



PIANO per L'INVECCHIAMENTO ATTIVO

CITTÀ METROPOLITANA DI CAGLIARI





PIANO per
L'INVECCHIAMENTO
ATTIVO

CITTÀ METROPOLITANA DI CAGLIARI



Sindaco metropolitano **Massimo Zedda**
Consigliere con delega alla pianificazione **Stefano Atzori**
Direttore Generale **Alessandro Sanna**
Dirigente Settore Pianificazione e Sviluppo Locale **Paolo Mereu**
Responsabile del Servizio Pianificazione e Vas **Isabella Ligia**

Gruppo di lavoro Città Metropolitana Cagliari:
Maria Federica Cicalò
Nicoletta Guarini
Fosca Vargiu

Assistenza tecnica esterna
SITA srl
Giuseppe Frau
Francesco Cocco
Grazia Giulia Cocina
Alessandro Zedda
Samuele Verucchi

Progetto grafico
Alessandro Congiu

Indice

4.	Indice	
9.	Premessa	
6.		
10.	1. VISIONE	
11.	1.1	Invecchiamento attivo e Longevità
14.	1.2	Contesto normativo
14.	1.2.1	Quadro normativo internazionale
15.	1.2.2	Quadro normativo europeo
16.	1.2.3	Quadro normativo italiano
19.	1.3	Documenti di riferimento e iniziative per l'invecchiamento attivo
19.	1.3.1	Riferimenti internazionali
22.	1.3.2	Contesto italiano
23.	1.3.3	Contesto regione Sardegna
26.	1.3.4	Documenti e iniziative della Città Metropolitana
28.	2. CONTESTO	
29.	2.1	Invecchiare nella Città Metropolitana di Cagliari
31.	2.2	Le persone anziane
35.	2.3	La necessità di un Piano per l'Invecchiamento Attivo
37.	2.4	Metodologia del Piano
41.	2.5	Ruolo di indirizzo della Città Metropolitana e ruolo operativo dei singoli comuni
44.	3. STRATEGIA	
45.	3.1	Introduzione
47.	3.2	Approccio metodologico
47.	3.2.1	Dal "cosa" al "come"
48.	3.2.2	Informare per aumentare consapevolezza
49.	3.2.3	Agire su alcune leve di cambiamento
50.	3.2.4	Le priorità

52.	4. LINEE DI INDIRIZZO				
53.	4.1	Le sfide da affrontare			
55.	4.2	Assi strategici			
57.	4.2.1	Promozione della salute e del benessere			
62.	4.2.2	Contrasto alle discriminazioni (ageismo) e promozione dell' <i>empowerment</i> personale			
65.	4.2.3	Relazioni intergenerazionali e contrasto all'isolamento sociale			
70.	4.2.4	Partecipazione attiva civica e sociale			
73.	4.2.5	Ambienti favorevoli alla salute: spazi ed edifici pubblici, spazi abitativi, mobilità			
78.	4.2.6	Apprendimento continuo			
84.	5. PROGETTI				
85.	5.1	Dagli assi strategici alle proposte progettuali			
86.	5.2	Progetti su assi strategici			
87.	5.2.1	ASSE 1 - Promozione della salute e del benessere			
87.	5.2.1.1	Dire, fare, mangiare			
88.	5.2.1.2	L'importanza dei comportamenti			
89.	5.2.1.3	Attività fisica per tutte le età			
91.	5.2.2	ASSE 2 - Contrasto alle discriminazioni (ageismo) e promozione dell' <i>empowerment</i> personale			
91.	5.2.2.1	<i>Reverse mentoring</i>			
92.	5.2.2.2	Contrasto all'ageismo			
94.	5.2.2.3	Educazione finanziaria			
96.	5.2.2.4	Sportello tutela dei diritti ed <i>empowerment</i>			
98.	5.2.3	ASSE 3 - Relazioni intergenerazionali e contrasto all'isolamento sociale			
99.	5.2.3.1	Restiamo connessi			
99.	5.2.3.2	Sentinelle di comunità			
100.	5.2.3.3	Tandem linguistici			
101.	5.2.3.4	Cultura, arte e sport tra generazioni			
102.	5.2.3.5	<i>Podcast</i>			
104.	5.2.4	ASSE 4 - Partecipazione attiva, civica e sociale			
104.	5.2.4.1	Consulta Metropolitana Intergenerazionale			
105.	5.2.4.2	Cantieri di partecipazione			
106.	5.2.4.3	Patti di quartiere			
106.	5.2.4.4	<i>Senior Watch</i>			
107.	5.2.5	ASSE 5 - Ambienti favorevoli alla salute: Spazi ed edifici pubblici, spazi abitativi, mobilità			
108.	5.2.5.1	Case accessibili e confortevoli			
109.	5.2.5.2	<i>Hub</i> di comunità			
109.	5.2.5.3	Centro d'incontro "Officina della Memoria"			
110.	5.2.5.4	Rifugi climatici			
112.	5.2.5.5	Mappatura luoghi <i>age friendly</i>			
114.	5.2.5.6	Agenzia sociale - abitare sociale e collaborativo			
116.	5.2.6	ASSE 6 - Apprendimento continuo			
117.	5.2.6.1	Adesione al <i>Network</i> UNESCO delle <i>Lifelong Learning Cities</i>			
117.	5.2.6.2	Scuola per l'apprendimento permanente intergenerazionale			
118.	5.2.6.3	Alfabetizzazione digitale			
120.	5.3	Progetti del Piano Strategico da riorientare verso l'invecchiamento attivo e la longevità			
126.	6. GOVERNANCE				
127.	6.1	Percorsi per la governance			
128.	6.2	Impatto e ricadute locali			
129.	6.3	Livelli della governance			
131.	6.4	Tipologia e modello della governance			
132.	6.5	Tipologia organizzativa della governance			
132.	6.5.1	Organizzazione della governance istituzionale			
133.	6.5.2	Organizzazione della governance amministrativa			
133.	6.5.3	Organizzazione della governance partenariale			

Premessa

L'aumento dell'aspettativa di vita e la trasformazione delle strutture demografiche pongono sfide e opportunità senza precedenti per le città e i territori. Governare una società più longeva significa ripensare i modelli di sviluppo, promuovendo politiche e interventi capaci di garantire benessere, inclusione e sostenibilità per tutte le fasce d'età. In questo contesto, il presente Piano si propone come uno strumento strategico per affrontare la transizione demografica in modo consapevole e proattivo, integrandola nei processi di pianificazione e programmazione territoriale.

Il Piano per l'Invecchiamento Attivo della Città Metropolitana di Cagliari è stato sviluppato attraverso due fasi operative strettamente interconnesse e complementari.

La prima fase ha riguardato un'approfondita indagine conoscitiva finalizzata alla raccolta di informazioni e dati normativi e di contesto a livello internazionale, nazionale e, soprattutto, locale. In particolare, l'analisi a livello locale ha considerato la struttura demografica della Città Metropolitana, le caratteristiche dell'invecchiamento della popolazione nei diversi ambiti territoriali e una mappatura delle iniziative già attive sul territorio. Questo lavoro ha permesso di costruire una base conoscitiva solida, essenziale per orientare le scelte successive, identificando sia criticità che potenzialità, con l'obiettivo di affrontare in modo efficace la transizione demografica.

La seconda fase si è concentrata sulla definizione del Piano, della sua struttura e della sua coerenza con il contesto. Partendo da una visione complessiva della transizione demografica in atto, sono stati individuati gli obiettivi strategici e le azioni operative necessarie per tradurre le evidenze raccolte in interventi concreti e mirati. In questa fase sono stati anche definiti progetti specifici, elaborando proposte attuabili che rispondessero in modo efficace alle necessità individuate. Questo processo ha consentito di delineare un quadro organico di interventi, garantendo coerenza tra analisi, strategia e operatività.



Capitolo 1

Visione

1.1 Invecchiamento attivo e longevità

Le organizzazioni politiche internazionali hanno affrontato il fenomeno dell'invecchiamento demografico promuovendo l'approccio dell'invecchiamento attivo e della solidarietà tra le generazioni, incoraggiando gli Stati ad adottare principi e raccomandazioni in continuo aggiornamento. La definizione di invecchiamento attivo, così come formulata dall'Organizzazione Mondiale della Sanità nel 2002, è la seguente: *"Il processo di ottimizzazione delle opportunità di salute, partecipazione e sicurezza al fine di migliorare la qualità della vita delle persone anziane"*.

L'invecchiamento attivo è un processo che coinvolge anziani, famiglie e società nelle loro dinamiche quotidiane. Questo concetto si concentra principalmente sulla "persona", alla quale la famiglia e la società devono garantire opportunità di salute, partecipazione e sicurezza, considerando l'individuo nella sua interezza. Negli ultimi decenni, gli organismi internazionali hanno fornito principi e raccomandazioni per affrontare tutti gli aspetti della vita degli anziani. Questi principi mirano a sostenere le aspirazioni, i desideri e le attitudini degli anziani, promuovendo un ruolo attivo e significativo nella società.

Fig. 1.1 Tabella rappresentativa dell'Indice di Invecchiamento attivo (Active Age Index) proposta dall'Unione Europea nell'Anno dell'Invecchiamento Attivo e della solidarietà tra le generazioni (2012) per la sperimentazione <https://unece.org/population/active-ageing-index>

Indice di Invecchiamento Attivo			
L'Indice di Invecchiamento Attivo (Active Ageing Index - AAI) è uno strumento per misurare le potenzialità della popolazione anziana di invecchiare attivamente e in salute nei vari Paesi. Misura il grado in cui le persone anziane conducono una vita indipendente, partecipano al mercato del lavoro e alle attività sociali, nonché la loro capacità di mantenersi attive.			
Occupazione	Partecipazione nella Società	Vita Indipendente, in Salute e in Sicurezza	Capacità e Fattori Ambientali per l'Invecchiamento Attivo
Tasso di occupazione 55-59	Attività di volontariato	Esercizio fisico	Speranza di vita a 55 anni
Tasso di occupazione 60-64	Cura di figli e nipoti	Accesso ai servizi sanitari	Quota della speranza di vita a 55 anni in buona salute
Tasso di occupazione 65-69	Assistenza a persone anziane	Vita indipendente	Benessere mentale
Tasso di occupazione 70-74	Partecipazione politica	Sicurezza finanziaria (tre indicatori)	Uso di Internet
		Incolmunità fisica	Rapporti sociali
		Apprendimento permanente	Grado di istruzione
Esperienze concrete di invecchiamento attivo			Capacità di invecchiare attivamente

Il quadro degli Indicatori di Invecchiamento Attivo (*Active Ageing Index*), suddiviso in domini quali occupazione, partecipazione sociale, vita indipendente, salute e sicurezza, e ambiente, mette in luce gli aspetti multidimensionali dell'invecchiamento attivo.

Questi indicatori, utilizzati nella sperimentazione in corso anche in Italia con partner internazionali come la UNECE e la Commissione Europea, mirano a identificare e promuovere le diverse dimensioni che contribuiscono a un invecchiamento attivo.

Il paradigma della persona come "soggetto" attivo è stato adottato per contrastare il paradigma della persona "oggetto" inattivo, storicamente diffuso. La consapevolezza collettiva riguardo all'invecchiamento progressivo della popolazione si è evoluta, orientandosi verso una società sempre più longeva.

L'approccio alla longevità è diventato più adatto a esprimere un cambiamento di prospettiva: guardare all'importanza della persona anziana nell'intera comunità e considerare la longevità come un'opportunità, con un approccio orientato all'intero corso della vita.

Le persone anziane, dopo i 65 anni, hanno una speranza di vita di circa 20 anni, che rappresenta così un quarto della loro vita totale. È quindi necessario dare senso e valore a questi anni, mantenendo queste persone in buona salute, considerandole parte attiva della società e promuovendo la loro partecipazione. Questo implica riconoscere il valore che loro apportano alla comunità, dalle relazioni sociali, alla creazione e al mantenimento delle reti primarie di consumo, senza tralasciare il patrimonio di conoscenze e competenze che sono capaci di trasferire alle generazioni successive.

La sorpresa e la preoccupazione iniziali riguardo al fenomeno dell'invecchiamento demografico si sono trasformate in un'opportunità sociale: la longevità, da problema, è diventata una risorsa e un'opportunità.

Pubblicato nel 2021 da Andy Scott, professore alla *London Business School*, l'articolo "*The Longevity Society*" segna la transizione da una società che invecchia verso quella della longevità enfatizzando il passaggio da una prospettiva di "*healthy aging*" a una di "*healthy longevity*".

Nonostante la sua estensione di poco più di sei pagine, l'articolo riveste un significato storico fondamentale, in quanto sintetizza oltre vent'anni di analisi e ricerche e delinea con straordinaria chiarezza le opportunità offerte da questa transizione.

Una componente essenziale della società della longevità è l'attenzione non solo al supporto degli anziani, ma anche alla promozione di azioni e interventi lungo l'intero arco della vita, senza dover attendere l'invecchiamento per agire.

È necessario sviluppare strategie multidimensionali e intersettoriali che comprendano gli ambiti politico, economico, culturale e sociale per gestire efficacemente questa "transizione". È fondamentale con-

centrarsi principalmente sul concetto di salute: non basta semplicemente prolungare l'aspettativa di vita, ma è essenziale promuovere un invecchiamento in salute, che sia coltivato in tutte le fasi della vita, garantendo così che si possa raggiungere un'età avanzata mantenendo vitalità e benessere.

La società longeva richiama quindi alla necessità di ripensare l'intero arco della vita. Con il prolungamento del futuro, diventa evidente che è essenziale una pianificazione. L'invecchiamento attivo non perde il suo significato originario, ma assume una connotazione più significativa in quanto si estende su un periodo temporale più ampio. Navigare tra le diverse fasi della vita in modo attivo e in salute rappresenta l'obiettivo da perseguire. Pertanto è cruciale preparare la longevità in salute sin dalle prime fasi della vita.

La società della longevità porta a riflettere anche sulle dinamiche intergenerazionali, sull'interazione e sulla necessità di solidarietà reciproca. L'incontro e la convivenza tra generazioni diventano cruciali per una società che mira a mantenere la sua coesione sociale in un'ottica di sostenibilità. Questo implica uno sguardo ampio e inclusivo, che non si limita alla sola popolazione anziana (*over 65* o *over 75*), ma considera in modo olistico la longevità intergenerazionale.

Un elemento essenziale per affrontare la longevità è il cambiamento della narrazione intorno alle persone anziane. Persistono ancora rappresentazioni che associano l'età anziana esclusivamente a concetti di fragilità e vulnerabilità, soprattutto dal punto di vista sanitario, enfatizzando il bisogno consequenziale di assistenza e cura. L'esperienza condivisa durante la pandemia da Covid-19 ha messo in luce come, in situazioni di emergenza diffusa, i diritti individuali e collettivi delle persone anziane siano stati spesso ridotti al solo tema della "fragilità sanitaria", trascurando gli aspetti psico-sociali e le aspirazioni personali.

Nei nuovi contesti sociali legati alla longevità, le persone anziane possono invece progredire ulteriormente nella propria autodeterminazione come individui attivi. Possono mantenere la libertà di gestire la propria vita economica, lavorativa, di svago e tempo libero, purché mantengano uno stato di salute, autonomia e indipendenza da terzi. Sono individui desiderosi e capaci di contribuire al valore collettivo.

Guardare all'invecchiamento attivo nella prospettiva della longevità implica adottare una visione della vita in fasi interconnesse e circolari, piuttosto che lineari e settoriali come finora considerato. Le tradizionali fasi di istruzione, produttività-lavoro e pensionamento-inattività vanno riconsiderate, poiché dopo il pensionamento si apre una nuova fase che potremmo definire di formazione, lavoro e attività continua.

Tale approccio porta inevitabilmente a promuovere l'istruzione continua e la formazione permanente, a sostenere forme di lavoro più flessibili e durature nel tempo, e adottare un approccio al pensionamento che non

sia definitivo ma flessibile.

Con questi cambiamenti nelle fasi della vita, si modificano anche i sistemi di ruoli e le motivazioni delle persone nel lungo termine, nonché i comportamenti interazionali.

Quanto detto sino ad ora rappresenta una innovazione culturale e sociale profonda, che richiede adattamenti nelle politiche pubbliche, con implicazioni significative per la convivenza sociale e per gli ambienti di vita reali: dalle dinamiche familiari e sociali a quelle urbane e di coesione più ampie.



1.2 Contesto normativo

1.2.1 Quadro normativo internazionale

Le seguenti analisi sono state riprese dal documento redatto dall'Istituto Nazionale di Riposo e Cura per Anziani (INRCA) dal titolo "Le politiche per l'invecchiamento attivo in Italia Rapporto sullo stato dell'arte", su mandato del Dipartimento per le Politiche della Famiglia della Presidenza del Consiglio dei Ministri.

Il riconoscimento dell'invecchiamento attivo come diritto umano trova fondamenti giuridici internazionali nella Dichiarazione Universale dei diritti dell'Uomo adottata dall'Assemblea Generale delle Nazioni Unite (ONU) il 16 dicembre 1966 ed è rintracciabile nella Convenzione Internazionale sui Diritti Economici, Sociali e Culturali, ratificato dall'Italia e reso esecutivo con Legge 25 ottobre 1977, n. 881.

Negli anni successivi, l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) e l'ONU, a più riprese, hanno esortato gli Stati Membri a predisporre uno strumento giuridico internazionale vincolante per l'affermazione e la tutela dei diritti umani delle persone anziane.

Da più parti si è d'accordo che i diritti umani siano interdipendenti, indivisibili e universali e perciò ascritti ad ogni singola persona, a prescindere dalle sue caratteristiche, compresa l'età. Ciò nonostante, l'attuale quadro normativo internazionale è insufficiente a garantire il godimento del di-

ritto a invecchiare attivamente, fondamentale per le persone anziane, da tutelare a prescindere da discriminazioni basate su condizioni personali e dunque anche sull'età.

L'approccio attuale appare quindi più orientato allo sviluppo del processo di invecchiamento attivo che del riconoscimento dei diritti. Negli anni sono state proposte infatti strategie globali, linee guida, raccomandazioni e piani di azione in materia di invecchiamento e salute.

Nel Piano d'azione di Madrid sull'invecchiamento (MIPAA, 2002) viene affermato lo spostamento da una visione di politiche basate sui bisogni di individui considerati sostanzialmente passivi ricettori di cura e assistenza, a una finalizzata al rispetto dei diritti e al raggiungimento delle pari opportunità.

La "Global strategy and action plan on ageing and health 2016-2020", approvata dall'Assemblea Mondiale della Salute, rappresenta un importante documento che integra le linee guida per una risposta globale all'invecchiamento con gli obiettivi della Strategia per lo Sviluppo Sostenibile adottata dall'Assemblea Generale delle Nazioni Unite il 25 settembre 2015. Questo piano d'azione riconosce chiaramente l'importanza dell'invecchiamento in almeno 15 dei 17 Obiettivi per lo Sviluppo Sostenibile.

La Risoluzione 2018 del Consiglio Economico e Sociale ha sottolineato l'importanza di mantenere una costante attenzione all'invecchiamento all'interno delle politiche pubbliche, invitando gli Stati Membri a integrare tale prospettiva nei vari contesti di policy. Questo impegno include la tutela dei diritti umani delle persone anziane e la promozione della loro piena integrazione sociale, con particolare attenzione alla prevenzione della discriminazione, inclusa la prospettiva di genere.

Il Consiglio Economico e Sociale ha concluso il terzo ciclo di valutazione sullo stato di avanzamento del Madrid International *Plan of Action on Ageing (MIPAA)*, ribadendo agli Stati Membri la necessità di considerare l'invecchiamento come una priorità nelle loro politiche nazionali. Lo stesso Consiglio ha anche chiesto al Segretario Generale delle Nazioni Unite di attuare i risultati della valutazione del MIPAA, focalizzando l'attenzione sulla relazione tra lo sviluppo, le politiche sociali e i diritti umani delle persone anziane.

Questo impegno riflette l'importanza riconosciuta a livello internazionale nel garantire che le politiche pubbliche siano inclusive e rispettose dei diritti delle persone anziane, contribuendo così a una società più equa, solidale e sostenibile per tutte le età.

1.2.2 Quadro normativo europeo

In tutti questi anni, l'Unione Europea (UE) ha contribuito all'evoluzione del concetto dell'invecchiamento attivo come diritto umano.

Il Trattato di Lisbona, che conferisce nuovi poteri legislativi al Parlamento europeo, sul versante strettamente giuridico, ha ricompreso a pieno titolo la Carta Europea dei Diritti Fondamentali nel quadro della legislazione comunitaria. All'interno della Carta si proibisce la discriminazione in base all'età e si riconosce agli anziani il diritto di vivere una vita dignitosa

e indipendente e di partecipare alla vita sociale e culturale della propria comunità.

Il funzionamento dell'Unione Europea, non prevedendo la possibilità di adottare interventi legislativi propri ma solo di stimolare gli Stati Membri ad adottare i propri atti nel merito, depotenzia in parte il valore giuridico della Carta facendo sì che la legislazione antidiscriminatoria comunitaria si sia sinora limitata sostanzialmente all'ambito del lavoro.

