

Montesilvano, aumentano gli over 65: il progetto per la qualità della vita degli anziani

17 Luglio 2025



Il progetto “A.S.S.E. – Alimentazione e Sport: Salute ad ogni Età”, iniziativa di respiro regionale promossa da organizzazioni di volontariato, associazioni di promozione sociale e fondazioni del terzo settore, presenta i suoi primi e significativi risultati.

L'appuntamento è fissato per **martedì 22 luglio alle ore 17.00** presso la Sala Tricolore del Comune di Montesilvano.

Il progetto A.S.S.E. nasce dalla sinergia tra **Auser Territoriale Pescara, Auser Circolo Pescara e il Comune di Montesilvano**, in stretta collaborazione con l'**Azienda Speciale per i Servizi Sociali** del Comune di Montesilvano e la sua partecipata **Trisi SSD**.

L'iniziativa risponde al progressivo invecchiamento della popolazione, un fenomeno che impatta significativamente il sistema sociale e sanitario, con gli over 65 che rappresentano una quota

crescente degli abitanti di Pescara e Montesilvano. L'obiettivo primario del progetto è **migliorare la qualità dell'esistenza** degli **anziani**, agendo sul loro stile di comportamento, per accrescere la condizione fisica e mentale, in linea con le raccomandazioni dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) che promuovono **alimentazione sana, attività fisica e uno stile di vita attivo**.

Il progetto ha avviato un percorso strutturato che, partendo da una fase di conoscenza approfondita dei bisogni degli anziani del territorio tramite questionari, **include strategie mirate** per rendere accessibili **percorsi di attività motoria e abitudini alimentari più sane**. Nella fase di realizzazione, saranno attivati servizi concreti quali corsi di ginnastica dolce e tai chi chuan presso il Centro Sportivo Trisi CST, affiancati da gruppi di discussione e seminari sull'alimentazione.

L'iniziativa si propone inoltre di validare e scalare i servizi erogati, garantendo la continuità e la trasferibilità dell'esperienza su larga scala.

L'incontro del 22 luglio sarà l'occasione per **presentare i risultati** di un'**indagine approfondita** sulle **abitudini alimentari** degli **over 60** nel **nostro territorio**.

I relatori includeranno il **professor Giuseppe Filareto**, biologo e nutrizionista e i saluti istituzionali di **Corinna Sandias**, assessore al Sociale del Comune di Montesilvano.

Il progetto A.S.S.E. è rivolto principalmente agli anziani (65-90 anni) della provincia di Pescara, ma i suoi benefici si estendono anche a persone con disabilità, individui in condizioni di disagio economico-sociale e una multi utenza tra i 18 e i 90 anni, con un impatto positivo anche su famiglie e minori. La comunità è invitata a partecipare a questo importante incontro per conoscere le attività del progetto e contribuire attivamente al benessere della popolazione anziana.

Auser:

Auser è un'associazione di volontariato e di promozione sociale che si impegna per l'invecchiamento attivo, la valorizzazione degli anziani e lo sviluppo delle relazioni intergenerazionali. Opera per migliorare la qualità della vita delle persone, promuovendo solidarietà e inclusione sociale.

Centro Sportivo Trisi CST / Trisi SSD:

Trisi SSD è la società partecipata dell'Azienda Speciale per i Servizi Sociali del Comune di Montesilvano, gestore del Centro Sportivo Trisi CST. Il CST è una struttura dedicata alla promozione dell'attività fisica e del benessere, offrendo una varietà di corsi e servizi a favore della comunità.