

IN SALUTE CON STILE

Un modello territoriale per la longevità attiva e
l'inclusione



Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ASST Melegnano e Martesana



OBIETTIVI

- ☐ Promuovere i servizi della Casa di Comunità
- ☐ Favorire il benessere psico-fisico e sociale
- ☐ Incrementare la consapevolezza dei fattori di rischio
- ☐ Rafforzare l'autonomia degli anziani



DESTINATARI

Persone over 65, autonome o con lievi fragilità, che desiderano mantenere benessere, autonomia e partecipazione attiva alla vita della comunità.



Incontri di prossimità realizzati nei luoghi di incontro della comunità

SVILUPPO DEL PROGETTO

➤ *Dalla sperimentazione al modello territoriale*

2024/2025

- Rozzano
- Binasco

2025/2026

- Opera
- Zibido San Giacomo
- Noviglio
- Vernate

2027

- Locate di Triulzi
- Pieve Emanuele



OBIETTIVO

Coinvolgere progressivamente tutti gli 11 Comuni del Distretto Visconteo

GLI ELEMENTI DISTINTIVE DEL MODELLO TERRITORIALE

Prossimità

Porta i servizi sanitari e sociosanitari direttamente nei luoghi frequentati dagli anziani, favorendo accessibilità, partecipazione, fiducia.

Prevenzione

Promuove corretti stili di vita, movimento, sicurezza e consapevolezza dei principali fattori di rischio

Replicabilità

Modello progressivamente esteso nel Distretto Visconteo e potenzialmente trasferibile ad altri contesti territoriali

Multidisciplinarietà

Coinvolge professionisti sanitari, sociali ed istituzionali per rispondere ai bisogni della popolazione anziana in modo integrato

Inclusione sociale

Favorisce socializzazione, partecipazione attiva, e contrasto all'isolamento attraverso attività di gruppo e spazi di confronto.

La nostra visione

La Casa di Comunità incontra i cittadini nei luoghi che frequentano abitualmente, trasformando la prossimità in opportunità di salute, inclusione sociale e longevità attiva.

IN SALUTE CON STILE

Il percorso educativo e di promozione della salute

Incontro e contenuti	Professionisti	Metodologia
1° incontro: Alla scoperta della Casa della Comunità • Presentazione dei Servizi della Casa di Comunità • Punto Unico di Accesso (PUA) • Scelta e revoca del medico • Aderenza terapeutica e monitoraggio delle patologie croniche	• Infermiere di Famiglia e Comunità (IFeC) • Assistente Sociale della Casa di Comunità • Psicologa di Comunità • Operatore amministrativo area Scelta Revoca	• Card tematiche • Quiz interattivi • Raccolta dei bisogni
2° incontro: Vivere bene con stili di vita sani • Alimentazione e salute • Prevenzione delle patologie croniche • Corretti stili di vita • Importanza delle vaccinazioni e antibiotico-resistenza	• Infermiere di Famiglia e Comunità (IFeC) • Medico di Assistenza Primaria • Dietista	• Piramide alimentare • Gioco dell'oca • Discussione guidata
3° incontro: Non ti fermare: l'importanza del movimento • Attività fisica e benessere • Gruppi di cammino • Prevenzione delle cadute • Riconoscimento dei principali fattori di rischio	• Infermiere di Famiglia e Comunità (IFeC) • Fisioterapista delle Cure Domiciliari	• Simulazioni di rischio domestico • Esercitazioni pratiche • Promozione dei gruppi di cammino
4° incontro: Vivere bene a ogni età • Benessere e qualità di vita nella terza età • Riconoscimento precoce delle situazioni di fragilità • Strategie e buone pratiche per l'invecchiamento attivo • Campanelli d'allarme del deterioramento cognitivo	• Psicologa di Comunità • Assistente Sociale della Casa di Comunità	• Carte Dixit • Confronto guidato • Attività di gruppo • Discussione partecipata

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ASST Melegnano e Martesana



RISULTATI ED IMPATTO DEL PROGETTO

📌 CHI HA PARTECIPATO

- 74 partecipanti
- Prevalentemente donne
- Età media: 76,85 anni
- 5 Comuni coinvolti: Rozzano, Binasco, Opera, Zibido San Giacomo, Noviglio

📌 COSA CI HANNO DETTO

- Disponibilità operatori: **4,82/5**
- Chiarezza contenuti: **4,76/5**
- Interesse per futuri incontri: **4,82/5**

📌 COSA ABBIAMO IMPARATO

- Gli interventi di prossimità **funzionano** soprattutto se **integrati con altri professionisti ed enti del terzo settore**
- La partecipazione attiva **rafforza benessere e comunità**
- Aiuta a **ridurre l'isolamento** degli anziani
- Necessario migliorare i **materiali informativi** per renderli più utili e accessibili