Alcuni passi avanti sono stati fatti con la Dichiarazione conclusiva dell'Anno Europeo per l'Invecchiamento Attivo e la Solidarietà tra le Generazioni (*Council of the European Union, 2012*), e lo sviluppo dell'Indice di Invecchiamento Attivo (*Active Ageing Index - AAI*), voluto dalla Commissione Europea e Commissione Economica per l'Europa delle Nazioni Unite (*United Nations Economic Commission for Europe - UNECE*), al fine di poter misurare il livello di invecchiamento attivo in un dato contesto geografico in base a una serie di indicatori selezionati.

La proclamazione del Pilastro Europeo dei Diritti Sociali (Parlamento Europeo, Consiglio Europeo, Commissione europea, 2017) rappresenta un ulteriore passo politico forte anche nella direzione dell'affermazione dei diritti delle persone anziane, nonostante continui a mostrare una debolezza intrinseca, derivata dalla sua natura non legalmente vincolante.

Nel 2018 l'Agenzia dell'Unione Europea per i Diritti Fondamentali (*European Union Agency for Fundamental Rights - FRA*), in un proprio rapporto, riconosce il passaggio in corso da un approccio propenso a descrivere gli anziani come portatori di bisogni e necessitati a ricevere protezione (welfare care-oriented) a uno caratterizzato dall'accento posto sui diritti e sul concetto di invecchiamento attivo. In questo quadro la FRA esorta le istituzioni comunitarie e gli Stati Membri a proseguire sul cammino dell'adozione della "direttiva orizzontale" e a rafforzare l'importanza dei Fondi europei per il supporto all'implementazione di politiche e interventi per le persone anziane basate sui diritti umani.

Nella prospettiva dell'approccio ai diritti umani (*human rights based*), in mancanza di uno strumento giuridico internazionale vincolante, il tema della tutela dei diritti delle persone anziane non è ancora entrato nell'ambito di attività di coordinamento per i diversi trattati internazionali del Comitato Interministeriale per i Diritti Umani (CIDU), che dal 1978 ha il compito di coordinare l'azione governativa in riferimento agli obblighi previsti dagli accordi internazionali sui Diritti Umani, cui l'Italia aderisce (Ministero degli Affari Esteri e della Cooperazione Internazionale, CIDU, 2019).

1.2.3 Quadro normativo italiano

Il contesto giuridico italiano è quello della Costituzione che garantisce ai cittadini il rispetto della dignità umana, libertà e uguaglianza, direttamente correlato alla garanzia e al rispetto effettivo dei diritti fondamentali

di cui agli artt. 2,3,32 (diritto alla salute, istruzione, partecipazione alla vita democratica e sociale, ecc.).

Secondo i criteri di riparto delle competenze legislative tra Stato e Regioni, ex art. 117 Cost., il tema dell'invecchiamento attivo e della solidarietà tra le generazioni rientra in diverse materie oggetto della potestà legislativa statale e regionale – esclusiva e concorrente –, talvolta determinando conseguenti criticità nella precisa individuazione dell'effettiva responsabilità. In ambito statale, il nodo irrisolto della mancata regolamentazione vede i diversi ministeri occuparsi in maniera settoriale di alcuni aspetti con diversi approcci e interventi rilevanti (espliciti o impliciti) rispetto al tema dell'invecchiamento attivo.

Più recentemente è stato introdotto nel quadro normativo generale, un decreto attuativo della Legge 33/23 "Deleghe al Governo in materia di politiche in favore delle persone anziane". La bozza, nella premessa, fa riferimento ai diritti costituzionali sopracitati (Artt. 2, 3, 32), come anche all'articolo 25 della Carta dei diritti fondamentali dell'Unione europea.

Per la prima volta si assiste ad una serie di manifestazioni di interesse istituzionale ed europeo a voler intervenire, rispetto alla persona anziana, in termini di "invecchiamento attivo".

A livello europeo si cita il Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza (PNRR) dell'Italia e soprattutto alla Missione 1 (Digitalizzazione, innovazione, competitività, cultura e turismo), Missione 5 (Inclusione e coesione), Missione 6 (Salute) nella sua Componente 1 (Reti di prossimità, strutture e telemedicina per l'assistenza sanitaria territoriale), Investimento 1.2 – (Casa come primo luogo di cura, assistenza domiciliare e telemedicina) e Sub-investimento 1.2.3 (Telemedicina per un migliore supporto ai pazienti cronici).

Il Decreto inoltre tiene conto:

- delle linee guida «*Integrated Care for Older People*» dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, pubblicate nell'anno 2017;
- del Piano di azione sulla vecchiaia in salute 2021-2030 - «*Decade of Healthy Aging: Plan for Action 2021-2030*», adottato con risoluzione dell'Assemblea generale dell'Organizzazione delle Nazioni Unite dell'8 dicembre 2020.

Il Decreto, benché non propriamente teso a normare tutto il processo dell'invecchiamento attivo, contiene disposizioni volte a promuovere la dignità e l'autonomia, l'inclusione sociale, la prevenzione della fragilità della popolazione anziana, il contrasto all'isolamento e alla deprivazione relazionale e affettiva, la coabitazione solidale domiciliare per le persone anziane (*senior cohousing*) e la coabitazione intergenerazionale (*cohousing intergenerazionale*), lo sviluppo di forme di turismo del benessere e di turismo lento.

Con esso è demandato al Comitato interministeriale per le politiche in favore della popolazione anziana (CIPA), appositamente istituito, il compito di indicare, nel Piano nazionale per l'invecchiamento attivo, l'inclusione sociale e la prevenzione delle fragilità nella popolazione anziana, i criteri generali per l'elaborazione dei progetti di promozione della salute e dell'invecchiamento attivo, degli interventi di prevenzione della fragilità e dell'esclusione sociale e civile, nonché dei servizi di carattere sociale, sanitario o sociosanitario, da attuare a livello regionale e locale". (Capo I, art.3) Le Regioni italiane stanno mostrando sviluppi positivi e promettenti nelle correlate politiche. Alcune di esse hanno adottato approcci trasversali integrati in vari ambiti delle loro attività, attuati in settori diversi, come quello della protezione sociale, della formazione continua, della cultura, del turismo sociale, dell'impegno civile, del volontariato, dello sport e il tempo libero.

Altre Regioni hanno invece approvato normative settoriali specifiche, mirate a promuovere interventi coordinati a favore delle persone anziane, che mirano a migliorare la qualità della vita degli anziani attraverso politiche dedicate, capaci di supportare la loro partecipazione attiva nella società e di affrontare le sfide specifiche.

In sintesi, le Regioni italiane stanno adottando un approccio variegato ma sempre più orientato all'invecchiamento attivo, riconoscendo l'importanza di sostenere e valorizzare il contributo degli anziani nella società contemporanea.

In Sardegna attualmente esistono tre filoni principali di politiche che si potrebbero avvicinare al tema dell'invecchiamento attivo, e implementati da diverse Direzioni Generali:

1. Direzione Generale della Pubblica Istruzione, Servizio Politiche per la Formazione Terziaria e per la Gioventù (sostegno alle Università della Terza Età- UTE);
2. Direzione delle Politiche Sociali, attraverso la programmazione dell'assegnazione delle risorse FNPS (Fondo Nazionale Politiche Sociali) con la DGR del novembre 2019 che fa riferimento anche ad un'area "Anziani autosufficienti";
3. Direzione Generale dell'Agricoltura e riforma agro pastorale, con il filone delle fattorie sociali nell'ambito della legge Regionale 11 maggio 2015, n.11 (Servizio sviluppo dei territori e delle comunità rurali).

Si tratta comunque di interventi settoriali, precari e ancora poco. A questo quadro si aggiunge una proposta di legge regionale presentata nel 2010 inerente a "Norme a tutela della promozione e valorizzazione dell'invecchiamento attivo", che non può essere tuttavia considerata strumento operativo della Regione Sardegna in quanto non adottata.



1.3 Documenti di riferimento e iniziative per l'invecchiamento attivo

1.3.1 Riferimenti internazionali

La Conferenza Internazionale sulla Promozione della Salute tenutasi a Ottawa nel 1986 è stata un momento cruciale per rispondere alle crescenti aspettative globali riguardo a una nuova visione della sanità pubblica. Durante questo evento è stata formulata la Carta di Ottawa, volta a promuovere l'obiettivo di "Salute per tutti nell'anno 2000". Questa Carta definisce la Promozione della Salute come un processo che fornisce alle popolazioni i mezzi per controllare e migliorare il proprio livello di salute.

La salute è vista non solo come la capacità di realizzare ambizioni personali e soddisfare bisogni, ma anche come la capacità di adattarsi all'ambiente circostante.

È considerata una risorsa per la vita quotidiana, non il fine ultimo della vita stessa. È un concetto positivo, che valorizza risorse sociali e individuali, inclusa la capacità fisica. Pertanto, la promozione della salute supera il concetto di stili di vita, per mirare al benessere complessivo. Le condizioni preliminari per la salute, secondo la Carta, includono la pace, un'abitazione, il nutrimento e un reddito adeguato. Ogni miglioramento della salute è strettamente legato a queste condizioni di base.

In risposta al trend globale dell'invecchiamento demografico, le istituzioni internazionali, europee, nazionali e regionali hanno adottato diverse strategie e politiche. Queste iniziative hanno impatti diretti o indiretti sui livelli locali e sull'invecchiamento attivo. A partire dall'anno 2000, con la "Carta dei diritti fondamentali – Carta di Nizza", l'Unione Europea ha riconosciuto, nel suo articolo 25, il diritto degli anziani a condurre una vita dignitosa e indipendente, partecipando pienamente alla vita sociale e culturale. L'UE si è impegnata a realizzare una società più inclusiva e rispettosa delle esigenze delle persone anziane.

A seguire gli interventi più significativi, conseguenti alla sua adozione:

- 2001 Nasce la Rete italiana delle Città Sane;
- 2002 Piano d'azione di Madrid sull'invecchiamento (MIPAA);
- 2007 Guida globale delle città a misura di anziano dell'OMS;
- 2010 Rete globale dell'OMS delle città e delle comunità a misura di anziano;
- 2012 Anno europeo dell'invecchiamento attivo e della solidarietà tra generazioni;
- 2015 Agenda 2030 per lo Sviluppo Sostenibile;
- 2015 Decennio dell'invecchiamento in buona salute;
- 2021 Rapporto Globale sull'ageismo;
- 2023 Guida per Programmi nazionali per città e comunità amiche degli anziani.

A livello internazionale emerge dunque una produzione vivace in materia di politiche a favore dell'invecchiamento attivo, anche se ci sono ampi margini di miglioramento specie sul fronte della produzione di normative e politiche e su aspetti ancora particolarmente "scoperti", come ad esempio l'aspetto di genere e quello dell'invecchiamento sul luogo di lavoro, che non trovano concreta attivazione di progetti tangibili.

I documenti più importanti degli ultimi anni, su cui poggiano le politiche pubbliche e le iniziative internazionali in materia, sono quelli prodotti dalle Nazioni Unite:

1. il Piano di Azione Internazionale di Madrid sull'Invecchiamento con i suoi impegni (*commitments*);
2. l'Agenda 2030 per lo Sviluppo Sostenibile, con i suoi obiettivi di sviluppo sostenibile (*Sustainable Development Goals*).

Piano d'azione di Madrid sull'invecchiamento (2002)

Il Piano di Azione Internazionale sull'Invecchiamento di Madrid (MIPAA), adottato nel 2002 durante la Seconda Assemblea Mondiale sull'Invecchiamento, rappresenta un importante impegno degli Stati membri dell'ONU ad affrontare le sfide e cogliere le opportunità legate all'invecchiamento della popolazione nel XXI secolo. Ha stabilito un quadro di azione e un meccanismo di monitoraggio quinquennale per valutare i progressi nella realizzazione delle politiche legate all'invecchiamento.

L'adozione del MIPAA segna una svolta significativa nella percezione globale dell'invecchiamento, da intendersi come una trasformazione demografica che influisce profondamente su tutti gli aspetti della vita individuale e sociale, sia a livello nazionale che internazionale. Questo fenomeno non è più considerato una questione di politica isolata, ma viene visto come una transizione globale, analogamente ad altre transizioni, siano esse climatiche, economiche e politiche. Inoltre, il MIPAA

ha promosso un cambiamento di prospettiva da un approccio centrato sui bisogni degli individui anziani, considerati principalmente come destinatari passivi di cure e assistenza, a un approccio che enfatizza il rispetto dei loro diritti e l'opportunità di partecipare pienamente alla società, contribuendo al suo sviluppo in modo attivo.

Nel giugno 2022, a Roma, si è tenuta la Conferenza interministeriale UNE-CE sull'invecchiamento MIPAA+20, che ha segnato il termine del quarto ciclo di verifica del MIPAA e ha visto l'adozione della Dichiarazione ministeriale intitolata "Un mondo sostenibile per tutte le età". Questa dichiarazione ha orientato l'aggiornamento del MIPAA, allineandolo con i principi dell'Agenda 2030 per lo Sviluppo sostenibile delle Nazioni Unite, e ha riaffermato l'impegno globale a promuovere una società inclusiva e sostenibile, che includa tutte le generazioni, comprese quelle più anziane.

Agenda 2030 per lo sviluppo sostenibile (2015)

Il documento delle Nazioni Unite enfatizza l'importanza di creare un mondo inclusivo per tutte le generazioni (e quindi anche quella anziana) promuovendo attivamente l'invecchiamento sano e attivo. Questo approccio è fondamentale perché riconosce l'invecchiamento in buona salute come un diritto sociale essenziale per la costruzione di una società sostenibile. Le istituzioni globali sono chiamate a considerare l'invecchiamento attivo non solo come un obiettivo individuale, ma come parte integrante di politiche globali coordinate.

L'Agenda 2030 sottolinea come l'invecchiamento sano possa contribuire a una società più coesa, pacifica, equa, sicura e sostenibile. Questo implica garantire che le persone anziane possano invecchiare in condizioni di salute ottimale, vivendo in ambienti sicuri e adatti alle loro esigenze. È cruciale anche liberarle dalla povertà e fornire loro le risorse necessarie per una vita dignitosa. Gli obiettivi per lo sviluppo sostenibile che hanno un impatto significativo sull'invecchiamento attivo comprendono la riduzione delle disuguaglianze, la promozione di comunità e città sostenibili, l'accesso a un'istruzione di qualità e lo sviluppo di infrastrutture che migliorino la qualità della vita per tutte le età. Questo approccio mirato non solo promuove la salute generale, ma supporta anche la creazione di una società in cui tutte le persone, indipendentemente dall'età, possono continuare a sviluppare le proprie capacità e contribuire positivamente alla comunità e al mondo in cui vivono.

Decade of Healthy Aging: Plan for Action 2021- 2030 (2023)

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) guida un'iniziativa internazionale volta a migliorare la qualità della vita delle persone anziane, delle loro famiglie e delle comunità. Questo sforzo collaborativo coinvolge diversi attori e mira a cambiare il modo in cui la società pensa, percepisce e agisce nei confronti dell'età e dell'invecchiamento. L'obiettivo è sviluppare

comunità che promuovano attivamente le capacità delle persone anziane, fornendo cure integrate e servizi sanitari primari, centrati sulla persona. Inoltre, si cerca di garantire alle persone anziane l'accesso all'assistenza a lungo termine quando necessario. Un elemento cruciale di queste iniziative è il coinvolgimento attivo delle persone anziane stesse, che sono considerate figure centrali nella collaborazione *multistakeholder*.

Nel luglio 2023, il Comitato economico e sociale europeo (EESC), organo consultivo dell'UE che rappresenta i lavoratori, i datori di lavoro e altri gruppi d'interesse, ha delineato le linee guida strategiche della *“European Strategy for Older Persons”*. Questa strategia propone un cambiamento di paradigma nei confronti degli anziani, spostandosi da un approccio basato sull'assistenza, a un focus sull'*empowerment* e sull'eliminazione dei pregiudizi legati all'età. L'EESC ha anche fatto appello alla Commissione europea per organizzare un Anno europeo degli anziani, istituire un'Agenzia europea per gli anziani, l'invecchiamento e le sfide demografiche, nonché adottare una Convenzione delle Nazioni Unite sui diritti delle persone anziane.

1.3.2 Contesto italiano

A livello nazionale, si registra un interesse sempre più evidente sul tema e anche un impegno a perseguire con tempismo i medesimi temi internazionali ed europei.

Programma Guadagnare Salute

Il programma “Guadagnare Salute: rendere facili le scelte salutari”, approvato con il DPCM del 4 maggio 2007 in collaborazione con le Regioni e le Province Autonome, rappresenta un'iniziativa volta a migliorare le condizioni di vita dei cittadini italiani.

Questo programma si concentra sia su prospettive a lungo termine, come la prevenzione delle malattie non trasmissibili e croniche, sia su obiettivi immediati per promuovere scelte salutari e stili di vita sani. In particolare si incoraggia a smettere di fumare, seguire una corretta alimentazione, limitare il consumo di alcol e praticare regolarmente attività fisica. Il programma mira a instaurare una nuova cultura della prevenzione, dove i singoli individui assumono un ruolo centrale e responsabile nella gestione della propria qualità della vita.

All'inizio del 2019 il Dipartimento per le Politiche della Famiglia ha istituito un Coordinamento Nazionale per le Politiche sull'Invecchiamento Attivo con il compito di elaborare le Linee guida nazionali per promuovere politiche e interventi mirati. Le bozze delle Linee Guida redatte includono obiettivi strategici per favorire lo sviluppo di politiche nazionali dedicate e per potenziare sinergie attraverso il coordinamento degli interventi e l'implementazione di processi partecipativi e di co-progettazione a vari livelli.

Lo stesso Comitato è stato incaricato, con il Decreto attuativo della Legge 23 marzo 2023, n. 33 (Capo I, art.3), di indicare nel Piano nazionale per l'invecchiamento attivo:

- l'inclusione sociale e la prevenzione delle fragilità nella popolazione anziana;
- i criteri generali per l'elaborazione dei progetti di promozione della salute e dell'invecchiamento attivo;
- gli interventi di prevenzione della fragilità e dell'esclusione sociale e civile;
- i servizi di carattere sociale, sanitario o sociosanitario da attuare a livello regionale e locale”.

Piano nazionale della prevenzione 2020-2025

Il Piano sanitario nazionale rappresenta un elemento essenziale per affrontare le questioni legate alla promozione della salute e alla prevenzione delle malattie in Italia. Questo piano include disposizioni affinché ogni Regione sviluppi e approvi un proprio piano sanitario, adattato alle specifiche esigenze locali. Nel corso degli anni l'approccio programmatico ha subito una trasformazione significativa: inizialmente orientato verso un'organizzazione per obiettivi, con attenzione specifica rivolta alla prevenzione per la collettività, gruppi a rischio e individui. Si è progressivamente evoluto verso una logica basata su specifici ambiti di azione o setting. Questo significa che la prevenzione, per garantire un impatto più ampio e mirato sul miglioramento della salute pubblica, viene proposta e implementata in vari contesti: comunità, scuole, luoghi di lavoro e ambienti sanitari,

1.3.3 Contesto regione Sardegna

Le politiche attraverso le quali la Regione Sardegna si occupa dell'invecchiamento attivo sono descritte nel documento “Le politiche per l'invecchiamento attivo nella Regione Sardegna”, del Maggio 2020, previsto nell'ambito del progetto “Coordinamento nazionale partecipato e multilivello delle politiche sull'invecchiamento attivo”, WP2 – T1.

In Sardegna attualmente coesistono tre filoni principali di politiche sul tema.

Il primo, implementato dalla Direzione Generale della Pubblica Istruzione Servizio Politiche per la Formazione Terziaria e per la Gioventù e attivo da molti anni, è quello nel campo del *lifelong learning* attraverso la legge del 1992, che regola gli interventi a sostegno delle Università della Terza Età (UTE). La legge, estremamente succinta, pur riconoscendo “un particolare rilievo ed interesse per la promozione culturale e sociale degli anziani”, manifesta criticità relative al suo finanziamento inadeguato (300.000 euro, anno 2019/2020) e al fatto che si occupa esclusivamente di aspetti pratici relativi alla presentazione delle domande per le sovvenzioni per attività di carattere prettamente culturale.

Il secondo filone, quello sociale, con ricadute concrete, riguarda la programmazione dell'assegnazione delle risorse FNPS (Fondo Nazionale Politiche Sociali), attraverso la Delibera del novembre 2019 che fa riferimento anche ad un'area "Anziani autosufficienti". In quest'ambito si ragiona sulla "necessità di avviare politiche mirate a garantire il benessere complessivo degli anziani e rilanciare un loro ruolo attivo nella società", per le quali sono dedicati circa 2.000.000 di euro per il 2020. Si tratta principalmente di organizzare centri diurni e attività di socializzazione. Questo filone ha delle ottime potenzialità in termini di ricadute concrete, ma, trattandosi di una politica molto recente, rimane a tutt'oggi non implementata a livello regionale, nonostante a livello comunale siano presenti esperienze di aggregazione a favore di anziani in molti comuni della Sardegna.

Il terzo filone con ricadute possibili, riguarda le politiche agricole e, nello specifico, il filone delle fattorie sociali nell'ambito della Legge Regionale 11 maggio 2015, n.11. Nelle direttive emanate le fattorie sociali sono considerate servizi per "anziani destinatari di interventi sociali e socio-sanitari finalizzati al mantenimento e al recupero di abilità e competenze relative alla sfera dell'autonomia, dell'identità, dell'orientamento spazio-temporale". Ad oggi, attraverso la legge non sono stati finanziati interventi per le persone anziane.

