Centro Diurno del Comune di Sabbio Chiese

Incontri settimanali fino ad aprile 2026

Info e iscrizioni: 348 33 83 169 / 339 75 38 278

Nei prossimi mesi il progetto si arricchirà con nuove iniziative diffuse nei diversi comuni della Valle Sabbia.

DATA DI PUBBLICAZIONE: 04/10/2025 - AGGIORNATO ALLE 11:27

2025 © TUTTI I DIRITTI SONO RISERVATI

AUTOGESTIONE CONTENUTI DI EDIZIONI VALLE SABBIA SRL C.F. E P.IVA: 02794810982 - SISTEMA [GLACOM®](#)