



COESIONE
ITALIA 21-27
LAZIO



RISORSE CHE GENERANO VALORE



BIBLIOTECA
COMUNALE
FONTE NUOVA



Cofinanziato
dall'Unione europea



REGIONE
LAZIO

COMUNICATO STAMPA

‘ABC - Autonomia, Ben Essere, Cultura per l'invecchiamento attivo’: servizi gratuiti per over 65 autosufficienti con ISEE sotto i 20.000 euro e residenti nel Lazio

A Fonte Nuova una serie di azioni per favorire l'invecchiamento attivo: laboratori artistici, promozione della lettura, attività ludico motorie e assistenza domiciliare personalizzata

Fonte Nuova (Roma), 04 agosto 2025 – La promozione di uno stile di vita sano e della pratica dell'attività motoria, la prevenzione delle condizioni di rischio e della progressione delle patologie tra la popolazione più anziana, sono tra gli obiettivi primari di **‘ABC - Autonomia, Ben Essere, Cultura per l'invecchiamento attivo’**, un progetto ideato e promosso da **CIAO LAB APS**.

Dal 18 agosto al 12 settembre 2025 a Fonte Nuova sono aperte le iscrizioni all'iniziativa gratuita di carattere sociale che offre opportunità per la salute e favorisce nuove occasioni di partecipazione sociale e di solidarietà a tutti i livelli, anche intergenerazionali. Il progetto è destinato agli over 65 autosufficienti, con ISEE inferiore o uguale a 20.000,00 euro, residenti nel Lazio e che vivono da soli nel proprio domicilio.

L'importanza di incentivare la conoscenza di stili di vita "sani" e la pratica di attività motoria in tutte le fasce della popolazione è ampiamente documentata dal mondo scientifico, basti ricordare che la sedentarietà rappresenta, per importanza, il quarto fattore di rischio per le malattie di tipo cardiovascolare e che tali malattie rappresentano circa il 45% di tutte le cause di decesso. In Europa – e in Italia in particolare – la popolazione sta invecchiando rapidamente: negli ultimi vent'anni gli over 65 sono aumentati del 32% e gli ultraottantenni del 5% solo negli ultimi tre anni. Nel Lazio, nel 2023, gli over 65 rappresentano il 23,09% della popolazione, mentre nell'area del progetto sono il 18,35% (dati ISTAT). Se la promozione della salute ha senso e valore per qualunque segmento della popolazione, ancor più ne acquista nel caso della popolazione over 65. Il valore del progetto **“ABC - Autonomia, Ben Essere, Cultura per l'invecchiamento attivo”** risiede proprio nell'intenzione di incentivare la conoscenza e la diffusione di stili di vita “sani” e la pratica di attività motorie tra i cittadini più anziani del Comune di Fonte Nuova.

Da settembre 2025 a giugno 2026, l'iniziativa prevede una serie di attività gratuite di formazione e informazione che si terranno nel Comune di Fonte Nuova tra cui incontri, workshop su alimentazione, cucina e benessere, corsi di attività motoria, attività ricreativo - culturali e azioni di assistenza sociale e sociosanitaria domiciliare integrata, per garantire il massimo livello possibile di autonomia e benessere della persona anziana.

Il programma è consultabile sul sito di CIAO LAB (<https://ciaolab.it/a-b-c-autonomia-benessere-cultura-per-linvecchiamento-attivo/>) mentre tutti gli aggiornamenti della attività in calendario si trovano sulla pagina Facebook di CIAO LAB (<https://www.facebook.com/ciaolabaps>).

Il progetto, organizzato e promosso da **CIAO LAB APS**, Ente di terzo settore con finalità di solidarietà sociale, in partenariato con **OPES APS**, Associazione di Promozione Sociale, Ente di Servizio Civile Universale, Ente di Promozione Sportiva riconosciuto da CONI e CIP, e **COTRAD ONLUS** Cooperativa Sociale, è realizzato con il contributo della **Regione Lazio - Direzione regionale Istruzione, Formazione e Politiche per l'Occupazione**, nell'ambito dell'Avviso Pubblico “Insieme per fare”.

L'iniziativa gode del patrocinio gratuito del Comune di Fonte Nuova.

Iscrizioni aperte dal 18 agosto al 12 settembre 2025

con orario: lunedì 9.00-12.30; giovedì 15.00-16.30

Palazzo del Comune - Segretariato Sociale

Via Niccolò Machiavelli, 1 – Primo Piano

Fonte Nuova (Roma)

Per informazioni:

segretariatosociale@fonte-nuova.it | telefono 06/905522440

APS CIAO LAB - Cell. + 39 392.2512881 - E-mail: staff.ciaolab@gmail.com