Piano Regionale della Prevenzione 2020-2025

Il Piano Regionale della Prevenzione 2020-2025 (Allegato alla D.G.R. n. 50/46 del 28 dicembre 2021), recepisce la visione del Piano nazionale, che considera la salute come risultato di uno sviluppo armonico e sostenibile dell'essere umano, della natura e dell'ambiente e che, riconosce quanto la salute delle persone, degli animali e degli ecosistemi siano interconnesse. Promuove un approccio multidisciplinare, intersettoriale e coordinato (*One Health*), per prevenire e contrastare i rischi sulla salute. I programmi possibili correlati al tema della salute per tutte le età sono i seguenti: PPO1 Scuole che promuovono Salute; PP02 Comunità attive; PP03 Luoghi di lavoro che promuovono salute; PP05 Sicurezza negli ambienti di vita. Non risultano ulteriori provvedimenti organici finalizzati a promuovere la salute nelle comunità e nelle città della Regione, né programmi e tanto meno interventi coordinati per lo sviluppo delle comunità e città della longevità.

Piani Locali Unitari dei Servizi (PLUS)

Nell'ambito della programmazione integrata socio sanitaria locale, attraverso i Piani Locali Unitari dei Servizi (PLUS) sono puntualmente programmate iniziative settoriali che afferiscono all'area anziani e alle famiglie, con specifici riferimenti alla inclusione sociale delle persone fragili o non autosufficienti. Si tratta di interventi suddivisi per classi di età: minori e famiglie, giovani e anziani.

Tavolo regionale per l'invecchiamento attivo

Con la Delibera Regionale n. 23/44 del 3 luglio 2024, è stato costituito un Tavolo regionale per l'invecchiamento attivo in Sardegna; con il presupposto che possa rappresentare un catalizzatore per lo sviluppo di una società più inclusiva e attenta alle esigenze degli anziani, attraverso la collaborazione e il coordinamento tra diversi attori.

A tale fine la Regione Sardegna si pone l'obiettivo di favorire la collaborazione tra istituzioni, enti locali, organizzazioni del terzo settore e altri soggetti interessati a sviluppare e implementare politiche efficaci per l'invecchiamento attivo.

Il Tavolo regionale eserciterà funzioni di supporto alla Giunta regionale e di raccordo tra i soggetti attuatori e destinatari degli interventi.

La costituzione del Tavolo regionale è funzionale al raggiungimento dei seguenti obiettivi:

- supportare una programmazione unitaria, integrata e coordinata degli interventi e delle azioni a favore dell'invecchiamento attivo;
- favorire la partecipazione e agevolare il confronto e la collaborazione tra soggetti del settore pubblico e del privato che si occupano di invecchiamento attivo;
- ricercare la condivisione delle principali decisioni;
- favorire la condivisione e il confronto delle esperienze, delle buone pratiche, dei metodi e degli strumenti di lavoro da adottare a livello locale per garantire l'armonizzazione dei risultati su tutto il territorio regionale;
- esprimere pareri e formulare proposte per i programmi e per i Piani regionali per l'invecchiamento attivo.

Tavolo regionale per l'invecchiamento attivo avrà preventivamente il compito di analizzare il contesto regionale e quindi si occuperà di:

- accogliere dei dati demografici, attraverso i quali analizzare i dati sull'età media della popolazione, la distribuzione geografica degli anziani e delle proiezioni future;
- raccogliere gli indici di deprivazione, al fine di intervenire con interventi mirati nelle aree geografiche colpite da maggiore deprivazione;
- valutare i bisogni degli anziani, attraverso sondaggi, focus group e consultazioni pubbliche;
- mappare le risorse esistenti;
- rilevare i servizi e le iniziative già presenti sul territorio che supportano gli anziani;
- verificare la disponibilità di risorse nei fondi nazionali e comunitari (fondo nazionale delle politiche sociali, FSE+, FESR), che possano essere utilizzati in maniera integrata per supportare interventi di inclusione attiva a favore del target di riferimento.

1.3.4 Documenti e iniziative della Città Metropolitana

La Città di Cagliari partecipa alla Rete Italiana Città Sane, un'associazione di Comuni italiani nata nel 1995 come "Progetto Città Sane", proposta dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) per sostenere le politiche locali per la salute. Nell'anno 2023 Cagliari è stata insignita dell'Oscar della Salute 2023 nell'ambito del Premio Nazionale Rete Città Sane con il progetto "La terrazza di Pier": un servizio di supporto all'accompagnamento, alla balneazione e alla permanenza sul lungomare del Poetto per le persone affette da malattia neurodegenerativa grave o in ventilazione meccanica assistita anche per altre patologie o con grave disabilità motoria. L'iniziativa è stata organizzata con il supporto dell'Esercito Italiano e la sezione di Cagliari della Croce Rossa Italiana.

Al fine di ottenere una visione complessiva e accurata delle attività realizzate e degli attori locali operanti nel territorio in relazione ai temi dell'invecchiamento attivo, nell'anno 2023 la Città Metropolitana ha deciso di commissionare il servizio di redazione del piano per l'invecchiamento attivo, in attivazione delle azioni di sistema del Piano Strategico Metropolitan.

Durante l'elaborazione del Piano, è stata condotta un'indagine conoscitiva suddivisa in tre fasi, che ha coinvolto enti locali, cittadini e amministrazioni pubbliche.

Nella prima fase di lavoro di ricognizione *online* è stata effettuata un'analisi dei siti *web* dei Comuni della Città Metropolitana di Cagliari e delle associazioni locali, con l'obiettivo di identificare iniziative dedicate agli anziani, al fine di raccogliere informazioni sulle attività esistenti e di catalogarle secondo i sei assi strategici: promozione della salute e del benessere; contrasto alle discriminazioni (ageismo) e promozione dell'*empowerment* personale; relazioni intergenerazionali e contrasto all'isolamento sociale; partecipazione attiva civica e sociale; ambienti favorevoli alla salute: spazi ed edifici pubblici, spazi abitativi, mobilità; apprendimento continuo.

La ricognizione ha individuato 38 iniziative e ha evidenziato come la maggior parte di esse siano concentrate su tre dei sei assi strategici: promozione della salute e del benessere (asse 1), relazioni intergenerazionali e contrasto all'isolamento sociale (asse 3) e apprendimento continuo (asse 6). È emerso che la maggioranza dei progetti è stata promossa da associazioni o enti del Terzo Settore, dimostrando il ruolo centrale di questi attori nella promozione dell'invecchiamento attivo. Tuttavia, la raccolta di informazioni è risultata limitata dalla disponibilità e dalla volontà degli enti di pubblicare i dettagli *online*, rendendo difficile identificare alcune iniziative.

Nonostante queste limitazioni, la ricognizione ha fornito una visione preliminare utile per integrare e completare il quadro attraverso le successive fasi, come la somministrazione di questionari alle Pubbliche Amministrazioni e la consultazione pubblica.

Durante la seconda fase infatti, è stato inviato un questionario ai 17 Comuni della Città Metropolitana di Cagliari per indagare le iniziative già messe in atto rispetto ai temi dell'invecchiamento attivo.

Questa fase ha fornito un'analisi più dettagliata delle capacità amministrative locali. I risultati hanno rivelato una distribuzione disomogenea delle iniziative, alcune delle quali risultano scollegate e frammentarie. I progetti spesso rispondono a bisogni contingenti piuttosto che essere inseriti in una visione strategica di lungo termine. La maggior parte delle iniziative è stata sviluppata in risposta a finanziamenti pubblici o privati, senza una chiara programmazione basata sulle priorità di intervento.

Un aspetto chiave emerso è la necessità di creare linee di indirizzo che sistematizzino le iniziative esistenti e favoriscano una pianificazione a lungo termine, promuovendo la replicabilità delle buone pratiche e adattamento alle diverse realtà territoriali.

Le risposte fornite dalle Amministrazioni sono state fondamentali per comprendere quali azioni o progetti fossero state condotte negli ultimi dieci anni.

L'ultima fase si è basata sulla consultazione pubblica *online*, aperta a cittadini, associazioni e rappresentanti del Terzo Settore, mirata a segnalare iniziative o proposte legate all'invecchiamento attivo. La partecipazione pubblica è stata facilitata attraverso la piattaforma LABMET (Laboratorio Metropolitan di Innovazione), e ha consentito di identificare ulteriori 29 progetti, suddivisi tra iniziative concluse o in corso e nuove proposte progettuali.

La consultazione ha evidenziato la necessità di consolidare alcune pratiche, specialmente quelle relative all'integrazione sociale e alla partecipazione attiva degli anziani. Inoltre, ha rivelato l'opportunità di espandere e rendere più sistematiche le iniziative intergenerazionali e i programmi di apprendimento continuo.

Anche in questo caso, la maggior parte dei progetti è stata promossa da associazioni del Terzo Settore, a conferma del forte impegno nel sostenere la popolazione anziana posto da tali soggetti.

Questi progetti, suddivisi per fasi e assi strategici, riflettono un impegno diffuso nel promuovere il benessere degli anziani e la loro partecipazione attiva nella società. I risultati della ricognizione *online*, dei questionari somministrati alle amministrazioni locali e della consultazione pubblica, dimostrano la varietà e l'efficacia delle iniziative in corso e di quelle proposte, tutte orientate a costruire un contesto inclusivo e intergenerazionale nella Città Metropolitana di Cagliari.

Per una più dettagliata ed esaustiva analisi delle iniziative individuate della Città Metropolitana si rimanda alla lettura del documento allegato "Indagine conoscitiva".

Capitolo 2

Contesto

2.1 Invecchiare nella Città Metropolitana di Cagliari

Il riferimento principale per analizzare il contesto dell'invecchiamento metropolitano è il "Rapporto di Analisi del Territorio", elaborato nell'ambito della redazione del documento di Pianificazione Strategica della Città Metropolitana.

Rispetto alle caratteristiche demografiche emerge che "negli ultimi 20 anni la popolazione è cresciuta di circa il 4%, seguendo un andamento centrifugo dal capoluogo verso i comuni della conurbazione compatta e, ancor più, verso quelli di seconda fascia".

Questa nuova redistribuzione ha riguardato in particolare le giovani coppie in età fertile, alla luce di un saldo naturale complessivamente di segno negativo, ma focalizzato prioritariamente sul comune di Cagliari, e appare correlata all'aumento del costo medio delle abitazioni sul mercato immobiliare del capoluogo, sia in termini di affitto che di acquisto.

Fig. 2.1 Struttura della popolazione nella Città Metropolitana di Cagliari dal 2002 al 2024, distribuita per tre fasce d'età (valori in %)
Fonte: Dati Istat

		● 0-14 anni ● 15-64 anni ● 65 anni e oltre																			
		16.2	16.7	16.7	17.1	17.5	17.9	18.3	19.0	19.6	20.0	20.6	21.1	21.7	21.7	22.4	23.0	23.8	24.4	24.8	25.4
		71.0	70.7	70.7	70.4	70.1	69.8	69.4	68.6	68.1	67.8	67.3	66.9	66.5	66.6	66.2	65.8	65.1	64.9	64.7	64.5
		12.8	12.6	12.6	12.5	12.4	12.4	12.3	12.3	12.3	12.2	12.1	12.0	11.8	11.7	11.4	11.2	11.1	10.8	10.5	10.1
		05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24

Come nel resto della Sardegna, anche nella Città Metropolitana di Cagliari l'invecchiamento si è manifestato con un'intensità maggiore rispetto al resto dell'Italia. Infatti si riscontra che l'indice di vecchiaia è passato dal valore 101,6 nel 2001 ad un valore di 251,2 nel 2024.

Nel confronto con le altre Città Metropolitane del Meridione, Cagliari presenta comunque l'indice di vecchiaia più alto, superando anche le due principali città di Milano e Roma. Il crescente invecchiamento della popolazione dell'area è caratterizzato dalla forte incidenza delle famiglie unipersonali, dalla bassa natalità e da una popolazione straniera ridotta rispetto alla media nazionale.

Nel complesso, la piramide delle età rilevata al 1° gennaio 2024 rivela una base sempre più assottigliata per le coorti più giovani e un peso relativa-

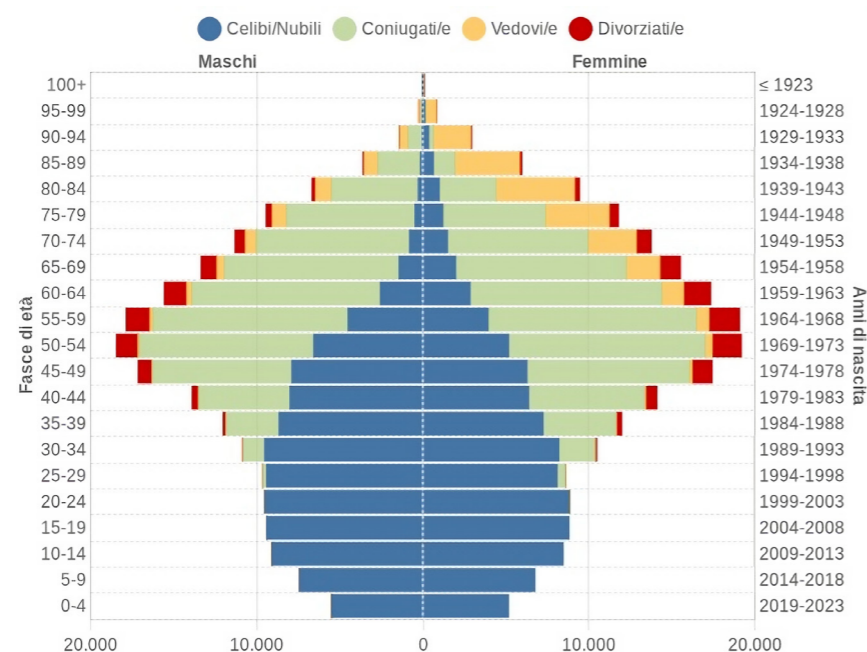


mente dominante per le fasce di popolazione adulta comprese tra i 45 e i 54 anni (ultime declinazioni biografiche del boom demografico nazionale tra gli anni '60 e '70 del secolo scorso). L'età media della popolazione residente è infatti di 48,4 anni, mentre l'incidenza comparata di genere vede una leggera prevalenza delle donne (in media più longeve), pari al 51,7% del totale rispetto agli uomini (48,3%).

2.2 Le persone anziane

Fig. 2.2 Distribuzione della popolazione residente nella Città Metropolitana di Cagliari per età, sesso e stato civile, o piramide delle età.

Fonte: Dati Istat al 01/01/2024



All'interno della Città Metropolitana di Cagliari questo fenomeno demografico caratterizza i diversi ambiti comunali in maniera differente, in riferimento a:

- le risultanze del bilancio demografico complessivo (denatalità e spopolamento);
- le diverse culture con le quali le generazioni di giovani e anziani si confrontano e si relazionano;
- la consapevolezza delle diverse comunità locali e dei rispettivi decisori rispetto al tema dell'invecchiamento progressivo della propria popolazione e, in particolare, su come esso possa essere governato e non subito, ma affrontato secondo il concetto della longevità e dell'invecchiamento attivo.

Per la città di Cagliari i dati offrono spunti di riflessione sulla tendenza all'invecchiamento della popolazione e sulla riduzione delle nascite. Attualmente oltre il 26% dei residenti ha più di 65 anni. Molte famiglie sono composte da una sola persona, spesso anziana e sola, fatto che sta progressivamente caratterizzando Cagliari come una città longeva.

L'invecchiamento è un processo unico e personale, influenzato dalle esperienze di vita, dalla consapevolezza e dalla capacità di affrontare l'avanzare degli anni. È cruciale dunque considerare come l'ambiente di vita e la società possano influenzare la salute e la vitalità delle persone anziane. L'invecchiamento pertanto va visto non solo come un fenomeno individuale, ma anche come un processo influenzato dalle dinamiche sociali e dall'ambiente circostante in cui si vive.

È riduttivo descrivere un gruppo di persone anziane basandosi solo sull'età, poiché altre dimensioni caratterizzano questa coorte di popolazione. Tra queste, vi sono le diverse età dei membri (oggi ci riferiamo ad anziani appartenenti a due generazioni diverse), i differenti generi, le varie condizioni e posizioni sociali, la fase di vita attiva produttiva o di pensionamento, il livello culturale e le relazioni sociali sviluppate nell'ambiente in cui si invecchia.

Il Decreto attuativo della Legge n. 33 del 23 marzo 2023, intitolata «Deleghe al Governo in materia di politiche in favore delle persone anziane», identifica tre categorie di persone anziane:

- «persona anziana»: chi ha compiuto 65 anni;
- «persona grande anziana»: chi ha compiuto 80 anni;
- «persona anziana non autosufficiente».

Se esaminiamo nel dettaglio le aspettative personali, le opportunità e i bisogni delle persone anziane, troviamo una vasta gamma di diversità, livelli di capacità e necessità personali, soprattutto riguardo alla vita autonoma e alla capacità di autodeterminazione che ognuno può sviluppare mentre invecchia.

Infine, la distribuzione geografica della popolazione anziana nella Città Metropolitana di Cagliari e il rapporto percentuale con le popolazioni adulta e giovanile, nonché con le popolazioni adolescente e infantile, riflettono differenze significative nelle prospettive di integrazione tra le generazioni all'interno delle comunità locali. Da non trascurare è anche il diverso processo di invecchiamento tra le realtà urbane e quelle rurali. Nella valutazione dei bisogni di questa vasta popolazione diversificata, sarebbe estremamente utile focalizzarsi non solo sul numero complessivo

di anziani per fasce di età (> 65/75 anni), ma anche sulle loro prospettive e necessità in diverse dimensioni che influenzano significativamente il loro benessere, tra le quali:

- situazione di solitudine;
- tipologia di abitazione;
- preferenza tra vita autonoma a casa propria o in una struttura assistita;
- supporti di rete formale e informale disponibili;
- situazione economica;
- livello di autosufficienza;
- stato attuale di pensionamento o attività lavorativa in corso;
- utilizzo di tecnologia;
- altri aspetti desiderabili correlati a principi e valori personali.

Identificare queste dimensioni consentirebbe di comprendere meglio le esigenze specifiche di ciascun individuo anziano e di adattare le politiche e i servizi per migliorare il loro benessere complessivo. Questa rilevazione è essenziale per pianificare interventi mirati a migliorare la qualità della vita durante questa fase, rendendola più piacevole e favorendo un invecchiamento attivo e autodeterminato.

Per quanto riguarda la salute e la partecipazione delle persone anziane, sono utili i dati provenienti dall'ASL di Cagliari inclusi nel Sistema di Sorveglianza Epidemiologica Nazionale dedicato alla popolazione oltre i 64 anni (Report PASSI d'ARGENTO 2016 - 2018.pdf). Questi dati forniscono informazioni preziose sulle condizioni di salute e sulle abitudini di vita del campione degli ultra 64enni, supportando così la progettazione di interventi sanitari e sociali mirati.

