

VITATTIVA NEWSLETTER



IN QUESTO NUMERO

Verso un benessere totale ... |
Dall'esperienza alla programmazione

Il prossimo futuro |
Obiettivi per il 2008

Anni in Forma |
Un progetto guida

Natale Vitattiva 2007 |
Le Kermesse di Rieti e Veroli

Vitattiva 2007 |
Tutte le attività dell'Associazione

ENTRA NEL MONDO
VitAttiva

Trovi tutte le informazioni
sulla nostra associazione su
www.vitattiva.it

Verso un benessere totale

Dall'esperienza alla programmazione

Abbiamo creduto in un'idea e adesso sono in tanti altri a crederci insieme a noi.

Quando nel 2002 abbiamo fondato l'Associazione Vitattiva sapevamo di dover vincere una scommessa perché nessuno, o quasi, credeva si potesse intervenire nell'ambito della salute e del benessere della Terza Età in modo sistematico e, cosa ancora più importante, con risultati evidenti ed inconfutabili. Oggi, a distanza di soli cinque anni, come dimostrano i numeri del nostro lavoro, il successo del Metodo Vitattiva® è praticamente totale: ovunque la nostra Associazione ha avuto l'opportunità di operare si sono create le basi di un rapporto proficuo, e duraturo nel tempo, con i diversi enti che ne hanno sostenuto l'intervento. La soddisfazione, e l'alto grado di fidelizzazione degli utenti, hanno portato sempre più a trasformare i nostri interventi da occasioni saltuarie di benessere ad una vera programmazione per il mantenimento del proprio stato di salute.

La filosofia del nostro lavoro, dunque, è stata guidata dalla costante ricerca di trasformare le occasioni di prevenzione in un vero metodo preventivo. Un sistema d'intervento, il nostro, organizzato e capillarizzato sul territorio al fine di costituire la prima base, effettivamente verificabile nella regione Lazio, per la futura costituzione di un presidio, di un Polo, dedicato alla salute e al benessere della Terza Età.

Soltanto attraverso la creazione di un Polo di riferimento, in grado di presidiare costantemente il territorio, sarà possibile raggiungere quell'obiettivo di "Benessere totale" che consentirà il

passaggio ad un welfare di tipo preventivo, piuttosto che assistenziale, dove l'impegno economico della comunità si fa più leggero e, allo stesso tempo, più efficace.

Questo è il tipo di obiettivo in cui la nostra Associazione profonderà il maggiore impegno nei prossimi anni.



Alfonso Rossi, Presidente dell'Associazione Vitattiva, ospite di Alessandro Di Pietro a Occhio alla Spesa RAI 1

Il prossimo futuro

Obiettivi per il 2008

Dopo cinque anni di progressiva crescita, gli obiettivi principali della nostra Associazione per il 2008 saranno i seguenti:

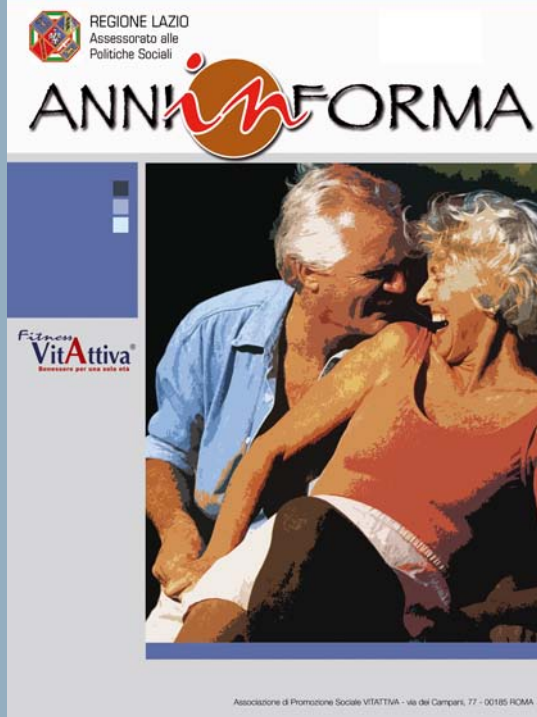
- ♦ consolidare il numero dei Centri in cui operiamo;
- ♦ consolidare il numero di utenti;
- ♦ incrementare il numero e la qualità dei servizi offerti;
- ♦ creare un "Polo" di riferimento sul territorio regionale.

ANNI IN FORMA

Un progetto guida

“Anni in Forma” è stato per tutto il 2007 il progetto guida che ha trovato maggiore applicazione nei Centri e nei Comuni dove ha operato l'Associazione.

Il progetto, fondato su nuovi metodi di attività ludico - motoria, è stato quasi sempre applicato come attività portante sulla quale sono state aggiunte altre attività ricreative, culturali e socializzanti finalizzate sempre, e comunque, al mantenimento del proprio stato di salute e all'innalzamento del grado di benessere degli appartenenti alla Terza Età.



I diversi cicli di lezioni con il Metodo Fitness Vitattiva® sono stati accompagnati da Giornate Benessere specifiche dedicate alle più importanti tematiche che fanno parte della vita quotidiana degli over '60.

