

## **CARE - Catalogo di Azioni ben descritte Rivolte all'Equita'**

Scheda numero 46 - Aggiornata il 31/03/2025

**TITOLO :**

Strategia per un invecchiamento attivo

**TITOLO ORIGINALE :**

Groningen Active Ageing Strategy

**ANNO DI AVVIO :**

2007

**FONTE :**

Best Practice Portal

**LUOGO DOVE E' IMPLEMENTATA L'AZIONE :**

Olanda

**AREA TEMATICA:**

Attività fisica

Coesione sociale, capitale sociale

Gruppi di popolazione vulnerabili

**TARGET:**

Persone anziane

**DESCRIZIONE DELL'AZIONE:**

Sociaal Vitaal è un programma di intervento di comunità per gli anziani più fragili e sedentari che vivono in comunità nelle aree svantaggiate. Mira a promuovere un "invecchiamento in buona salute" nella popolazione target. Il focus è su 1) aumentare l'attività fisica degli anziani; 2) sviluppare la capacità di resistenza per far fronte all'invecchiamento 3) aumentare le capacità sociali per entrare in contatto con gli altri. Il progetto si articola in -programma di esercizi poliedrici nel proprio quartiere; -formazione sulle tecniche per aumentare la resilienza;-formazione sulle abilità sociali; -educazione a diversi argomenti di salute e sociali. L'intervento dura 9 mesi.

**DESCRIZIONE SU COME E' AFFRONTATA LA DIMENSIONE DELL'EQUITA' :**

Questo intervento è specificamente focalizzato soggetti più anziani che vivono in aree svantaggiate.

**APPROCCIO PER RIDURRE LE DISUGUAGLIANZE :**

Area deprivata

Gruppo vulnerabile

**ASPETTI DA CONSIDERARE PER LA TRASFERIBILITA' :**

E' in corso una valutazione su più ampia scala del progetto. Per la sua attuazione è necessario attenersi al protocollo, avere la disponibilità finanziaria per le infrastrutture necessarie e per formare il personale che lo deve attuare.

**VALUTAZIONE DI PROCESSO:**

SI

**VALUTAZIONE DI RISULTATO:**

SI

**DESCRIZIONE DEI RISULTATI DELLA VALUTAZIONE:**

L'efficacia dell'intervento è stata valutata in 2 studi pilota dopo 6 mesi e 9 mesi dall'intervento.

Ha partecipato al programma il 25% della popolazione target individuata.

La partecipazione al programma ha prodotto miglioramenti nelle capacità di movimento, nell'autoefficacia e nelle relazioni sociali.

**DESCRIZIONE E LINK DELLA DOCUMENTAZIONE DISPONIBILE:**

Groningen Active Ageing Strategy "Sociaal Vitaal" (Chrodis)

<https://webgate.ec.europa.eu/dyna/bp-portal/best-practice/53>

**LINGUA DEL MATERIALE DI DETTAGLIO:**

olandese, inglese

**ALLEGATO:**

Non presente

**RIFERIMENTI:**

Dr. Mathieu de Greef

Stichting GALM Prunusstraat 41 9741 LB Groningen

m.g.h.de.greef@rug.nl www.galm.nl

**PAROLE CHIAVE:**

terza età, movimento, inclusione, stili di vita

**OBIETTIVI PNP:**

1.8 Promuovere l'adozione consapevole di uno stile di vita sano e attivo in tutte le età e nei setting di vita e di lavoro, integrando cambiamento individuale e trasformazione sociale

1.19 Ridurre la prevalenza di anziani in condizioni di fragilità