Ecco quanto emerge:

- **Livello di cultura:** mediamente il campione è risultato con un livello di cultura superiore a quella rilevata dal pool nazionale con un riscontro di "bassa cultura" (nessuna cultura / elementare) più frequente nelle classi di età più avanzate;
- **solitudine:** il 14,64% degli ultra sessantaquattrenni residenti vivono da soli, dato inferiore al valore riscontrato a livello nazionale e la condizione di solitudine è più frequente nelle donne;
- **difficoltà economiche:** il campione con molte difficoltà economiche è significativamente superiore a quello rilevato dal pool nazionale e con più frequenza nelle classi di età più avanzate;
- **consumo di alcol:** il 51,66% della popolazione ultra sessantaquattrenni è consumatrice di alcol, quasi la metà di loro sono "bevitori a rischio", più di un quinto sono "forti bevitori" e le cause primarie sono le grandi difficoltà economiche;
- **sovrappeso:** il 43,1% del campione risulta normopeso, il 39,2% sovrappeso ed il 14,0% obeso. L'eccesso ponderale è risultato nelle persone con difficoltà economiche e con bassa cultura;

- **consumo di frutta e verdura:** gli ultra sessantaquattrenni hanno un consumo di frutta e verdura maggiore rispetto a quello rilevato a livello nazionale risultato con prevalenze maggiori nelle persone in buone condizioni economiche e che non vivono sole. Da questo emerge che la solitudine abitativa è spesso accompagnata da un minore consumo di frutta e verdura;
- **sedentarietà:** il 30,2% degli ultra sessantaquattrenni sono sedentari e appartengono alle classi di età più avanzate, persone che vivono da sole, con difficoltà economiche e più bassa cultura, più spesso maschi, con patologie croniche concomitanti e con sintomi di depressione. Del campione con sedentarietà e condizioni di ridotta autonomia, solo il 5,2% è risultato praticare ginnastica riabilitativa;
- **isolamento sociale:** nel 58,8% è stata riscontrata una più alta prevalenza di sedentarietà con rischio di isolamento sociale;
- **attività fisica:** quasi la totalità degli ultra sessantaquattrenni svolge attività di svago e fisica strutturata. Nella gran parte dei casi si tratta di passeggiate, spesso brevi e non sempre sufficienti, preferite in particolare modo dagli uomini.
- **attività lavorative:** sono più spesso praticate dagli uomini, in a scopo retribuito o di volontariato.
- **fumo:** solo 8,1% degli ultra sessantaquattrenni è fumatore, ma il 21% è costituito da forti fumatori, in genere più giovani, maschi, che vivono da soli, con difficoltà economiche e con livello culturale medio. Tale dato risulta comunque inferiore alla media nazionale;
- **salute percepita:** il 78,8% ha reputato molto positivo il proprio stato di salute, dato inferiore alla media nazionale. La percezione negativa prevale nelle età più avanzate e nelle donne, nelle persone con bassa cultura, con difficoltà economiche e con disabilità, con patologie croniche, che vivono da sole e si sentono poco sicure nella loro abitazione;
- **depressione:** quasi il 19% del campione ha manifestato sintomi di depressione, percentuale maggiore rispetto alla media nazionale. Tali sintomi sono più frequenti nelle età avanzate, di sesso femminile, nelle persone con difficoltà economiche, con bassa cultura e che vivono da sole;
- **uso di farmaci:** solo il 7,1% non fa uso di farmaci e tra quelli che ne fanno uso il 9,9% prende più di 7 farmaci al giorno. Si tratta sempre di persone avanti in età, con bassa cultura, che vivono da sole e in difficoltà economiche. In questo caso l'uso dei farmaci è nella media nazionale;
- **disturbi sensoriali:** i problemi di vista e udito sono nella media nazionale e più frequenti nelle età più avanzate, in persone con bassa cultura e con difficoltà economica; i disturbi sensoriali aumentano in tutti i soggetti il rischio dell'isolamento e la paura di cadere;
- **rischio di caduta:** la percentuale è in linea con la media nazionale. Emerge come la maggior parte delle cadute avvenga prevalentemente in casa e riguarda le persone avanti in età, con bassa cultura, difficoltà economiche e che vivono da sole;

- **sicurezza:** la maggioranza degli ultra sessantaquattrenni intervistati lamenta almeno un problema di tipo strutturale della propria abitazione (90,1%), tra cui, il più frequentemente indicato, è l'insufficiente riscaldamento. Inoltre, una quota non trascurabile di ultra sessantaquattrenni (16,1%) riferisce di sentirsi "poco" o "per niente" sicuro nel quartiere o area in cui vive;
- **accesso ai servizi:** le maggiori difficoltà di accesso ai servizi pubblici e socio-sanitari sono più numerose nelle classi più avanzate, nelle donne, persone con bassa cultura e con problemi economici;
- **anziano risorsa:** il 40% degli anziani si considera ancora come una "risorsa" per la propria famiglia, gli amici e l'intera collettività. Si tratta prevalentemente di donne, di persone con livello culturale elevato e in buone condizioni economiche;
- **partecipazione attiva:** solo il 18% si riconosce persona "isolata" socialmente, mentre nel caso di partecipazione attiva si tratta di persone con buona cultura e possibilità economiche.

Da questi dati è evidente come diverse condizioni personali e sociali possano influenzare in modo significativo la salute, il benessere, la percezione di sé in salute, la partecipazione sociale e l'integrazione degli anziani nella Città Metropolitana di Cagliari. Queste condizioni includono l'avanzare dell'età, il genere, le caratteristiche culturali ed economiche, nonché la condizione di vita da soli o in compagnia. In particolare, ambienti fisici precari, come abitazioni poco adatte, possono compromettere la sicurezza e il benessere personale degli anziani.



2.3 La necessità di un Piano per l'Invecchiamento Attivo

L'adozione di un Piano per l'Invecchiamento Attivo e della solidarietà tra le generazioni per la Città Metropolitana di Cagliari rappresenta una scelta strategica fondamentale.

È essenziale affrontare la "transizione demografica", un fenomeno che sta radicalmente modificando la dinamica sociale ed economica, influenzando settori cruciali come la produzione, il consumo, il mercato del lavoro e il welfare, con impatti significativi sulla vita quotidiana dei cittadini e sul tessuto delle comunità metropolitane.

Un piano ben strutturato non solo mira a migliorare la qualità della vita degli anziani, ma anche a promuovere la partecipazione sociale e a creare un ambiente inclusivo per tutte le generazioni.

È un'opportunità per progettare politiche pubbliche efficaci che affrontino le sfide emergenti e che supportino un invecchiamento attivo e dignitoso per tutti i residenti della città metropolitana.

L'opportunità di adottare un Piano per l'Invecchiamento Attivo nella Città Metropolitana di Cagliari è strettamente legata alla necessità di gestire in modo innovativo una transizione demografica significativa. Questo richiede un profondo cambiamento culturale diffuso e una conseguente trasformazione sociale, per trasformare l'invecchiamento da un peso a una risorsa positiva per la società.

Dotarsi di un Piano significa anche sviluppare una visione adeguata ad affrontare la "questione demografica" locale, individuando una strategia generale contestualizzata e definendo obiettivi realistici per gestire complessivamente la transizione. È cruciale progettare percorsi operativi e azioni specifiche che possano produrre risultati tangibili per migliorare la qualità della vita delle comunità locali e dei singoli cittadini della Città Metropolitana.

Assumere un ruolo guida nell'intero territorio regionale, considerando le dimensioni territoriali, demografiche e la realtà socio-economica dell'ambito metropolitano rappresenta un'importante opportunità. Il contesto storico in cui si inserisce il Piano è caratterizzato dalla mancanza di processi pianificatori operativi a livello nazionale, regionale e soprattutto metropolitano, nonostante alcune iniziative esistenti.

Il Piano per l'Invecchiamento Attivo della Città Metropolitana potrebbe

quindi assumere un ruolo pionieristico, fungendo da apripista per altre iniziative in questi ambiti. Questa leadership potrebbe non solo migliorare significativamente la qualità della vita degli anziani nell'area, ma anche ispirare e influenzare positivamente le politiche e le strategie in altre regioni e contesti nazionali e internazionali.

Una tale sfida proietta la Città Metropolitana di Cagliari nel contesto europeo che sta affrontando la transizione demografica con strategie mirate, cogliendo le opportunità offerte dalla pianificazione per la ricostruzione e la programmazione post-pandemia Covid-19.

Il Piano per l'Invecchiamento Attivo della Città Metropolitana non si limita a essere un documento descrittivo delle sfide e delle opportunità delineate, ma rappresenta un'opportunità concreta per definire progetti da realizzare sia nel breve che nel lungo termine. I progetti saranno supportati da linee di indirizzo specifiche che orienteranno l'avvio del cambiamento pianificato.

Il passaggio alla fase di implementazione è una priorità centrale del Piano, considerando attentamente la complessità della transizione e garantendo una continuità necessaria nelle strutture organizzative. Sarà cruciale orientare le competenze delle risorse umane verso obiettivi specifici per la realizzazione e il consolidamento del Piano nel tempo.

Inoltre, il Piano affronta il cambiamento culturale come requisito indispensabile per il suo successo, promuovendo innovazioni culturali, istituzionali, amministrative e gestionali, nonché un cambio di percezione da parte dell'intera società metropolitana. È una "transizione sociale" che richiede un approccio olistico per trasformare la società nel suo complesso ed un lavoro collettivo dei diversi soggetti che, a vario titolo, lavorano al mantenimento della qualità della vita della popolazione di tutta l'area metropolitana.



2.4 Metodologia del Piano

Il percorso per la redazione del Piano è stato affrontato da un gruppo di lavoro composto da esperti, in collaborazione con la rete degli amministratori e dei dipendenti della Città Metropolitana, e delle amministrazioni locali e con altri portatori di interesse provenienti dalla società civile. La metodologia adottata è stata scelta in quanto funzionale ad assicurare un approfondimento specifico sul fenomeno dell'invecchiamento attivo e delle sue ricadute locali, mantenendo al contempo la continuità con il processo di pianificazione strategica già definito e implementato dalla Città Metropolitana di Cagliari.

Considerata la sfida complessa della transizione demografica in atto e del cambiamento conseguente, la struttura del documento è stata predisposta per offrire diversi livelli di consultazione, tenendo conto delle specifiche esigenze di ciascun interlocutore: amministratori, funzionari pubblici, operatori sociali, soggetti attivi della società civile, altri stakeholder o cittadini.

Metodologicamente, le fasi principali per giungere alla formulazione del Piano sono state tre:

Fase 1 - Identificazione concetti chiave

La prima fase ha riguardato l'elaborazione di un percorso concettuale funzionale a rendere condiviso l'approccio e, soprattutto, a semplificare la comprensione del fenomeno dell'invecchiamento attivo e della longevità in termini di cambiamento sociale. Questo percorso è esposto nella parte iniziale del documento dove si riflette sullo sforzo necessario per arrivare a una nuova visione dell'invecchiamento. Per delineare il percorso del Piano, sono stati seguiti quattro punti chiave: la scelta di una visione in linea con la transizione demografica attuale; la definizione di una strategia generale con assi strategici fondamentali per affrontare le sfide poste dalla transizione demografica; la formulazione di linee guida per il cambiamento e la definizione di progetti.

Fase 2 - Indagine conoscitiva e partecipativa¹

La seconda fase ha visto l'avvio di un'attività partecipativa sviluppata concretamente attraverso processi di informazione, comunicazione e divulgazione tra le Pubbliche Amministrazioni e gli stakeholder, al fine di ren-

dere l'intero processo condiviso e adattato alle necessità espresse dalle realtà locali. L'obiettivo è stato quello di condividere la visione sui temi dell'invecchiamento attivo e della solidarietà tra le generazioni, promuovere il passaggio concettuale verso l'adozione di azioni necessarie per garantire una qualità di vita adeguata in una società longeva e proporre azioni specifiche per le rispettive comunità.

L'attività è stata svolta in collaborazione con gli uffici della Città Metropolitana, attraverso incontri con gli organi di governo metropolitano, gli amministratori locali e altri stakeholder afferenti alle tematiche trattate.

Al fine di ottenere degli esiti il più esaustivi possibile, l'indagine conoscitiva si è composta di tre step:

a) **Ricognizione online**

L'indagine ha analizzato i siti dei Comuni della Città Metropolitana di Cagliari, dei Plus territoriali e di alcune associazioni locali coinvolti in prima linea sui temi dell'Invecchiamento Attivo, per avere un'idea preliminare delle attività realizzate o in fase di realizzazione sul territorio rivolte agli anziani. Dalla ricerca, condotta tra gennaio e febbraio 2024, è stato possibile evincere come il maggior numero di progetti individuati siano afferenti a tre specifici assi strategici: promozione della salute, relazioni intergenerazionali e apprendimento continuo, con un ruolo predominante delle associazioni del terzo settore. Tuttavia, l'indagine *online* ha mostrato limiti dovuti alla disponibilità di informazioni pubblicate dagli enti, che sono stati colmati attraverso l'attuazione dei successivi step.

b) **Questionario per le Pubbliche Amministrazioni**

Il secondo step dell'indagine ha valutato la capacità amministrativa dei 17 Comuni della Città Metropolitana di Cagliari sul tema dell'invecchiamento attivo tramite un questionario *online*. Le domande hanno esplorato i sei assi strategici, indagando azioni e progetti realizzati negli ultimi dieci anni. I risultati hanno evidenziato che il maggior numero di iniziative riguarda gli ambienti favorevoli alla salute, seguiti da progetti per le relazioni intergenerazionali e la promozione del benessere. Rispetto all'indagine precedente, è emerso un maggior numero di progetti sugli spazi pubblici e la mobilità, spesso realizzati dalle Amministrazioni pubbliche e difficilmente mappabili tramite la sola ricognizione *online*. Il questionario ha permesso di integrare le informazioni mancanti della prima indagine *online*, rendendo l'analisi più completa.

c) **Consultazione pubblica online**

La consultazione pubblica è stata aperta a tutti i cittadini e alla società civile, per dare la possibilità anche ad associazioni, enti del Terzo settore

o singoli cittadini di segnalare un'iniziativa conosciuta o proporre una. Nello specifico, i contributi sono stati raccolti tramite la piattaforma *online* LABMET - Laboratorio Metropolitano di innovazione – della Città Metropolitana di Cagliari, dal 10 al 31 maggio 2024. È stata inoltre creata una pagina *web* informativa e organizzato un incontro partecipativo nel mese di giugno per condividere risultati e favorire il confronto. Questo processo ha permesso di mappare attività esistenti e raccogliere nuove proposte, garantendo un'ampia rappresentanza territoriale e fornendo indicazioni per acquisire una visione più chiara delle direzioni su cui lavorare per realizzare un Piano integrato, intersettoriale ed efficace. Attraverso un'analisi approfondita dei contributi ricevuti, è stato infatti possibile identificare le aree di miglioramento e le opportunità di sviluppo.

L'indagine conoscitiva e partecipativa ha permesso di comprendere come il tema dell'invecchiamento attivo venga affrontato nella Città Metropolitana di Cagliari, fornendo una base per un Piano adeguato alle esigenze del territorio. Attraverso le tre fasi di analisi, sono stati coinvolti enti pubblici, associazioni e cittadini, raccogliendo punti di vista diversificati. È emersa una comunità dinamica e sensibile al tema, con numerosi progetti già avviati, sebbene spesso disomogenei e privi di una pianificazione strategica comune. Molti interventi risultano limitati al breve termine, condizionati da finanziamenti specifici piuttosto che da una programmazione strutturata. Inoltre, la mancanza di coordinamento tra i vari attori ha reso difficile la creazione di una rete efficace di collaborazioni. L'indagine ha evidenziato la necessità di definire linee guida condivise per garantire stabilità e continuità alle iniziative. È stato possibile individuare criteri essenziali per il successo dei progetti, tra cui replicabilità, adattabilità, scalabilità e capacità di attrarre investimenti e partecipazione. Tuttavia, non sono ancora stati rilevati dati sufficienti per valutare l'impatto a lungo termine delle azioni intraprese. I due incontri di consultazione pubblica hanno confermato la carenza di comunicazione tra enti, ostacolando possibili sinergie. Per superare queste criticità, è necessario integrare le iniziative esistenti in un quadro programmatico comune. La ricognizione ha quindi fornito indicazioni cruciali su cui concentrare gli sforzi per formulare un Piano per l'Invecchiamento Attivo più consono e rappresentativo delle esigenze delle comunità della Città Metropolitana.

Fase 3. Definizione del Piano

Partendo dagli esiti dell'indagine conoscitiva, il Piano è stato strutturato seguendo un percorso metodologico rigoroso, basato su una serie di passaggi logici che ne garantissero coerenza e fattibilità operativa.

Il primo passo è stato l'identificazione delle principali sfide legate alla transizione demografica locale, seguita dal coinvolgimento degli stakeholder

1. Per ulteriori approfondimenti si rimanda alla consultazione dell'allegato "Indagine conoscitiva".



e dalla mappatura delle opportunità esistenti. Successivamente, sono stati definiti alcuni assi strategici, intesi come ambiti prioritari di intervento per orientare le azioni del Piano.

Gli assi individuati comprendono:

- la promozione della salute e del benessere;
- il contrasto alle discriminazioni legate all'età e la promozione dell'empowerment personale;
- il rafforzamento delle relazioni intergenerazionali e la lotta all'isolamento sociale;
- la partecipazione civica e sociale;
- l'adeguamento degli spazi pubblici e abitativi;
- la mobilità e l'apprendimento continuo.

Per ciascun asse strategico sono stati individuati obiettivi generali e operativi, con relative linee d'azione, garantendo coerenza con il Piano Strategico Metropolitano e con i progetti già in corso.

Al fine di dare esecutività alle linee di azione individuate, sono stati elaborati una serie di progetti suddivisi in due categorie principali:

- **progetti su assi strategici:** rappresentano azioni concrete per affrontare le sfide del Piano, con alcune iniziative sperimentali pensate per testare nuovi approcci. Questi progetti, con obiettivi chiari e fasi operative dettagliate, sono pensati per essere replicabili, adattabili ai vari contesti e sostenibili nel tempo;

- **progetti del Piano Strategico da ri-orientare verso l'invecchiamento attivo e la longevità:** sono una rivisitazione delle iniziative già previste nel Piano Strategico, basandosi sulle indicazioni fornite dal Piano per l'invecchiamento attivo e le sue linee di indirizzo. L'intento è quello di adeguarli agli obiettivi e alle priorità stabilite per favorire un invecchiamento attivo e una maggiore longevità.

Particolare attenzione è stata dedicata alla selezione dei progetti con maggiore impatto e semplicità di attuazione, che sono stati dettagliati per essere immediatamente operativi.

Per garantire coerenza nelle fasi esecutive future su tutto il territorio metropolitano, sono state elaborate Linee di Indirizzo applicative. Queste forniscono una metodologia operativa efficace, mirata a promuovere un cambiamento diffuso attraverso linee d'azione condivise, un coordinamento strategico ben definito e una governance chiara.

Infine, la governance del Piano è stata strutturata per assicurare un impatto concreto e sostenibile nel tempo, definendo il sistema di gestione istituzionale, amministrativo e partenariale necessario alla sua efficace attuazione.

2.5 Ruolo di indirizzo della Città Metropolitana e ruolo operativo dei singoli comuni

La politica e le istituzioni assumono con estrema consapevolezza la responsabilità di formulare processi per il governo della transizione demografica, considerando le peculiarità delle diverse realtà locali.

La Città Metropolitana è consapevole di trovarsi in una fase di transizione demografica in cui la longevità sarà una caratteristica prevalente nel tempo. Pertanto, la promozione della salute per tutte le età nell'intero ambito metropolitano sarà prioritaria per garantire uno sviluppo futuro sostenibile.

La Città Metropolitana di Cagliari è anche consapevole del suo ruolo nel sostenere e implementare in modo uniforme, su tutto il territorio metropolitano, un approccio istituzionale, culturale e sociale rivolto alla persona che invecchia ed orientato verso la promozione dell'invecchiamento attivo e in salute, focalizzato sull'individuo nel suo processo di invecchiamento. L'obiettivo è offrire a tutta la popolazione dell'area metropolitana di Cagliari occasioni, opportunità e sostegno per la costruzione di un proprio "progetto di vita". Questo include contrastare i rischi di esclusione sociale, solitudine e marginalità, assicurando che ogni individuo possa continuare a partecipare attivamente alla vita sociale e culturale della comunità.

La Città Metropolitana di Cagliari ha il compito di stabilire linee guida uniformi, valide per l'intero suo territorio, per quanto riguarda l'invecchiamento attivo e la salute nella longevità.

Al contempo ogni singola Amministrazione locale ha il compito di identificare le priorità specifiche necessarie per affrontare i processi di transizione demografica locali. L'obiettivo è assicurare che gli interventi proposti da ciascuna soggetto siano efficaci e coerenti con il contesto locale. Le Amministrazioni avranno l'autonomia e la specificità necessarie per coordinare tutte le risorse disponibili a livello locale - sia sociali che umane e finanziarie - al fine di promuovere l'invecchiamento attivo e la salute nella longevità. Questo approccio mira ad adattare le strategie definite a livello metropolitano alle peculiarità e alle esigenze specifiche di ogni comunità all'interno dell'ambito metropolitano di Cagliari, assicurando così un'azione coordinata e mirata su scala locale e puntuale.

Parallelamente al coordinamento delle amministrazioni locali, è fonda-

mentale coinvolgere i soggetti privati – come imprese, organizzazioni del terzo settore, istituzioni educative e sanitarie, e operatori economici – nel processo di definizione e implementazione delle strategie del piano. Questi attori possono fornire competenze, risorse finanziarie e innovative, oltre a favorire la creazione di reti collaborative tra pubblico e privato. La loro partecipazione attiva è essenziale per sviluppare servizi e iniziative che rispondano in modo efficace alle esigenze della popolazione, promuovendo soluzioni integrate e sostenibili.

La Città Metropolitana di Cagliari, con la Deliberazione della Conferenza dei Sindaci n. 2 del 05.07.2021 e Deliberazione del Consiglio Metropolitan n. 15 del 05.07.2021, si è dotata di un “Piano Strategico Metropolitan” quale atto di programmazione e pianificazione obbligatoria ai sensi della Legge n. 56 del 7 aprile 2014, recepita dalla Legge Regionale n. 2/2016 sul riordino del sistema delle autonomie locali.

Il Piano Strategico rappresenta un atto guida per l’ente e per l’esercizio delle funzioni dei comuni e delle unioni di comuni all’interno del territorio metropolitan, comprese le funzioni delegate o assegnate dalle regioni. L’Agenda Strategica, inclusa nel documento globale, significativamente intitolata “Verso un futuro condiviso: una comunità innovativa nel segno della sostenibilità e della resilienza”, orienta le azioni verso obiettivi di sviluppo sostenibile e di capacità di adattamento alle sfide ambientali, economiche e sociali.

Nel suo insieme, il Piano Strategico ha contribuito a delineare un quadro coordinato per lo sviluppo futuro dell’ente, focalizzandosi sull’integrazione completa dei temi chiave. Questo approccio mira a trasformare la città in un’entità innovativa, sostenibile e resiliente, preparata ad affrontare il percorso verso la longevità in salute.

Soprattutto le “Azioni di sistema”, che costituiscono il livello operativo del Piano e possono essere descritte come mosaici integrati di progetti complementari e interdipendenti, hanno il potenziale di impattare positivamente se orientate verso la longevità, l’invecchiamento attivo e intergenerazionalità.