Giornata Benessere

Giornate in movimento

Giornate dedicate al movimento del corpo e della mente. Muoversi non solo in palestra, ma anche sul territorio, visitare i luoghi della memoria per conoscere e conoscersi, socializzare con gli altri utenti Vitattiva dei diversi centri della regione, fare attività sportiva soft all'aria aperta, camminare ed educarsi al respiro. Le giornate in movimento sono state attività dedicate al benessere che supera il limite della vita quotidiana.

Giornata Benessere

Giornate insieme

Incontri, manifestazioni, gemellaggi e altre attività ad alta valenza di socializzazione perché muoversi è bene, muoversi insieme è meglio. Il potere benefico della socializzazione al servizio di chi vuole stare bene e in salute.

Giornata Benessere

Giornate della salute

Incontri formativi e seminari tenuti da personale esperto per educare ad un corretto stile di vita. Conoscere per sapere, sapere per fare, questo è il punto di partenza di ogni buon programma di prevenzione. Le giornate della salute sono state delle occasioni per far conoscere ai partecipanti, dei vari centri che vi hanno aderito, gli assunti di base per uno stile di vita che consente un corretto invecchiamento.

Natale Vitattiva 2007

Le Kermesse di Rieti e Veroli

1.500 partecipanti, 35 comuni delle province di Frosinone Rieti, Roma e Viterbo, 10 ore di sport, socializzazione e divertimento; queste le cifre delle “Kermesse Vitattiva 2007”, che il 13 e il 15 dicembre hanno animato i Palazzetti dello Sport delle splendide città di Rieti e Veroli.

Dopo mesi di attività ed iniziative dedicate alla ginnastica dolce, alla salute e al benessere, il popolo Vitattiva, si è riunito, come ormai da tradizione, per l'evento natalizio che l'Associazione dedica a tutti i comuni che sviluppano il percorso “Anni in Forma” per la Terza Età, progetto finanziato dall'Assessorato alle Politiche Sociali della Regione Lazio.

Protagonisti assoluti delle Kermesse sono stati gli atleti over '55 Vitattiva, che hanno dato luogo ad esibizioni e coreografie, rappresentative delle attività svolte nel corso dell'anno, alla presenza del presidente dell'associazione Vitattiva Alfonso Rossi e dei rappresentanti istituzionali dei comuni intervenuti.

Le Kermesse rappresentano l'ennesima iniziativa con la quale l'associazione Vitattiva vuole testimoniare la vitalità e la gioiosa forza dinamica dei cittadini over '55; cittadini che, lungi dall'aver aderito ad uno stile di vita appartato e sedentario, desiderano esprimere tutta la propria voglia di comunicazione, di socializzazione e di partecipazione alla vita delle nostre comunità.





VITATTIVA 2007

Tutte le attività dell'Associazione

Altri progetti dedicati alla Terza Età, nel corso del 2007, sono stati realizzati dalla nostra Associazione, sia nel campo del benessere, sia in campi più squisitamente sociali, e comunque sempre rivolti all'innalzamento della qualità della vita dei cosiddetti "Over".

L'Associazione inoltre, in partnership con la Coop. Sociale PEGASO, ha dato il proprio contributo anche in progetti rivolti ai giovani, soprattutto nel settore della prevenzione delle devianze.

Terza Età

Navigo anch'io

Percorsi formativi di alfabetizzazione informatica, presso i Centri Anziani, per favorire la conoscenza e l'utilizzo delle tecnologie informatiche nelle persone in età avanzata.

Facile

Progetto per l'implementazione di punti informativi e relativo utilizzo delle tecnologie comunicative tramite la rete Internet in alcuni Centri Anziani.

Vivere sicuri

Ciclo di conferenze volte alla Salute, Sicurezza e Sostegno per la Terza Età con lo scopo di promuovere un corretto approccio alle problematiche dell'invecchiamento.

Mente & movimento

Attività ludico - motoria che unisce le valenze di forte socializzazione, a quelle specificatamente fisiche, di alcune attività quali il ballo, il teatro e le altre espressioni del corpo.

Ben...Essere Insieme

Programma di attività socio ricreativa destinato ai Centri Anziani nei Comuni del Consorzio AIPES.

Oasi 2007

Gestione delle attività nell'Oasi Benessere Pineto dedicata all'accoglienza estiva degli anziani del Comune di Roma e delle Case di Riposo comunali.

La vita siamo noi

Programma di sostegno e mantenimento del proprio stato di autosufficienza fisica negli anziani ospiti delle case di Riposo del comune di Roma.

Giovani

Stare insieme

Centro di prevenzione della devianza giovanile, rivolto ai bambini, nell'ambito delle direttive della Legge 285/97.

All together

Centro di prevenzione della devianza giovanile, dedicato ai ragazzi,

nell'ambito del Quadro di Sostegno Cittadino del Comune di Roma.

Altri progetti

Vivere senza peso

Progetto per la prevenzione dell'obesità e dei possibili danni di una condotta di vita sedentaria.

Time out

Progetto per favorire le attività d'integrazione tra anziani e nuove generazioni.

Anni in rete

Progetto per la messa in rete, attraverso Internet, dei Centri anziani della regione Lazio.

I paesi della salute

Indagine sulla qualità della vita degli anziani nei centri minori della regione Lazio.

Bullo? No, grazie

Progetto per la prevenzione del bullismo nelle scuole e nei quartieri a rischio devianza.