

## Il Varesotto esempio europeo per l'invecchiamento attivo. Con Erasmus+ scambio coi portoghesi

**Pubblicato:** Martedì 9 Luglio 2024



Entrano nel vivo le attività del progetto europeo **“More and Better Years”**, finanziato dal programma Erasmus+, volto a promuovere lo scambio metodologico nel campo sportivo con adulti e anziani. Questo progetto vede la collaborazione tra l'associazione **Stare Bene Insieme aps** e la **Municipalità di Vila Nova de Famalicão**, con l'obiettivo di condividere **strategie efficaci per l'invecchiamento attivo della popolazione europea**, con particolare attenzione all'Italia e al Portogallo.

### Promuovere l'Invecchiamento Attivo

Il progetto “More and Better Years” mira a sostenere le persone anziane nei loro bisogni in evoluzione, creando momenti di scambio culturale e sociale e promuovendo la collaborazione attraverso prassi e attività sperimentate nei vari paesi del Sud Europa. In un continente come l'Europa, caratterizzato da un progressivo invecchiamento della popolazione e da una crisi di natalità, diventa cruciale trovare risposte condivise per migliorare la qualità della vita degli anziani.

### Incontri e Collaborazioni

Il progetto prevede diverse visite di istruttori e volontari. In questi giorni, i rappresentanti di Vila Nova de Famalicão saranno a Busto Arsizio, seguiti da un altro incontro dal 9 al 13 settembre. Dal 22 al 26 settembre, sarà invece il turno degli operatori e volontari di Stare Bene Insieme aps di recarsi in

Portogallo per osservare e comprendere l'organizzazione e le attività portoghesi.

**Pedro Oliveira**, assessore allo sport, cultura e associazionismo, e l'ambasciatore Erasmus+, **Abrao Costa**, hanno partecipato attivamente all'attività di scambio di prassi, lavorando a stretto contatto con **Stefano Bottelli**, direttore esecutivo di Stare Bene Insieme Aps.



## Un Modello di Successo tra Varesotto e Alto Milanese

Una delle esperienze di successo condivise durante il progetto è “Una palestra a cielo aperto” gestita da Csk Busto Arsizio, attualmente diffusa in sei diverse località tra il Basso Varesotto e l’alto Milanese (Busto Arsizio, Mornago, Cassano Magnago, Busto Garolfo e il Consorzio Parco Alto Milanese). Questo modello ha l’obiettivo di stimolare l’invecchiamento attivo e consapevole, contrastando fenomeni come la depressione e l’isolamento sociale.

## L’invecchiamento della popolazione come tema europeo

Attraverso queste iniziative, il progetto “More and Better Years” non solo promuove il benessere fisico e mentale degli anziani, ma rafforza anche i legami comunitari e la cooperazione internazionale, dimostrando l’importanza di lavorare insieme per affrontare le sfide demografiche comuni.

Per maggiori informazioni sul progetto e sulle attività future, è possibile contattare Stare Bene Insieme aps e seguire gli aggiornamenti sul sito ufficiale di Erasmus+.

Redazione VareseNews  
redazione@varesenews.it