Tra queste Azioni di sistema, spiccano “Vitattiva”, volta allo sviluppo di una città metropolitana incentrata sullo sport, sulla salute e sul benessere, e “Comunità diffusa”, orientata a rafforzare il senso di comunità metropolitana attraverso politiche sociali, pari opportunità e lavoro. Quest’ultima azione mira a creare comunità sostenibili e una rete di servizi che supporti e implementi un approccio istituzionale, culturale e sociale centrato sulla persona anziana nel contesto della sua vita sociale. L’obiettivo è garantire opportunità di salute, partecipazione e sicurezza, seguendo le linee guida dell’invecchiamento attivo definite dall’Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) nel 2002.

Si tratta di orientare queste Azioni di sistema secondo la visione di una Città Metropolitana che adotta la longevità come sua prospettiva futu-

ra, focalizzandosi sulla sostenibilità a lungo termine e sulla promozione dell’invecchiamento attivo come motore propulsivo per le persone lungo tutto l’arco della vita.

Alla luce di queste considerazioni e delle significative ricadute sociali ed economiche che ne derivano, la Città Metropolitana intende orientare le azioni delineate nel Piano strategico verso la promozione di politiche attive volte a creare un modello esemplare di “buone pratiche” in materia di invecchiamento attivo e solidarietà tra le generazioni. Questo avviene con la stesura di “linee di indirizzo” omogenee valide per tutto il proprio ambito di competenza, parte sostanziale del presente Piano.

Le progettualità proposte avranno il compito di guidare il cambiamento verso iniziative future più durature, stabilendo così una continuità e una struttura solida per il cambiamento pianificato.

Capitolo 3

Strategia

3.1 Introduzione

Il Piano per l'Invecchiamento Attivo della Città Metropolitana è progettato per avviare un processo di cambiamento che mira a trasformare diversi ambiti: istituzionale-amministrativo, culturale e sociale. Questo cambiamento coinvolge i sistemi di convivenza sociale e gli ambienti di vita, inclusi quelli familiari. Si estende, inoltre, agli ambienti di relazione più complessi, che richiedono un riorientamento verso la promozione dell'invecchiamento attivo.

La transizione demografica del territorio metropolitano evidenzia la complessità del fenomeno, che riguarda la trasformazione e lo sviluppo dei sistemi produttivi, delle dinamiche sociali e delle interconnessioni tra le aspirazioni individuali e le decisioni pubbliche. Questa complessità richiede un'attenzione particolare verso gli attori coinvolti e i diversi ambiti di intervento, considerando che i processi di cambiamento sono molteplici, diversificati e specifici a seconda dei settori in cui devono radicarsi per diffondersi e influenzare l'intero sistema sociale.

La possibilità che il Piano per l'Invecchiamento Attivo possa essere efficace dipende dalla consapevolezza e dall'attenzione verso diversi aspetti cruciali:

1. **consapevolezza delle Amministrazioni locali:** è essenziale che le Amministrazioni comprendano le implicazioni socio-economico-culturali della longevità nelle loro comunità. Devono gestire e amministrare una società che invecchia, adattando le politiche e i servizi di conseguenza;
2. **consapevolezza della società:** la società deve riconoscere l'impatto del nuovo paradigma della longevità sull'identità socio-culturale, sui comportamenti, sulle relazioni sociali e sulla convivenza. Questa consapevolezza è cruciale per adattare le interazioni sociali e comunitarie a una popolazione sempre più longeva;
3. **consapevolezza dei protagonisti dell'invecchiamento attivo:** le persone anziane e le loro famiglie devono comprendere le implicazioni cognitive della longevità sul loro vissuto quotidiano, sui loro desideri, sulle esigenze e sui diritti. È fondamentale che si identifichino come cittadini longevi e partecipino attivamente alla definizione delle politiche e dei servizi.

La complessità di questi temi richiede direzioni precise per affrontare il cambiamento. Gli obiettivi generali e operativi definiti negli assi strategici del Piano devono essere declinati in modo specifico nelle singole realtà locali per permettere a tutte le comunità della Città Metropolitana di crescere in modo coordinato.

È essenziale armonizzare i diversi livelli dei processi decisionali che influenzano i risultati, garantendo linee guida uniformi per evitare direzioni contrastanti che potrebbero ostacolare il cambiamento. È importante, infine, che tutte le parti coinvolte agiscano con efficacia e collaborazione

per garantire che il Piano per l'Invecchiamento Attivo sia implementato in modo efficace e sostenibile.

Le Linee di indirizzo perciò assolvono ai seguenti compiti:

- proporre una metodologia operativa generale coerente con il metodo dell'“innovazione sociale”;
- proporre alcuni indirizzi operativi rivolti alle Amministrazioni e ai portatori di interesse;
- proporre strumenti e leve per il cambiamento da inserire nei progetti per il raggiungimento degli obiettivi proposti;
- evidenziare priorità da condividere con gli amministratori locali e i portatori di interesse sulle quali progettare in maniera specifica, ma coordinata, secondo gli assi strategici individuati;
- individuare progetti coerenti con gli assi strategici, evidenziando alcune buone pratiche che possano fungere da esempio;
- individuare coerenze interne ed esterne al Piano;
- individuare percorsi per la *governance* del Piano.

Il cambiamento strategico amministrativo e gestionale è cruciale per adattare le politiche e i servizi esistenti alla visione della longevità e dell'invecchiamento attivo. Questo implica non solo la revisione delle attuali iniziative, ma anche l'orientamento delle nuove progettualità verso obiettivi che favoriscano una migliore qualità della vita per tutti.

A supporto di questo approccio, è significativo il fatto che agli inizi del 2019 il Dipartimento per le Politiche della Famiglia abbia istituito un Coordinamento Nazionale per le Politiche sull'Invecchiamento Attivo con l'obiettivo di elaborare le Linee guida nazionali volte a promuovere politiche e interventi specifici sull'invecchiamento attivo in Italia. Questo sforzo nazionale rafforza l'importanza e la necessità di adottare un approccio coordinato e strategico a livello locale, regionale e nazionale per affrontare le sfide demografiche e sociali legate all'invecchiamento della popolazione.



3.2 Approccio metodologico

Una metodologia operativa efficace garantisce che il cambiamento generale e diffuso possa realizzarsi attraverso linee operative omogenee e condivise, un coordinamento strategicamente definito e la coerenza di tutti gli elementi che la compongono, insieme a una governance complessiva.

3.2.1 Dal “cosa” al “come”

A livello internazionale, molto è stato fatto nel campo dell'invecchiamento attivo per quanto riguarda il “cosa” fare, come evidenziato nelle analisi descritte nel presente Piano. Tuttavia, si è dedicata meno attenzione al “come” fare. I risultati del cambiamento non sempre sono chiaramente visibili e alcuni sono ancora attesi, quindi sembra opportuno concentrarsi sul “come” agire.

La metodologia proposta per il Piano della Città Metropolitana di Cagliari si fonda sui principi consolidati nei processi di innovazione sociale che, a loro volta, si basano su due presupposti fondamentali:

- **ri-utilizzo, ri-orientamento e ri-composizione:** valorizzare ciò che già esiste attraverso il ri-utilizzo creativo delle risorse disponibili, il ri-orientamento delle pratiche esistenti verso nuovi obiettivi e la ri-composizione delle soluzioni esistenti per affrontare sfide emergenti. Questo approccio mira a massimizzare l'efficienza e a ridurre l'impatto ambientale e sociale;
- **attivazione di nuovi rapporti e relazioni sociali:** favorire la creazione di nuovi rapporti e relazioni sociali all'interno dei contesti interessati. Questo presupposto promuove l'inclusione sociale, la coesione comunitaria e la collaborazione tra diversi attori per affrontare le sfide comuni in modo collaborativo e sostenibile.

All'interno dei processi programmatori per le Amministrazioni locali, ciò si traduce in:

1. **ri-orientare:** adattare i programmi, progetti e azioni già esistenti per rispondere alla nuova visione della longevità e dell'invecchiamento attivo;
2. **ri-organizzare:** ristrutturare le attività specifiche e i servizi già esistenti secondo la nuova visione della longevità e dell'invecchiamento attivo;
3. **ri-comporre:** integrare in una visione comune le azioni, le attività e i servizi che fino ad ora erano considerati separatamente e settorialmente;
4. **attivare nuovi rapporti e relazioni sociali:** promuovere la collaborazione e la cooperazione tra attori dei diversi contesti e settori, facilitando nuove relazioni sociali tra soggetti che tradizionalmente hanno seguito percorsi autonomi o talvolta antagonisti;
5. **valutare l'impatto:** valutare anticipatamente (ex ante) e successivamente (ex post) l'impatto che il ri-orientamento, la ri-organizzazione e la ri-composizione possono avere sul contesto operativo e sui beneficiari finali degli interventi.

Questi processi mirano a garantire che le azioni delle amministrazioni locali siano allineate alla nuova visione di longevità e invecchiamento attivo, promuovendo al contempo l'efficienza, la collaborazione e l'impatto positivo sulle comunità.

3.2.2 Informare per aumentare consapevolezza

Se un cambiamento vuole essere efficace, deve coinvolgere ed essere condiviso dagli attori chiave del contesto, tra i quali amministratori e società civile. Tuttavia, per raggiungere questo obiettivo, è cruciale un processo strutturato di informazione, conoscenza, condivisione e partecipazione. L'obiettivo finale di questo processo dovrebbe essere quello di creare una consapevolezza diffusa che il cambiamento non è solo una questione di azioni concrete, ma soprattutto di chi le porta avanti.

È essenziale avviare iniziative di informazione e formazione mirate a diversi pubblici:

- per gli amministratori e i decisori pubblici, inclusi settori come sanità, istruzione, mondo del lavoro, previdenza sociale, ordine pubblico e imprenditoria pubblica, è opportuno promuovere sessioni di formazione specifiche. Queste dovrebbero fornire conoscenze approfondite sui temi dell'invecchiamento attivo e della longevità, e sugli approcci e le politiche efficaci per promuoverli;
- per la società civile, è importante coinvolgere attivamente il mondo dell'associazionismo, della cooperazione e del terzo settore attraverso iniziative di formazione e *workshop*. Queste attività possono includere la condivisione di best practice, lo sviluppo di competenze specifiche

e la collaborazione per implementare progetti concreti legati all'invecchiamento attivo;

- per i singoli cittadini, è fondamentale educare e informare attraverso campagne di sensibilizzazione, seminari locali e programmi educativi nelle comunità. Questo può includere la promozione di stili di vita sani, la consapevolezza sui diritti degli anziani e l'importanza della partecipazione attiva nella società.

3.2.3 Agire su alcune leve di cambiamento

È cruciale identificare strumenti efficaci per stimolare, accompagnare e gestire il cambiamento complessivo. Utilizzando queste leve, è possibile influenzare gli ambienti operativi delle istituzioni, dell'istruzione, del lavoro, dell'economia e coinvolgere attivamente tutti gli attori e beneficiari della società metropolitana. L'applicazione mirata di leve di cambiamento non solo sollecita un adattamento agli ambienti operativi e agli interventi, ma trasmette anche segnali distinti sia agli operatori che agli utenti.

Applicare queste leve con frequenza aiuterà a instaurare la percezione che sia giunto il momento di adeguarsi a una nuova serie di orientamenti. Se impiegate con criterio e chiare finalità, le stesse contribuiranno a modificare anche la narrazione generale riguardo al fenomeno dell'invecchiamento.

Tra esse ci si deve concentrare su:

- la **multidisciplinarietà e l'interdisciplinarietà** dei settori di intervento riguardanti la longevità e l'invecchiamento attivo in salute, per aumentare l'efficacia globale;
- l'attenzione ai **comportamenti e alle attitudini radicate**, rinforzando quelli utili e funzionali al piano, e cercando di influenzare e ri-orientare quelli meno adatti, disincentivandoli;
- la **strategia del ri-uso**, come leva, consiste sia nell'utilizzare l'esistente secondo nuove forme adattative, sia nel consolidare, massimizzare e mettere a sistema le buone pratiche già in atto;
- l'**intergenerazionalità** come leva può essere utilizzata per informare, comprendere e acquisire consapevolezza; diventa un obiettivo quando l'incontro tra le generazioni guida gli altri obiettivi già in essere, e un risultato quando questo incontro diventa strutturale e duraturo nella società;
- l'**engagement** dei cittadini come leva motivazionale per indurre il cambiamento, rendendolo appetibile;
- l'**identità** come leva per il cambiamento, adattando le raccomandazioni internazionali alla realtà locale e considerando la specificità dell'identità locale;
- la **gradualità e progressività** come condizione, affinché il cambiamento possa radicarsi e consolidarsi in tutti i settori di intervento.

3.2.4 Le priorità

La scelta delle priorità compete sia alla Città Metropolitana che alle Amministrazioni locali, le quali sanno selezionare quelle più funzionali per incarnare nelle proprie comunità quanto il Piano propone. Anche i portatori di interesse possono coadiuvare le amministrazioni nella scelta delle priorità, essendo conoscitori e rappresentanti dei bisogni, delle potenzialità e delle capacità dei settori di loro competenza.

Le priorità sono propedeutiche per la scelta dei progetti pilota, dei progetti a lungo termine e dei programmi di più ampio respiro, tutti coerenti con gli obiettivi degli assi strategici proposti nel Piano e con il cambiamento previsto.

Le priorità rappresentano anche uno strumento per attuare un cambiamento graduale e progressivo, coltivando la consapevolezza che “si può fare” pur rimanendo ancorati alla realtà obiettiva. Sono utili per costruire una mappa e una *road map* del viaggio verso il cambiamento.

Le opzioni per la scelta delle priorità possono essere diverse e riguardare vari aspetti trattati nel Piano, come le esigenze degli ambiti locali, le indicazioni contenute nei singoli assi strategici, i settori e ambiti di intervento e le funzionalità rispetto al cambiamento.

Le priorità non devono necessariamente includere tutti i punti citati, ma alcuni possono emergere come più urgenti rispetto ad altri. Di conseguenza, possono essere affrontati con diverse intensità e tempi nel loro sviluppo. Le priorità non devono essere necessariamente considerate simultaneamente allo stesso livello di importanza, ma possono essere identificate e affinate nel tempo, attraverso aggiustamenti progressivi e adattamenti contestuali.

Capitolo 4

Linee di indirizzo

4.1 Le sfide da affrontare

Stiamo vivendo cambiamenti di portata globale in settori come ambiente e clima, tecnologie, economia e mercati in evoluzione, politica e geopolitica emergenti, nuove scienze biomediche e della vita. Questi cambiamenti sono interconnessi e interagiscono con i sistemi sociali, generando trasformazioni e mutamenti nelle società e nelle vite dei cittadini.

Le sfide e i rischi associati sono una priorità nelle agende di tutte le Nazioni che cercano soluzioni globali, con impegni graduali e una visione a lungo termine. L'obiettivo è evitare di adottare sistemi poco sostenibili o addirittura insostenibili, motivo per cui si discute attualmente di percorsi di "transizione" graduale verso nuovi modelli e sistemi basati sulla sostenibilità a livello ambientale, tecnologico, sociale ed economico.

In quest'ottica, la Città Metropolitana, come riferito nel Piano Strategico *"non dovrà limitarsi a definire le regole del gioco, ma dovrà essere protagonista di un cambiamento radicale del sistema di sviluppo locale" tenendo in debito conto che, "è ormai sempre più chiaro che le molteplici sfide che le aree urbane si trovano a fronteggiare – economiche, ambientali, climatiche, sociali e demografiche – sono strettamente interconnesse"*.

Le due transizioni più rilevanti attualmente sono quella ambientale-climatica e quella tecnologica-digitale. Tuttavia, una terza, la **transizione demografica** legata all'invecchiamento della popolazione, ha un impatto significativo sulle società e sulla loro sostenibilità.

Il fenomeno dell'invecchiamento della popolazione rivela una connessione di impatti, sottolineando l'importanza di una gestione graduale, contestuale e interdipendente delle tre transizioni succitate. Questo approccio integrato è diventato un imperativo necessario per garantire la sostenibilità e il benessere delle società.

Affrontare queste transizioni richiede politiche adeguate e coerenti, con impegni istituzionali concreti. In particolare, per quanto riguarda la transizione demografica, è necessario riorientare le politiche pubbliche in modo innovativo e determinato. Non si tratta semplicemente di osservare il fenomeno, ma di affrontarlo attivamente per poterlo gestire, trasformando le iniziali sorprese e preoccupazioni in opportunità di sviluppo, basandosi sul concetto di *longevità* come fondamento per orientare le scelte e le strategie.

I timori circa il possibile sovraccarico delle risorse sociali, dovuto alle esigenze delle persone anziane a discapito delle generazioni più giovani, sono stati ormai superati. Si è ormai abbracciato il concetto che è possibile progettare società per vite più lunghe a beneficio di tutte le generazioni. L'odierna sfida si focalizza sulla promozione della salute in concomitanza con l'allungarsi della vita, con l'obiettivo di impedire che l'estensione della durata della vita coincida con un prolungamento della malattia. È cruciale esplorare come sfruttare le opportunità offerte da una vita più lunga con una popolazione più sana.

Il futuro che interessa la Città Metropolitana di Cagliari e le comunità locali è di invecchiare con successo, mirando a cogliere i benefici economici e sociali derivanti dalla longevità. Questo futuro, che si è già materializzato prima delle aspettative, richiede un'organizzazione più efficace per essere gestito in modo proattivo, minimizzando le conseguenze di un periodo prolungato di vita senza benessere.

In questa prospettiva, emergono sfide che possono essere affrontate considerando il concetto dell'invecchiamento lungo l'intero arco della vita. Le condizioni di vita delle persone anziane sono influenzate dal percorso che hanno seguito attraverso le diverse fasi della vita, sin dalla giovane età.

Gli innumerevoli aspetti della vita, in tutte le sue fasi, rivestono un'importanza fondamentale e necessitano di essere considerati nella loro complessità. È essenziale concentrarsi sulle radici su cui tali aspetti si basano: visioni stratificate dell'essere società e città con valori più o meno condivisi, giudizi e pregiudizi radicati nelle persone e comportamenti conseguenti, stigmi associati alle persone poco accettate in una società multigenerazionale, e stili di vita personali e sociali poco adatti ad affrontare la diversità come opportunità di evoluzione sociale.

In una società caratterizzata dalla longevità, diventa cruciale riscrivere i vincoli comunitari con significati semantici e simbolici più idonei a esprimere partecipazione, solidarietà, integrazione e, soprattutto, coesione sociale e sostenibilità sociale.

Tra le numerose sfide identificate, sono state selezionate tre ritenute fondamentali per innescare un cambiamento diffuso, in risposta alle nuove consapevolezze richiamate dalla longevità. Queste sfide costituiscono il fulcro della strategia globale del Piano per l'Invecchiamento Attivo della Città Metropolitana di Cagliari e sono articolate attraverso sei assi strategici che si intrecciano e si connettono tra loro. Gli assi sono esplorati attraverso obiettivi principali e specifici, linee di azione, nonché attraverso impatti attesi e le ricadute sulle comunità locali:

1. la prima sfida consiste nella *promozione della salute* come prospettiva fondamentale che guida l'intero arco della vita delle persone. Tre assi strategici, interconnessi tra loro, costituiscono la base della strategia complessiva per affrontare questa sfida: la "Promozione della salute e del benessere", il "Contrasto all'ageismo e promozione dell'autodeterminazione" (*empowerment*), la "Partecipazione attiva: civica e sociale";
2. la seconda sfida è legata alla *longevità* come fondamento della società e motore di sviluppo, trovando la sua base principalmente su tre assi strategici: "Promozione della salute e del benessere", "Partecipazione attiva: civica e sociale", e "Spazi ed edifici pubblici, spazi abitativi, mobilità" (città amica degli anziani);
3. la terza sfida è incentrata sulla *solidarietà tra le generazioni* (intergenerazionalità) come elemento chiave per la coesione sociale. Gli assi

strategici fondamentali in questo contesto sono rappresentati dalla "Lotta alla solitudine e relazioni intergenerazionali" e "Apprendimento continuo".

Le sfide



Promozione della salute



Longevità



Solidarietà tra le generazioni



4.2 Assi strategici

Gli assi rispondono direttamente alle sfide e rappresentano i pilastri fondanti della strategia complessiva. Sono ispirati alle indicazioni fornite dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) e da altri documenti strategici della Città Metropolitana, della Regione Sardegna e nazionali come ad esempio:

1. Piano Strategico e Agenda Strategica della Città Metropolitana;
2. Rapporto di analisi del territorio della Città Metropolitana;
3. Le politiche per l'invecchiamento attivo nelle Regione Sardegna;
4. Raccomandazioni nazionali per l'adozione di politiche in materia di invecchiamento attivo;
5. Linee di Indirizzo Nazionali per l'Invecchiamento Attivo;
6. SPI: Invecchiamento attivo: Legge Delega 33/2023: un'occasione da non perdere.

Nella definizione degli assi strategici inoltre, conseguentemente a quanto si sta elaborando a livello nazionale, si fa riferimento al Piano di Azione Internazionale di Madrid sull'Invecchiamento (MIPAA - Madrid International Plan of Action on Ageing) e all'Agenda 2030 per lo Sviluppo Sostenibile pubblicata dall'ONU nel 2015.

Gli assi strategici rappresentano le principali aree e dimensioni dell'ambiente urbano e sociale che determinano la salute e la qualità della vita delle persone, sia da un punto di vista personale che del loro essere partecipi di una comunità.

Sono stati individuati sei assi strategici:



Asse 1

promozione della salute e del benessere



Asse 2

contrasto alle discriminazioni (ageismo) e promozione dell'*empowerment* personale



Asse 3

relazioni intergenerazionali e contrasto all'isolamento sociale



Asse 4

partecipazione attiva, civica e sociale



Asse 5

ambienti favorevoli alla salute: spazi ed edifici pubblici, spazi abitativi, mobilità



Asse 6

apprendimento continuo

4.2.1 Promozione della salute e del benessere

Si tratta di promuovere lo stato di benessere psico-fisico e sociale delle persone lungo l'arco della vita. Obiettivo di questo asse è rafforzare, in tutti i settori della società, la consapevolezza che il benessere passa attraverso l'adozione di stili di vita adeguati, un ambiente sociale coeso ed inclusivo. La Promozione della Salute è il processo che conferisce alle popolazioni i mezzi per assicurare un maggior controllo sul loro livello di salute, con il fine di migliorarla. Questo modo di procedere deriva da un concetto che definisce la salute come la misura in cui un gruppo o un individuo possono, da un lato realizzare le proprie ambizioni e soddisfare i propri bisogni e, dall'altro evolversi con l'ambiente o adattarsi a questo. La salute è dunque percepita come una risorsa della vita quotidiana e non come il fine della vita: è un concetto positivo che mette in valore le risorse sociali e individuali, come le capacità fisiche².

Questo asse strategico affronta la sfida della promozione della salute come prospettiva che si dispiega in tutto l'arco della vita delle persone. In una società longeva le persone che invecchiano devono poter progredire nella propria autodeterminazione, continuare ad essere individui attivi e conservare le proprie libertà di scelte di vita all'interno di una comunità. Per la società, vista nel suo complesso, occorre ragionare in termini di "aspettativa di vita in salute" valorizzando i benefici di una vita più lunga e più sana e di conseguenza minimizzare i costi di una società che invecchia. Investire in salute pubblica diventa un obbligo per una società longeva.

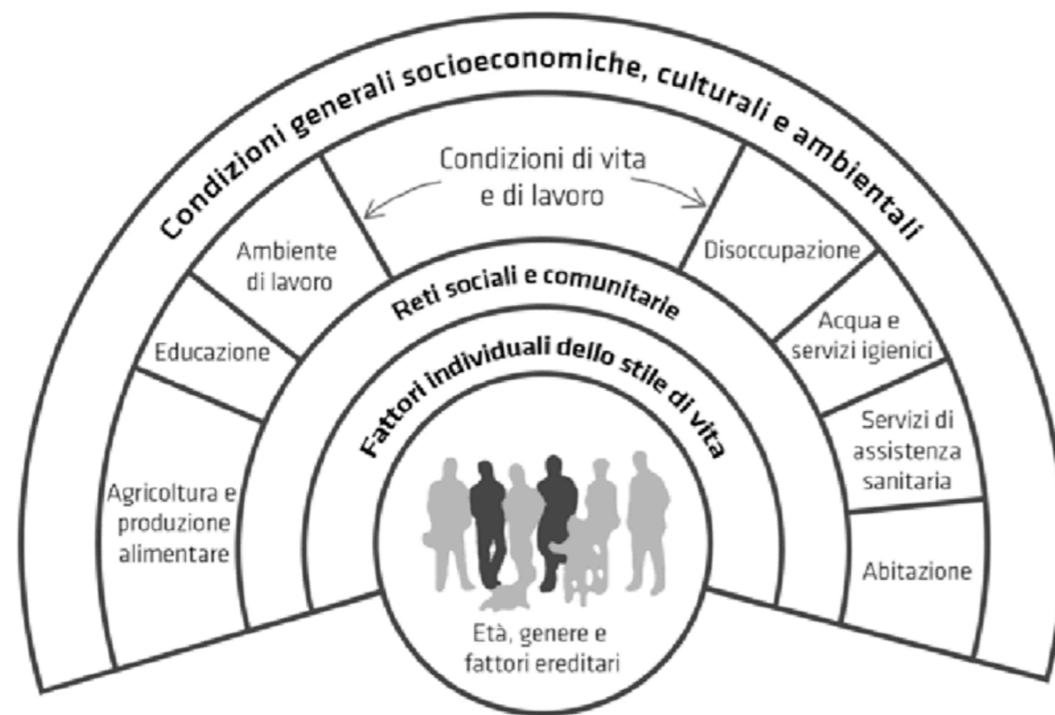
Per questo le Nazioni Unite hanno proposto il "Decennio delle Nazioni Unite per l'invecchiamento in buona salute" (2021-2030) e incaricato l'OMS di guidare una collaborazione globale, in linea con gli ultimi dieci anni degli Obiettivi di sviluppo sostenibile, per migliorare la vita degli anziani, delle loro famiglie e delle comunità in cui vivono. Gli stati, la società civile, il mondo accademico, i media e il settore privato sono tutti invitati a collaborare per migliorare le vite delle persone anziane e delle loro famiglie sugli Obiettivi di sviluppo sostenibile delle Nazioni Unite per il 2030.

I decisori sono dunque chiamati a ri-orientare il sistema complessivo sanità-salute, prima di tutto verso una rivisitazione dei modelli di cura, in cui l'invecchiamento è inteso come processo di cambiamento continuo e progressivo delle condizioni delle persone, piuttosto che come un coacervo di malattie da curare.

2. Estratto dalla 1° Conferenza Internazionale sulla Promozione della Salute, riunita a Ottawa il 21 novembre 1986. Questa Conferenza è stata in primo luogo una risposta alle crescenti aspettative mondiali per un nuovo movimento di sanità pubblica.

La promozione della salute va quindi al di là dell'assistenza sanitaria. Essa colloca la salute all'ordine del giorno di coloro che compiono le scelte politiche in tutti i settori e a ogni livello, per renderli più consapevoli delle conseguenze che hanno le loro decisioni sulla salute e far accettare le responsabilità da assumere nei confronti della salute. Una politica di promozione della salute richiede che vengano identificati gli ostacoli all'adozione di politiche pubbliche per la salute nei settori non sanitari e i modi per superarli, e per far questo non può prescindere dall'agire sulle condizioni o fattori che influenzano lo stato di salute di un individuo, di una comunità o di un'intera popolazione.

Su queste fondamenta si sono eretti i "determinanti di salute" (fattori individuali, reti sociali e comunitarie, condizioni generali socioeconomiche, culturali e ambientali).



Tutto questo richiama la complessità degli interventi che devono essere messi in atto, invitando alla "multidisciplinarietà" degli stessi, ma soprattutto alla "interdisciplinarietà" operativa degli attori coinvolti, delle loro competenze e delle tipologie di risorse da mettere a disposizione.

Nessuno dei determinanti della salute, preso individualmente, è in grado di garantire risultati in termini di promozione della salute, nonostante ciò, alcuni "domini", se ben presidiati, possono avere un grande impatto sulle persone.

Su questi è possibile far convergere maggiori energie per caratterizzare i processi pianificatori e programmatori:

- a. i **comportamenti personali** che possono determinare in "stili di vita" sani;
- b. l'**organizzazione sociale** che può promuovere e sostenere gli stili di vita;
- c. l'**ambiente urbano** e quello **prossimale** di vita che possono garantire gli stili di vita;
- d. il **sistema sanitario** che assume il ruolo di garante.

La Legge Delega N.33 del 2023 con il Decreto attuativo individua misure per la prevenzione della fragilità e la promozione della salute, dell'invecchiamento attivo delle persone anziane, tra cui periodiche campagne istituzionali allo scopo di promuovere la salute e la cultura della prevenzione lungo tutto il corso della vita volte a favorire l'invecchiamento attivo attraverso la promozione di comportamenti consapevoli e virtuosi.

Nella Città Metropolitana di Cagliari il tema della promozione della salute e della partecipazione delle persone anziane, è stato esaminato con il Sistema di Sorveglianza Epidemiologica Nazionale rivolto alla popolazione di oltre 64 anni attraverso l'indagine "Passi d'argento" del 2018.

Il report della ASL di Cagliari, relativo al territorio della Città Metropolitana allargata, evidenzia nel campione degli ultra 64enni come alcune condizioni personali e sociali incidano in modo significativo sulla salute, il benessere, la percezione di sé in salute, la partecipazione sociale e l'integrazione. Tra queste condizioni rilevanti figurano l'avanzare progressivo dell'età, il sesso, le condizioni culturali ed economiche, nonché il vivere da soli o in compagnia. La presenza di ambienti fisici precari, specialmente abitazioni non idonee, compromette la sicurezza e il benessere personale. L'indagine evidenzia la situazione delle donne anziane, le quali, avendo un'aspettativa di vita più lunga rispetto agli uomini, possono rimanere attive più a lungo ma al contempo sono più esposte a discriminazioni e solitudine. Pertanto, è essenziale considerare attentamente questa dinamica.

Nel territorio della Città Metropolitana di Cagliari, l'approccio alla promozione della salute segue una impostazione sistemica che si focalizza sui molteplici fattori attraverso strategie integrate. Questa prospettiva è supportata dall'adesione del comune di Cagliari alla "Rete città sane", un progetto promosso dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS). L'OMS collabora direttamente con i Governi locali, tramite il suo Centro per la Salute Urbana e una rete di città (le Città Sane), per sostenere i paesi nella promozione della salute pubblica, sviluppare politiche locali per la salute e programmi sanitari, prevenire e affrontare minacce e rischi per la salute, nonché anticipare le sfide future per la salute.

La Città Metropolitana di Cagliari è inserita anche nel Programma Nazionale "Guadagnare salute: rendere facili le scelte salutari", approvato con DPCM del 4 maggio 2007, che ha avviato un processo "intersettoriale"

(accordi intersettoriali e interistituzionali) per interventi volti a modificare i comportamenti individuali non salutari, tesi a creare condizioni ambientali atte a favorire l'adozione di corretti stili di vita. Gli accordi e gli interventi intersettoriali sono declinati a livello locale nell'ambito del Piano Regionale della Prevenzione 2020-2025 - Allegato alla D.G.R. n. 50/46 del 28.12.2021. Queste logiche intersettoriali nel promuovere la salute possono essere un ottimo punto di riferimento per l'attuazione di azioni integrate al riguardo.

È evidente come il livello locale fornisca un'opportunità significativa per intervenire in modo più incisivo nella promozione della salute, poiché rappresenta il contesto quotidiano in cui si svolge la vita delle persone. A questo livello, è possibile ridurre concretamente l'impatto negativo dei fattori che ostacolano la promozione della salute, rafforzando al contempo quelli con un impatto positivo.

Il Piano Strategico della Città Metropolitana ritiene cruciale *“la promozione del benessere nella sua più ampia accezione, emersa come elemento centrale per lo sviluppo della Città Metropolitana divenuta, con l'attuale emergenza pandemica, un tema ancor più rilevante.”* e *“assume come prioritario l'obiettivo di fornire concreto supporto alle fasce delle popolazioni più deboli, come disabili, ludopatici (o soggetti ad altre forme di dipendenza) e giovani con difficoltà”*.

Obiettivo generale di questo asse è rafforzare, in tutti i settori delle comunità locali, la consapevolezza che il benessere passa attraverso l'adozione di stili di vita adeguati e la creazione di un ambiente sociale coeso ed inclusivo.

Obiettivi generali	Obiettivi specifici
Rafforzare, in tutti i settori delle comunità locali, la consapevolezza che il benessere passa attraverso l'adozione di stili di vita adeguati e la creazione di un ambiente sociale coeso ed inclusivo.	<ol style="list-style-type: none"> Promuovere piani locali riguardanti i comportamenti personali virtuosi che possono essere in “stili di vita” sani; sostenere l'organizzazione sociale affinché possa promuovere e sostenere stili di vita sani, sicurezza in casa, sostegno alla vita attiva; ri-orientare l'ambiente urbano e quello prossimale di vita per garantire la vita sana in città (accessibilità, mobilità, sicurezza, etc.), la sicurezza nelle abitazioni e la vita attiva; stimolare e accompagnare iniziative del sistema sanitario nel ruolo di garante del sistema salute.

Linee di azione

Le linee di azione vanno nella direzione degli obiettivi specifici perché si dia operatività per il loro raggiungimento, attraverso:

- l'avvio di percorsi di formazione sulla promozione della salute;
- la programmazione di campagne di informazione e sensibilizzazione ai comportamenti personali virtuosi per “stili di vita” sani;
- l'attuazione di collaborazioni con il sistema sanitario locale per iniziative congiunte sulla promozione della salute;
- la realizzazione di iniziative sulla promozione di stili di vita sani e un'adeguata attività fisica;
- l'adesione ai 13 programmi di salute del Piano Regionale di Prevenzione.

Impatto

Il primo impatto atteso da questo asse strategico riguarda le singole persone, le quali avranno l'opportunità di migliorare il proprio stato di benessere nelle diverse fasi della vita attraverso l'adozione di stili di vita salutari. Tuttavia, è importante considerare che i comportamenti individuali, la sensibilità al tema e le abitudini consolidate sono elementi che influenzeranno l'impatto e saranno presi in considerazione durante l'attuazione delle linee di azione programmate. Il secondo impatto è di natura collettiva, sociale e comunitaria, e dipenderà dalla capacità delle singole amministrazioni di coinvolgere l'intera comunità locale nei programmi attuativi delle linee di azione.

Interrelazioni con altri assi

- Contrasto alle discriminazioni (ageismo) e promozione dell'*empowerment* personale.
- Relazioni intergenerazionali e contrasto all'isolamento sociale.
- Partecipazione civica e sociale.
- Spazi ed edifici pubblici, spazi abitativi, mobilità.

Coerenza con Piano Strategico

Obiettivi	3.2	Promozione del benessere
	3.1.2.2	Rafforzamento dei servizi integrati di comunità
	3.2.2	Sviluppo dell'autonomia
	3.3.3.1	Promozione dell'attività motoria
Progetti	<i>Progetto 33</i>	Strategia di Comunicazione e promozione sui temi della salute
	<i>Progetto 34</i>	Creazione di un sistema di Hub Sportivi
	<i>Progetto 35</i>	Creazione di strutture per sport all'aria aperta
	<i>Progetto 36</i>	Parchi della salute: riqualificazione e rivitalizzazione delle aree verdi vicino agli ospedali
	<i>Progetto 37</i>	Realizzazione di percorsi attrezzati nelle aree più frequentate dagli sportivi

4.2.2 Contrasto alle discriminazioni (ageismo) e promozione dell'empowerment personale

Attraverso le azioni di questo asse ci si pone gli obiettivi di contrastare le discriminazioni nei confronti delle persone anziane, e promuovere l'autodeterminazione (*empowerment* personale) delle persone lungo tutto l'arco della vita, con un focus specifico sulla fase dell'invecchiamento.

L'insieme di pregiudizi (come ci sentiamo), stereotipi (come pensiamo) e discriminazioni (come agiamo) nei confronti delle persone anziane, benché sempre dannoso, assume un effetto potenziato quando indirizzato verso questa categoria di individui, spesso erroneamente considerati lenti, incapaci, inefficienti o "carenti" in qualche modo. Le persone anziane si trovano frequentemente esposte a stereotipi, discriminazioni o addirittura invisibilizzazione, basati unicamente sulla loro età (ageismo), e talvolta sono soggette a trattamenti inappropriati, come l'infantilizzazione o l'esclusione dalla partecipazione ai processi decisionali che riguardano la loro vita.

Il fenomeno è il risultato di uno stereotipo creato dalla società dell'efficienzismo, che considera la giovinezza come un mito e la vecchiaia come uno stigma, assumendo l'immagine giovanile come rappresentazione prevalente del valore sociale.

Secondo l'indagine Eurobarometro del 2019 sulla discriminazione nell'UE, la discriminazione basata sull'età è, insieme a quella di genere, la forma di discriminazione più diffusa nell'Unione europea.

Comportamenti e azioni discriminatorie si manifestano in molti settori della società, comprendenti la famiglia, l'erogazione dei servizi pubblici, il mondo produttivo e altri contesti. Non solo le pratiche sociali, ma anche l'uso del linguaggio e la comunicazione spesso riflettono un ageismo, più o meno consapevole, in sottofondo.

Alcune manifestazioni pratiche dell'ageismo sono ben note, come le difficoltà nell'essere assunti dopo i 45 anni, le truffe rivolte agli anziani e metafore come quella del "rottamare gli anziani". Inoltre, si osservano casi di maltrattamenti nei luoghi di vita, sia all'interno della famiglia che al di fuori, come ad esempio nelle strutture di accoglienza per anziani.

Anche il ricorso a un certo infantilismo e, di conseguenza, al paternalismo, tradisce uno stigma nei confronti degli anziani, che vengono considerati principalmente come persone "fragili" da proteggere. Si manifesta spesso una diffusa "invisibilità" sociale che colpisce le persone anziane, ritenute socialmente "inutili" e quindi trascurate.

Il rischio più significativo dell'ageismo è quello di indurre nelle persone anziane un'immagine negativa di sé stesse e spingerle ad adottare uno stile di vita passivo, sedentario o comunque accomodante e rassegnato, con l'intento di non rappresentare un peso per la società.

L'OMS, nell'ambito dell'iniziativa "Decennio delle Nazioni Unite per l'invecchiamento in buona salute (2021-2030)", ha identificato la lotta all'agei-

simo come una delle quattro aree di azione principali.

A luglio 2023, il Comitato economico e sociale europeo (EESC) ha delineato le linee guida strategiche della *European Strategy for Older Persons*. I punti chiave identificati dall'EESC invitano a un cambio di paradigma e mirano a eliminare i pregiudizi ageisti che alimentano la discriminazione verso gli anziani.

Il Rapporto Globale sull'Ageismo dell'OMS (*The Global Report on Ageism, Geneva, World Health Organization, 2021*) ritiene che lo smantellamento di comportamenti e attitudini discriminatorie passa attraverso l'implementazione ed il rispetto di regole, la crescita culturale e le relazioni sociali e identifica tre ambiti di intervento:

1. sviluppo di politiche e interventi legislativi;
2. educazione e formazione;
3. interventi di contatto intergenerazionale.

Il rapporto globale propone tre raccomandazioni generali per rispondere efficacemente ai comportamenti discriminatori e prevenire l'ageismo:

1. investire, in via prioritaria nell'implementazione delle tre strategie identificate e supportate dalla verifica della loro efficacia;
2. sviluppare o migliorare la ricerca e la raccolta dei dati sui fenomeni di ageismo e sull'efficacia dei rimedi per meglio comprendere il fenomeno e ciò che funziona per ridurlo;
3. ogni organismo e ogni singolo individuo è importante e riveste un proprio ruolo nel cambiamento della narrativa riguardo l'età avanzata e l'invecchiamento: tutti dobbiamo essere coinvolti.

La promozione dell'*empowerment* personale, in questo contesto, implica il dover considerare la persona anziana non più come un soggetto passivo, ma attivo. Si tratta di stimolare gli anziani a ricostruire, o magari semplicemente rinforzare, la propria identità in termini di consapevolezza delle proprie capacità e, di conseguenza, del proprio potere decisionale sulle scelte che riguardano la propria vita.

Ciò significa riporre la propria attenzione alla persona:

- coinvolgendola attivamente nelle decisioni che riguardano la sua vita, rafforzando il suo potere di scelta di fronte alle opportunità di una vita attiva e, nel contempo, ai servizi di cui può usufruire;
- aiutandola a raggiungere una visione più oggettiva e completa di ciascuna fase della vita, considerandosi come risorsa per sé stessa e per gli altri;
- sostenendola nell'individuare obiettivi di vita realistici e realizzabili, anche nel determinare autonomamente la strada da percorrere per raggiungerli;

- stimolando la crescita delle sue competenze in materia di cittadinanza attiva e fornendole strumenti adeguati a sviluppare il proprio *empowerment* personale.

L'obiettivo generale di questo asse è contrastare le discriminazioni nei confronti delle persone anziane in relazione all'età, promuovendo una cultura dell'inclusione intergenerazionale per diffonderla nelle comunità locali.

Obiettivi generali	Obiettivi specifici
Contrastare le discriminazioni nei confronti delle persone anziane in relazione all'età, promuovendo una cultura dell'inclusione intergenerazionale, e diffonderla nelle comunità locali.	<ul style="list-style-type: none"> • Incrementare le opportunità di scelta di servizi dedicati a persone anziane (più attività e servizi ben orientati); • facilitare l'accesso e l'uso delle tecnologie digitali anche attraverso scambi intergenerazionali; • promuovere la visibilizzazione dei diritti delle persone anziane LGBTQ; • incrementare agenzie formative per sviluppare; l'<i>empowerment</i> dell'anziano attivo e intergenerazionalità; • contrastare le discriminazioni di genere nell'età anziana.

Linee di azione

Si tratta di alcune linee operative finalizzate ad accompagnare il raggiungimento degli obiettivi specifici:

1. realizzazione di campagne di sensibilizzazione nella società civile sull'ageismo e sulle sue implicazioni;
2. realizzazione di programmi di prevenzione su abusi, maltrattamenti e truffe ai danni delle persone anziane;
3. avvio di laboratori di formazione, rivolti agli operatori delle strutture di accoglienza, per lo sviluppo dell'*empowerment* personale degli ospiti;
4. realizzazione di attività educative sull'ageismo rivolte alle famiglie (servizi domiciliari) e alle scuole.

Impatto

L'impatto che si attende, dalla messa in atto delle linee di azione, riguarderà principalmente un miglioramento dell'ambiente di vita delle persone anziane (familiare, sociale, luoghi di residenza).

Un impatto atteso riguarda la cittadinanza, beneficiata dalle ricadute positive di informazioni, suggerimenti nelle comunicazioni (ufficiali e non)

riguardo alla lotta all'ageismo (formazione specifica, campagne di pubblicità e informazione positiva, etc.)

L'impatto più importante riguarderà però le organizzazioni pubbliche e civiche che si occupano di servizi alla persona (servizi al cittadino, servizi socio-assistenziali, associazioni, patronati, etc.), che verranno messe in condizioni di riorientare le proprie strategie operative e l'erogazione dei servizi, facendo leva sull'attenzione alla "persona" e alla sua autodeterminazione.

Interrelazioni con altri assi

- Promozione della salute e del benessere.
- Relazioni intergenerazionali e contrasto all'isolamento sociale.
- Partecipazione civica e sociale.
- Apprendimento continuo.

Coerenza con Piano Strategico

Obiettivi	3.1.1.1	Definizione e sostegno alla realizzazione di percorsi educativi legati al contesto
	3.1.2.2	Lotta alla violenza di genere
Progetti	Progetto 22	Promozione dei centri di educazione ambientale e sociale
	Progetto 40	Creazione di una rete di servizi psicologici per i cittadini e i lavoratori
	Progetto 39	Conoscere per capire e correggere: studio sul mondo del lavoro femminile e il gap di genere nell'Area Metropolitana di Cagliari

4.2.3 Relazioni intergenerazionali e contrasto all'isolamento sociale

Vivere da soli non implica automaticamente la solitudine, ma è importante considerare che qualsiasi cambiamento nelle condizioni di vita di chi vive da solo può influire sulla mobilità, modificare i modelli di relazione e contribuire all'insorgere di un isolamento sociale indesiderato. L'obiettivo di questo approccio è promuovere azioni volte a contrastare la solitudine, prevenendola e alleviandola mediante il potenziamento delle reti relazionali e dei servizi in un'ottica di intergenerazionalità.

L'isolamento sociale in età avanzata rappresenta un fattore di rischio per la salute, al pari di altri fattori, quali fumo, obesità e inattività fisica. La pandemia da Covid-19 ha esasperato il fenomeno, rendendolo drammaticamente manifesto. L'isolamento nell'anziano può far spegnere, prima del tempo, le forze vitali e ogni interesse a vivere.

Il tema dell'isolamento sociale attiene alla responsabilità di salute pubbli-

ca, come puntualizzato dall'ONU con la promozione del "Decennio delle Nazioni Unite per l'invecchiamento in buona salute (2021-2030)", che affronta l'isolamento sociale e la solitudine come uno dei temi cardine del suo piano d'azione.

Vivere da soli, sebbene non implichi automaticamente la solitudine, è complesso. Qualsiasi cambiamento nelle condizioni di vita di chi vive da solo può influenzare la socializzazione, alterare le relazioni e contribuire a una solitudine indesiderata, che potrebbe poi trasformarsi in isolamento sociale.

Le cause dell'isolamento sociale possono derivare da fattori familiari o sociali, che talvolta possono coesistere. Nel primo, possono essere dovute ad un deterioramento delle condizioni di salute e mobilità, a situazioni economiche disagiate, a cambiamenti del ciclo di vita, come il pensionamento o al diventare erogatori di assistenza nei confronti di altri familiari. Soprattutto le difficoltà motorie degli anziani, se residenti in zone periferiche lontane dai servizi, li rendono dipendenti da terzi per le proprie necessità quotidiane.

Nel secondo caso, si riscontrano spesso nelle famiglie monoparentali, dove può verificarsi la perdita del coniuge o la mancanza di sostegno dalla rete familiare. Gli anziani, in particolare, tendono a trascorrere più tempo a casa o nelle immediate vicinanze. In questi casi, sia la rete informale del vicinato e del condominio sia la rete formale comunitaria sono cruciali per prevenire la solitudine. Anche gli anziani che vivono in strutture residenziali possono sperimentare la solitudine a causa della mancanza di visite o dell'assenza di confidenti, che potrebbero invece fungere da fattori protettivi.

Le relazioni intergenerazionali possono svolgere un ruolo fondamentale nel contrastare l'isolamento, la solitudine e l'emarginazione sociale delle persone anziane. Esse sono in grado di produrre benefici come:

- ampliare le prospettive e i progetti di vita;
- fornire modelli di ruolo attivo differenziati tra le generazioni;
- ampliare il senso di apprezzamento reciproco.

D'altra parte la collaborazione intergenerazionale è una condizione quasi obbligata dalla transizione demografica attuale, in quanto le diverse generazioni convivono a stretto contatto in contemporaneità. Allo stesso tempo essa rappresenta un'opportunità di sviluppo della sostenibilità della società longeva, poiché "rappartarsi e interagire" tra le generazioni può essere un volano di sviluppo della coesione sociale. La collaborazione intergenerazionale contribuisce a promuovere la comprensione reciproca, ad ampliare la prospettiva sociale e a consolidare legami significativi tra individui di diverse età.

La collaborazione tra le generazioni contribuisce anche al miglioramento

delle competenze complessive. Questo è strettamente legato all'apprendimento intergenerazionale che si verifica nel quotidiano della convivenza diffusa tra le generazioni, soprattutto in famiglia, dove si apprende tra genitori e figli, tra nonni e genitori, nonni e nipoti. Tuttavia esiste un altro tipo di apprendimento intergenerazionale che richiede una promozione più progettuale, ovvero la trasmissione reciproca di competenze in ambito associativo, del volontariato e lavorativo.

La transizione tecnologica e digitale, in particolare, richiama l'attenzione su questo scambio di competenze, poiché è fondamentale per la sostenibilità della società. La collaborazione intergenerazionale, in questi contesti, può facilitare il passaggio delle conoscenze e delle abilità da una generazione all'altra, contribuendo così a mantenere la società al passo con le evoluzioni tecnologiche e a colmare eventuali divari generazionali. La Città Metropolitana di Cagliari, con il Piano Strategico, rileva "una forte incidenza degli anziani spesso segregati in nuclei familiari unipersonali (nuclei scarsamente intercettati dalle reti socio-assistenziali pubbliche e private e posti anche ai margini di pratiche di solidarietà familiare o parentale allargata), un incremento del numero di persone separate e divorziate (fortemente impoverite a seguito della rottura delle economie di scala familiari) e una crescita delle famiglie monoreddito con almeno due figli. Si tratta di tipologie familiari che richiedono un dialogo più coeso tra le reti territoriali di assistenza e presa in carico e un miglioramento delle opportunità di accesso ai canali informativi sui servizi di sostegno."

Ancora dal piano: *"Per contrastare questo tema di alto potenziale di criticità è necessario un potenziamento dei servizi di presa in carico sia degli anziani che delle persone con disabilità. attraverso nuovi investimenti che non riguardino solo servizi socio-sanitari assistenziali, ma che promuovano anche l'inclusione nel mercato del lavoro con percorsi di accompagnamento al lavoro che possono essere veicolati da cooperative, sociali, soggetti pubblici".*

Attraverso questo asse si mira a promuovere la collaborazione tra le generazioni e a contrastare situazioni di isolamento sociale e solitudine. L'obiettivo è prevenire e alleviare tali situazioni, migliorando le reti relazionali e i servizi disponibili.

Obiettivi generali

Promuovere la diffusione delle relazioni tra le generazioni, prevenire le cause e mitigare gli effetti dell'isolamento sociale e della solitudine delle persone anziane

Obiettivi specifici

- Stimolare la sensibilità civica sulle condizioni che determinano l'isolamento sociale delle persone anziane;
- sensibilizzare i soggetti pubblici e privati erogatori di cure e assistenza sul tema della solitudine non desiderata delle persone anziane;
- eliminare definitivamente ogni causa di emarginazione sociale delle persone anziane;
- promuovere l'attenzione sulla individuazione precoce ed eliminazione delle cause dei tre elementi;
- promuovere la cultura delle relazioni intergenerazionali come risorsa per evitare i tre elementi;
- stimolare ed accompagnare la connessione sociale delle persone anziane;
- dedicare una particolare attenzione alla situazione delle donne anziane, le quali, avendo un'aspettativa di vita più lunga rispetto agli uomini, possono rimanere attive più a lungo e sono a loro volta più esposte alla discriminazione e alla solitudine.

Linee di azione

Le linee di azione previste sono:

1. organizzazione di campagne di rilevazione delle situazioni di isolamento e solitudine;
2. promozione delle relazioni sociali, semplificando l'accesso alla comunicazione virtuale;
3. attivazione delle comunità nel prendersi cura delle persone anziane sole o a rischio solitudine attraverso rapporti di buon vicinato e relazioni di prossimità;
4. azioni di scambio di servizi e di competenze intergenerazionali;
5. promozione di attività ricreative, ludiche, didattiche o culturali che favoriscono l'integrazione sociale e la solidarietà intergenerazionale.

Impatto

Ridurre o eliminare l'isolamento sociale e la solitudine produce impatti significativi, innanzitutto sulla salute delle persone anziane, con conseguenti vantaggi per la salute pubblica nel suo complesso. Un secondo impatto positivo si riflette sulla sicurezza delle persone anziane e delle loro famiglie, e nel contribuire a rendere più sostenibile la vita familiare nel suo complesso. Questo si traduce in una maggiore resilienza delle famiglie e, di conseguenza, della comunità.

Un terzo impatto positivo è atteso sulle intere comunità locali, poiché il miglioramento della coesione sociale contribuisce a una maggiore sostenibilità sociale. Le connessioni sociali all'interno dei quartieri, nelle scuole, nei luoghi di vita e lavoro migliorano la sicurezza, la prosperità e la vivibilità generale delle comunità. Infine, si prevede un impatto generale sulla governance pubblica, infatti la maggiore efficacia nei processi decisionali può contribuire a una governance più sostenibile nel tempo.

L'efficacia di questi impatti dipenderà in gran parte dalla capacità delle singole amministrazioni di pianificare e attuare campagne di informazione, comunicazione e formazione opportune, nonché dalla loro attenzione nel riorientare i servizi per meglio rispondere alle esigenze della popolazione anziana.

Interrelazioni con altri assi

- Promozione della salute e del benessere.
- Contrasto alle discriminazioni (ageismo) e promozione dell'*empowerment* personale.
- Partecipazione civica e sociale.

Coerenza con Piano Strategico

Obiettivi

3.1.2 Supporto alle fasce sociali più vulnerabili

Progetti

3.3.2.1 Supporto alle forme di presa in carico delle persone vulnerabili

Progetto 28 Identificazione di spazi da dedicare all'housing sociale
Progetto 29 Ospitalità diffusa: recupero di patrimonio edilizio per finalizzarlo all'accoglienza di diversi target (turisti, studenti, anziani)

Progetto 65 Agiudu Torrau 5.0: Nuovo sistema di incontro tra domanda e offerta

4.2.4 Partecipazione attiva, civica e sociale

Sentirsi parte di una comunità e di una società è fondamentale per il benessere delle persone anziane. Questo può essere favorito mantenendo un'attività sociale, che consenta alle persone di restare connesse alle proprie reti sociali, comprese quelle più vicine, come amici e vicini di casa, e partecipando attivamente alla vita comunitaria attraverso associazioni e iniziative sociali.

Promuovere la partecipazione attiva delle persone anziane implica favorire ruoli attivi e responsabilità civiche e lavorative. Inoltre, stimolare la creatività e l'espressività personale e sociale può contribuire a mantenere un senso di scopo e soddisfazione nella vita di chi invecchia. La partecipazione attiva non solo ha ricadute sulle persone anziane individualmente, ma contribuisce anche a una società più inclusiva e coesa nel suo insieme.

La partecipazione attiva è da considerare soprattutto come *coinvolgimento civico*: offrendo opportunità sia per gli anziani che per le istituzioni e la comunità nel suo complesso. Si riferisce alla possibilità che, singolarmente o in forma associata, gli anziani possano contribuire, con le proprie esperienze, ai processi decisionali dell'Amministrazione Pubblica.

L'espressione della propria volontà decisionale rafforza l'autostima, promuovendo soprattutto il senso di appartenenza. Questa pratica di cittadinanza genera valore comunitario, rendendo gli interventi istituzionali più impattanti sui cittadini e sulla comunità.

La partecipazione sociale, in attività associative cittadine, rappresenta un'opportunità preziosa per l'*empowerment* personale, stimolando il confronto con gli altri e assicurando l'inclusione e il senso di appartenenza a un gruppo sociale.

Infine, l'attivismo sociale ridefinisce e arricchisce i ruoli delle persone in termini intergenerazionali, creando valore attraverso contenuti innovativi, contesti collaborativi non previsti e nuove relazioni. Queste dinamiche rappresentano opportunità di crescita personale e comunitaria, contribuendo a consolidare coesione e sostenibilità sociale. La partecipazione attiva lavorativa permette all'anziano di essere ancora protagonista dell'evoluzione economica e sociale del lavoro, perché ancora in grado di collaborare alla gestione delle aziende in cui è inserito (art 46 della Costituzione).

Inoltre, permette loro di considerarsi ancora "utili" nel contesto produttivo, portando competenze, esperienza e capacità nella gestione dei processi e delle dinamiche lavorative e promuovendo uno scambio di competenze intergenerazionali. L'anziano attivo, in un'era contrassegnata dall'economia collaborativa e dalla promozione di forme di consumo consapevole, può assumere il doppio ruolo di fruitore ed erogatore di servizi. Questo è possibile se egli è in grado di sviluppare nuove competenze attraverso gli scambi intergenerazionali.

La partecipazione, insieme alla salute e alla sicurezza è uno dei tre pilastri su cui si fonda il concetto dell'Invecchiamento attivo, base di tutti i documenti finora emanati dagli organismi internazionali, europei e nazionali.

Active Ageing Index - AAI è uno strumento sviluppato dalla Commissione economica per l'Europa delle Nazioni Unite in collaborazione con la Commissione europea e l'*European Centre for Social Welfare Policy and Research*. L'indice misura il livello di vita indipendente degli anziani, la loro partecipazione al lavoro retribuito e alle attività sociali, nonché la loro capacità di invecchiare attivamente.

Il punteggio si basa su 22 indicatori individuali distribuiti su quattro domini e rappresenta un aspetto diverso dell'invecchiamento attivo.

La costruzione dell'indice è allineata agli obiettivi del Piano di azione internazionale sull'invecchiamento di Madrid. L'Istat ha attivamente collaborato con partner internazionali come UNECE e la Commissione Europea nella sperimentazione e nell'applicazione dell'AAI in Italia e a livello subnazionale. Durante questo processo, è stata replicata una metodologia consolidata anche se, in alcuni casi, sono state adottate fonti statistiche diverse da quelle europee. Le informazioni qui riportate sono tratte dal rapporto dell'Istat intitolato "Invecchiamento attivo e condizioni di vita degli anziani in Italia".

Nel 2018, il punteggio del dominio della partecipazione sociale in Italia è stato di 17,9 punti, in linea con la media europea. Questo risultato, sebbene non deludente, è influenzato negativamente dai bassi punteggi nell'attività di volontariato, che stenta a prendere piede in una società italiana sempre più chiusa su sé stessa, e dalla minore partecipazione politica rispetto ad altri Paesi. Va notato che la misura si concentra principalmente sulla partecipazione "visibile" di tipo tradizionale e non tiene adeguatamente conto delle attività informali o delle forme emergenti di partecipazione, come l'adesione a movimenti attraverso il web.

L'Italia si posiziona nella seconda metà della classifica dei Paesi europei, al 17° posto rispetto al punteggio complessivo. Le differenze più significative rispetto alla media europea emergono nei settori dell'occupazione e della partecipazione sociale. In questi ambiti, ci sono opportunità più ampie di recupero per i Paesi che sono in posizione svantaggiata.

Il Piano Strategico della Città Metropolitana si pone l'obiettivo di rafforzare la partecipazione attiva e ritiene che *"particolare rilevanza assumerebbe in questo spazio la possibilità di coinvolgimento di generazioni differenti in parte animate dall'energia (quelle giovanili) e in parte dall'esperienza (quelle più avanti con l'età), un aspetto questo da non trascurare nell'ottica del superamento dei conflitti intergenerazionali e delle politiche per l'invecchiamento attivo"*.

Obiettivi generali	Obiettivi specifici
Promuovere la partecipazione attiva delle persone anziane stimolandone ruoli attivi e responsabilità civica, sociale e lavorativa	<ul style="list-style-type: none"> • Promuovere e rafforzare le abilità di partecipazione attiva delle persone nei contesti locali; • sostenere le iniziative autonome di partecipazione sociale a livello locale; • favorire lo sviluppo delle competenze necessarie per una partecipazione attiva nel contesto lavorativo locale istituzionale; • sviluppare e sostenere le nuove competenze delle persone anziane nella "economia collaborativa" (<i>sharing economy</i>).

Linee di azione

Anche le linee di azione riguardano la partecipazione attiva, quella sociale e lavorativa e sono:

1. avvio di piani locali, programmi, procedure, per dare sistematicità alla partecipazione attiva istituzionale della popolazione;
2. avvio di agenzie locali di partecipazione civica con sostegno pubblico (es. consulte, forum, laboratori di partecipazione, etc.);
3. sostegno alla partecipazione attiva nella vita sociale, con supporto all'associazionismo;
4. azioni di sostegno a comitati di quartiere;
5. azioni in cui gli anziani svolgono il ruolo di protagonisti attivi all'interno del contesto sociale.

Impatto

L'obiettivo di questo asse strategico è migliorare il benessere degli anziani e promuovere la sostenibilità sociale nelle comunità di appartenenza. Tuttavia, l'efficacia di questo impatto dipende dalla capacità delle Amministrazioni locali di sostenere le azioni pianificate nel tempo. La costanza nel mantenere questa capacità è cruciale, poiché il processo di cambiamento richiede coerenza, gradualità e adattamento alle specifiche capacità delle singole realtà locali.

Per promuovere e mantenere nel tempo il senso di appartenenza dei cittadini a una comunità o a una società, è cruciale che la Pubblica Amministrazione conduca attivamente iniziative mirate e sappia scegliere approcci efficaci per coinvolgere le persone. Implementare buone pratiche, progetti e strategie richiede particolare attenzione al supporto, per preservare le competenze di cittadinanza attiva esistenti e per stimolarne di nuove. La capacità di creare reti, la volontà di coesione tra i cittadini e i valori consolidati nel tempo, se guidati correttamente, possono agevolare il percorso e diventare leve di cambiamento su cui concentrarsi.

Interrelazioni con altri assi

- Promozione della salute e del benessere.
- Contrasto alle discriminazioni (ageismo) e promozione dell'*empowerment* personale.
- Relazioni intergenerazionali e contrasto all'isolamento sociale.
- Apprendimento continuo.

Coerenze con Piano Strategico

Obiettivi	1.1.2	Rafforzamento della partecipazione
	Progetto 45	Urban Lab della Città Metropolitana di Cagliari per la partecipazione e la proposizione progettuale della cittadinanza
Progetti	Progetto 22	Promozione dei centri di educazione ambientale e sociale
	Progetto 32	Creazione di nuovi spazi di aggregazione e per la socialità
	Progetto 65	Agiudu Torrau 5.0: Nuovo sistema di incontro tra domanda e offerta

4.2.5 Ambienti favorevoli alla salute: spazi ed edifici pubblici, spazi abitativi, mobilità

Una città amica degli anziani è un ambiente urbano accessibile ed inclusivo, che favorisce l'invecchiamento attivo. Dal 2007, l'Organizzazione Mondiale della Sanità promuove un programma specifico a cui le città possono aderire, in merito agli aspetti collegati ai fattori ambientali locali, sociali ed economici che influenzano la salute e il benessere delle persone anziane che vivono in città.

La definizione di ambienti e spazi adeguati alle necessità delle persone anziane, richiede necessariamente la promozione dell'accessibilità universale, che comprende sia l'ambiente fisico (barriere fisiche) sia tutto ciò che facilita l'accesso: la comunicazione (segnaletica), le tecnologie dell'informazione e della comunicazione e le modalità per realizzarla.

Sotto il profilo dell'ambiente costruito, si tratta di pensare e progettare gli spazi pubblici, le strutture e i servizi a scala umana.

La qualità dell'ambiente in cui viviamo influisce su molti aspetti della salute, tra cui la mobilità, la partecipazione sociale e l'accesso ai servizi sanitari. Questa relazione è evidenziata dalla Classifica Internazionale del Funzionamento, della Disabilità e della Salute (ICF), un modello dell'Organizzazione Mondiale della Salute che considera gli aspetti individuali e ambientali nella definizione delle condizioni di salute della persona.

L'ICF riconosce che la disabilità si sviluppa attraverso un'interazione complessa tra le condizioni di salute di una persona e il suo ambiente. Un ambiente costruito secondo i principi dell'ICF è progettato per essere accessibile a tutte le persone, indipendentemente dalle loro capacità fisiche o cognitive. Elementi chiave, come strade ben mantenute, marciapiedi pri-

vi di ostacoli, edifici accessibili e trasporti pubblici facilmente utilizzabili, favoriscono la mobilità e l'indipendenza degli anziani, oltre che facilitare la partecipazione sociale. Parchi, aree ricreative e spazi pubblici ben progettati possono fungere da luoghi di incontro e socializzazione, contribuendo a contrastare l'isolamento sociale che può avere impatti negativi sulla salute mentale.

Le città sono più esposte alle conseguenze dei cambiamenti sociali e demografici legati all'invecchiamento, a causa della natura più rapida del cambiamento, del tenore di vita, della composizione sociale più complessa e del maggior grado di progettazione e iniziativa umana che il loro funzionamento richiede (Palmarini, 2023).

Dal 2007, la stessa Organizzazione Mondiale della Sanità, sostiene che una città amica degli anziani dovrebbe favorire l'invecchiamento attivo migliorando le opportunità di salute, partecipazione e sicurezza. L'obiettivo è migliorare la qualità della vita delle persone anziane. Una città "amica degli anziani"³ dovrebbe offrire un ambiente fisico e sociale adatto a tutte le età, consentendo la partecipazione attiva della comunità, indipendentemente dall'età o dal livello di vulnerabilità delle persone coinvolte.

La Vision espressa dal Piano strategico della Città Metropolitana di Cagliari è quella di promuovere un territorio a misura d'uomo, dei suoi valori più nobili enucleati dalle civiltà europea e mediterranea nei secoli, nel rispetto del principio dell'equità inter-generazionale, e di sostenere un uso più efficiente e sostenibile delle risorse (umane, materiali e immateriali), con le tecnologie e le modalità più appropriate a rendere la società e il contesto più flessibili, agili ed efficaci nell'affrontare le sfide attuali e future.

L'analisi dello stato attuale ha rilevato inoltre *“una forte disomogeneità territoriale di opportunità e servizi, affiancata da un rapido spopolamento delle campagne e una crescente urbanizzazione, nello specifico a Cagliari, con ricadute sull'economia delle periferie e sull'ambiente (...) Una inversione del modello centro-periferia non potrà che avere un effetto benefico sulla società nel suo complesso, migliorando l'inclusione sociale ed economica, ma anche sull'ambiente, riducendo gli effetti del pendolarismo e della congestione di alcune arterie di collegamento, nonché sull'economia locale, riportando al centro la valorizzazione delle specificità dei singoli contesti”*.

Alla luce della transizione verso una società della longevità, la città, oggi più che mai, può e deve amplificare quel ruolo di «campione della prevenzione» che già storicamente svolge ed essere il partner e facilitatore dei cittadini nel percorso della loro longevità. È possibile migliorare la salute delle comunità solo se si affrontano tutti i determinanti della salute e si

3. Lo studio, coinvolgendo 33 città di 22 nazioni diverse, ha dato origine alla formazione di una rete internazionale denominata *“The Global Network of Age-friendly Cities”*, il cui obiettivo è creare le basi per lo sviluppo di strategie e iniziative mirate a migliorare la qualità della vita degli anziani.

lavora per garantire il cambiamento dei comportamenti, oltre a fornire cure di buona qualità (Palmarini, 2023).

Anche se non esiste una ricetta universale per raggiungere questo obiettivo, è evidente quanto sia fondamentale concentrarsi sulle seguenti azioni chiave:

- definizione di spazi abitativi adeguati, accessibili e sicuri, sia attraverso interventi di miglioramento degli edifici privati, che attraverso la realizzazione di nuovi edifici;
- creazione di spazi pubblici e quartieri verdi, fruibili ed accessibili, in grado di incentivare l'attività fisica e l'incontro sociale intergenerazionale;
- creazione di centri di aggregazione sociale;
- miglioramento dei sistemi di connessione infrastrutturale, sia sotto il profilo delle opere che della gestione, favorendo in questo modo un miglior accesso ai servizi sanitari e di sostegno.

Obiettivi generali	Obiettivi specifici
Promuovere la definizione di ambienti e spazi adeguati alle necessità di una società longeva	<ul style="list-style-type: none"> • Promuovere il miglioramento delle abitazioni private in termini di accessibilità fisica ed efficienza energetica; • promuovere interventi di miglioramento delle condizioni di accessibilità dei condomini privati; • definire modelli intergenerazionali di centri comunitari, come centri di quartiere e centri civici; • promuovere interventi di miglioramento della qualità degli spazi pubblici; • promuovere interventi di miglioramento dei quartieri e incentivare la presenza di servizi di prossimità; • promuovere azioni di sensibilizzazione all'utilizzo del trasporto pubblico locale; • promuovere l'utilizzo del commercio locale e di prossimità;
Promuovere l'accessibilità digitale	<ul style="list-style-type: none"> • migliorare l'accessibilità e la fruibilità delle risorse digitali (pagine web, procedure e simili).

Linee di azione

Queste le linee di azione previste:

1. programmazione di azioni pubbliche e individuazione di strumenti di finanziamento finalizzati al miglioramento dei condomini privati, sia da un punto di vista dell'accessibilità tra i diversi livelli, che al livello di singola abitazione;
2. avviare progetti di ricognizione della vulnerabilità abitativa privata e dell'ambiente urbano (abitazioni sane e sicure, spazi pubblici, mobilità, etc.);
3. sviluppo di interventi urbanistici, di mobilità e paesaggistici e altri legati allo spazio pubblico, al fine di rendere gli ambienti accoglienti per tutte le persone;
4. elaborazione di un piano per l'accessibilità universale, a garanzia che gli ambienti siano accessibili a tutte le persone, indipendentemente dalle loro capacità fisiche o cognitive;
5. potenziamento del Trasporto Pubblico Locale attraverso una migliore copertura territoriale;
6. creazione di ambienti sociali a misura di anziano (servizi di prossimità, centri civici, biblioteche), come "hub di comunità";
7. ripensamento dei servizi diurni, quelli prossimali e domiciliari;
8. progetti atti ad incentivare nuove forme dell'abitare (cohousing, ...).

Impatto

La promozione di uno spazio abitativo adeguato, accessibile e sicuro non solo migliora la qualità della vita degli anziani, ma contribuisce anche a creare un ambiente urbano più inclusivo e sostenibile. L'accento sulla creazione di spazi pubblici, quartieri verdi e accessibili può stimolare l'attività fisica e favorire l'incontro sociale intergenerazionale, contribuendo così a contrastare l'isolamento sociale e promuovere uno stile di vita attivo.

L'introduzione di centri di aggregazione sociale rappresenta un elemento chiave per rafforzare la coesione comunitaria e offrire opportunità di partecipazione attiva a tutte le età. Inoltre, il miglioramento dei sistemi di connessione infrastrutturale non solo facilita l'accesso a servizi sanitari e di sostegno, ma contribuisce anche a ridurre gli effetti negativi del pendolarismo e della congestione, promuovendo una distribuzione più equa delle risorse e un uso più efficiente del territorio.

L'approccio del Piano Strategico alla longevità e al benessere può fungere da catalizzatore per una inversione del modello centro-periferia, portando benefici sia all'economia locale che all'ambiente. La definizione di spazi abitativi adeguati, l'accessibilità dei luoghi pubblici e la creazione di centri di aggregazione sociale contribuiranno non solo al miglioramento dell'inclusione sociale ed economica, ma anche alla valorizzazione delle specificità dei singoli contesti, promuovendo un equilibrio territoriale più sostenibile e armonico.

Interrelazioni con altri assi

- Promozione della salute e del benessere.
- Relazioni intergenerazionali e contrasto all'isolamento sociale.
- Partecipazione civica e sociale.

Coerenze con Piano Strategico

Obiettivi

- | | |
|-------|--|
| 1.2 | Rafforzamento dei processi di <i>Capacity Building</i> |
| 2. | Potenziamento del sistema delle infrastrutture tecnologiche e di collegamento: supportare i Comuni nel potenziamento dei sistemi e delle infrastrutture di mobilità dolce ed alternativa (ciclabilità, pedonabilità, <i>sharing</i> e mobilità elettrica); potenziare il Trasporto Pubblico Locale attraverso una migliore copertura territoriale, efficienza ed accessibilità per semplificare gli spostamenti intercomunali e intra-comunali |
| 2.1 | Miglioramento della mobilità interna ed esterna:
> rafforzamento della mobilità alternativa;
> messa a sistema ed efficientamento della ciclabilità. |
| 4.2.2 | Rigenerazione del patrimonio immobiliare |

Progetti

- | | |
|-------------|---|
| Progetto 23 | <i>Nature Based Solutions</i> per l'aumento del verde urbano e la mitigazione delle ondate di calore |
| Progetto 29 | (turisti, studenti, anziani) |
| Progetto 32 | Creazione di nuovi spazi di aggregazione e per la socialità |
| Progetto 35 | Creazione di strutture per sport all'aria aperta |
| Progetto 36 | Parchi della salute: riqualificazione e rivitalizzazione delle aree verdi vicine agli ospedali |
| Progetto 37 | Realizzazione di percorsi attrezzati nelle aree più frequentate dagli sportivi |
| Progetto 47 | Strategia di comunicazione per promuovere la mobilità dolce e sostenibile |
| Progetto 49 | Mappatura delle barriere architettoniche, degli attraversamenti pedonali e rialzo di quelli meno sicuri |
| Progetto 50 | Interventi di interconnessione e coordinamento dei percorsi di mobilità dolce tra Comuni, principali hub e punti nodali della Città Metropolitana |
| Progetto 51 | Metro Bike e Metro Walk: mappatura e informativa sui percorsi pedonali e ciclabili |
| Progetto 55 | Creazione di un'App interoperabile su tutte le alternative di mobilità |

4.2.6 Apprendimento continuo

Un efficace sistema di protezione sociale per gli anziani dovrebbe favorire il loro coinvolgimento attivo nella comunità, permettendo loro di essere una risorsa sociale anziché solo beneficiari di servizi o interventi.

Il concetto di *"lifelong learning"* (apprendimento lungo tutto l'arco della vita) si basa sull'idea che l'apprendimento è un processo continuo, che si estende a tutte le età, correlato al concetto di "apprendimento permanente". Questo approccio mira a promuovere l'apprendimento continuo come strumento indispensabile per affrontare le nuove sfide che la terza età può presentare. In questo modo, gli anziani possono continuare a sviluppare le proprie competenze e contribuire in modo significativo alla società.

Vivere appieno nel presente implica imparare costantemente, capire e integrare nuove informazioni. Inoltre, è importante sviluppare non solo competenze, ma anche abilità nell'affrontare emotivamente i cambiamenti. Questo è essenziale per preservare la consapevolezza della propria identità e autonomia di fronte alle sfide del cambiamento.

La transizione tecnologica e digitale mette in luce in modo significativo la necessità di un apprendimento continuo, poiché coinvolge ogni aspetto della vita delle persone e può creare divari generazionali e sociali se non affrontata attraverso formazione continua per tutte le età.

L'apprendimento continuo è un percorso completamente volontario, legato alle aspirazioni, ai desideri e alla volontà di crescere e cogliere nuove opportunità di ogni individuo. È evidente che il suo obiettivo principale è rispondere ai bisogni individuali di inclusione e autorealizzazione, motivo per cui deve essere incoraggiato e supportato lungo l'arco della vita.

L'idea di apprendimento continuo è da tempo una priorità nell'agenda europea, come indicato nella Risoluzione del Consiglio Europeo del 2011/c 372. A livello nazionale, la Legge 92 del 28.06.2012, articolo 4, comma 51, sottolinea l'importanza dell'apprendimento continuo per migliorare conoscenze, abilità e competenze da una prospettiva personale, civica, sociale e occupazionale.

Recentemente, con la pubblicazione del "Libro verde sull'Invecchiamento" della Commissione Europea, firmato a Bruxelles il 27 gennaio 2021, la Comunità Europea ha ufficialmente riconosciuto l'apprendimento permanente come parte fondamentale della risposta alle sfide poste dall'invecchiamento della popolazione.

Il Libro verde inizia un dibattito politico ampio sull'invecchiamento demografico, con l'obiettivo di esplorare opzioni per anticipare le sfide e cogliere le opportunità che ne derivano. Tale discussione tiene conto dell'Agenda 2030 delle Nazioni Unite per lo sviluppo sostenibile e del decennio delle Nazioni Unite dell'invecchiamento in buona salute.

In esso si sottolineano due concetti politici globali per la creazione di una società che invecchia e prospera: *l'invecchiamento attivo* e *in buona salute*, e *l'apprendimento permanente*.

A livello nazionale è stato istituito il "Tavolo Interistituzionale sull'Apprendimento Permanente"⁴ con il compito di sviluppare proposte per definire standard minimi e linee strategiche riguardanti i servizi e le reti territoriali per l'apprendimento permanente. Il tavolo coinvolge diverse istituzioni, tra cui Università, Imprese, Camere di Commercio, industria, artigianato e agricoltura, Centri per l'Impiego, Parti Sociali e Enti Locali. Si tratta di una rete di soggetti che costituiscono le basi del sistema di apprendimento permanente correlato alla riforma del *welfare*, all'invecchiamento attivo e all'esercizio della cittadinanza attiva per tutti i cittadini residenti in Italia. Queste reti sono i luoghi istituzionali incaricati di "prendere in carico gli adulti", offrendo ai cittadini accesso a servizi integrati. Tramite esse i cittadini, possono ricevere supporto nella costruzione personalizzata dei propri percorsi di apprendimento formale, non formale e informale, oltre a beneficiare di servizi di orientamento lungo tutto l'arco della vita.

In sintesi, sia l'Unione Europea che l'Italia, affrontando il fenomeno dell'invecchiamento della popolazione, focalizzano l'attenzione sulle sinergie tra l'apprendimento permanente, l'invecchiamento attivo, la buona salute e l'esercizio della cittadinanza attiva.

Le sinergie tra salute e livelli elevati di istruzione sono evidenziate anche nella rilevazione di Passi d'Argento 2018 della ASSL di Cagliari⁵. Il livello di istruzione ha un impatto su tutti i temi trattati nell'indagine, influenzando positivamente o negativamente il benessere complessivo, la percezione di sé in salute, l'isolamento sociale, la partecipazione sociale e l'integrazione.

Per quanto riguarda la Città Metropolitana l'analisi territoriale del Piano Strategico rileva:

- percentuali elevate di persone senza titolo di studio o con la sola licenza elementare;
- dati allarmanti sull'erosione della popolazione studentesca, rispetto al passato, e dati sugli abbandoni scolastici e la povertà educativa, più alti rispetto alla media italiana;
- che la mancanza di opportunità formative, soprattutto tra i giovani residenti, è strettamente collegata alla povertà economica e alle difficoltà di accesso a percorsi professionali.

Per affrontare questa sfida, il Piano Strategico individua l'Azione di Sistema *"Skills"* per lo sviluppo e il rafforzamento del capitale umano. Questa azione prevede varie e integrate iniziative di formazione destinate a lavoratori, donne e studenti, con l'obiettivo di fornire nuove conoscenze e tutele.

4. <https://www.miur.gov.it/tematiche-e-servizi/istruzione-degli-adulti/apprendimento-permanente>

5. È possibile consultare il report a questo link <https://www.aslagliari.it/index.php?xsl=7&s=43475&v=2&c=3300>

Inoltre affronta il tema della riduzione della povertà formativa attraverso la “definizione di percorsi educativi per tutti i residenti della Città Metropolitana, dai giovani in età scolastica, agli anziani, con il fine di ridurre la povertà educativa e aumentare la conoscenza e consapevolezza del territorio”.

Sul tema della formazione digitale il Piano Strategico è ancora più affermativo e specifico *“Il rafforzamento delle competenze digitali, inoltre, è strettamente connesso alle infrastrutture tecnologiche, che diventano determinanti in una visione strategica della Città Metropolitana che vuole aumentare a sua resilienza a shock esterni, e alla promozione della trasformazione informatica del settore economico che fornisce a questa dimensione una forte sostenibilità. In questo senso, bisogna intervenire per rafforzare le competenze digitali di tutta la popolazione. Alle competenze digitali si uniscono quelle più tecniche e professionali.”*

L'apprendimento permanente formale assume ulteriori aspetti, particolarmente correlati all'invecchiamento attivo:

- l'ampio potenziale di sviluppo di ulteriori competenze degli anziani;
- il mantenimento e sviluppo delle competenze civiche importanti per la partecipazione democratica degli anziani e lungo tutto l'arco della vita;
- il modo per gli anziani di svolgere un ruolo attivo diffuso nella società;
- il ruolo dell'apprendimento continuo per prevenire il declino cognitivo legato all'invecchiamento;
- l'apprendimento intergenerazionale, che consente a giovani e ad anziani lo scambio di conoscenze e competenze.

L'apprendimento intergenerazionale avviene in gran parte in modo informale all'interno della comunità, attraverso attività legate a biblioteche, musei, associazioni culturali, sportive o altre organizzazioni, enti religiosi, ecc. Questo rientra nell'ambito dell'apprendimento permanente informale.

Per una programmazione di interventi veramente efficace, è essenziale sottolineare che, a differenza del tradizionale modo di apprendere, l'individuo adulto è completamente responsabile di ciò che apprende, del modo in cui apprende e delle circostanze e del luogo in cui sceglie liberamente di sviluppare il proprio apprendimento.

Appare essenziale, dunque, porre attenzione su alcuni elementi fondamentali per promuovere l'apprendimento nella fase post lavorativa:

- la motivazione personale e autonoma da stimolare;
- la personalizzazione dei percorsi da garantire;
- la partecipazione alla co-progettazione formativa da proporre.

Soprattutto è cruciale stimolare e sostenere la responsabilità e la motivazione, specialmente durante le fasi di invecchiamento quando ciò può risultare più naturalmente impegnativo.

Le sinergie tra responsabilità individuali e generali, così come tra iniziative individuali e collettive, possono rappresentare una chiave di successo per gli interventi pubblici volti a sostenere e promuovere la formazione permanente lungo tutto l'arco della vita, specialmente durante la fase dell'invecchiamento.

Obiettivi generali	Obiettivi specifici
Promuovere l'apprendimento continuo lungo tutto l'arco della vita e l'apprendimento permanente come strumento necessario per consentire a coloro che hanno raggiunto la terza età di affrontare le nuove sfide correlate alla longevità.	<ul style="list-style-type: none"> • Implementare la diffusione delle conoscenze riguardo alla formazione continua per tutti i cittadini; • promuovere, a livello metropolitano, linee operative che favoriscano la formazione continua dei cittadini, considerandola da una prospettiva personale, civica, sociale e occupazionale; • attuare, a livello locale (amministrazioni locali), politiche concrete per rendere operative le linee guida metropolitane, secondo le rispettive competenze; • indirizzare l'apprendimento continuo verso lo sviluppo di <i>leadership</i> e competenze per contribuire alla formazione di una comunità globale di agenti di cambiamento; • promuovere le biblioteche pubbliche come <i>"hub di comunità"</i> per facilitare la formazione permanente.

Linee di azione

Le principali linee di azione di questo asse strategico sono le seguenti:

1. organizzare campagne informative rivolte ai cittadini sull'importanza e gli opportuni vantaggi della formazione continua e permanente;
2. formulare un Piano per la formazione permanente della Città Metropolitana di Cagliari;
3. promuovere e implementare azioni di sostegno a iniziative della rete territoriale per l'apprendimento continuo;
4. promuovere azioni di sostegno alle Università della terza età (UTE);
5. coinvolgere il sistema delle biblioteche pubbliche nell'organizzazione di percorsi specificamente dedicati all'apprendimento continuo per la terza età;
6. progettare e iniziative volte a ridurre il fenomeno del divario digitale e a promuovere l'uso di strumenti digitali.

Impatto

L'impatto di questo asse strategico è legato alla sua capacità di influenzare gli attori della formazione continua, dando concreta forma ad una rete territoriale attraverso ruoli specifici per ciascun attore. È anche collegato alla sua capacità di promuovere la consapevolezza dei cittadini sulla necessità di essere aperti alla formazione continua in tutte le fasi della vita, specialmente nella fase della longevità. Infine, è correlato alla capacità della rete di coinvolgere tutte le generazioni in un processo di formazione intergenerazionale.

Interrelazioni con altri assi

- Contrasto alle discriminazioni (ageismo) e promozione dell'*empowerment* personale.
- Relazioni intergenerazionali e contrasto all'isolamento sociale.
- Partecipazione civica e sociale.

Coerenza con Piano Strategico

Obiettivi	3.1.1	Riduzione della povertà formativa
	3.1.1.1	Definizione e sostegno alla realizzazione di percorsi educativi legati al contesto
	3.1.1.2	Rafforzamento delle competenze digitali, tecniche e professionali
	3.2.2.2	Contrasto alla dispersione scolastica
Progetti	Progetto 02	Sviluppo di competenze per aziende agricole multifunzionali
	Progetto 22	Promozione dei centri di educazione ambientale
	Progetto 40	Creazione di una rete di servizi psicologici per i cittadini e i lavoratori
	Progetto 42	Valutazione e realizzazione di centri di prossimità per l'erogazione di servizi pubblici decentralizzati
	Progetto 63	<i>Innovation academy</i> : creazione di uno spazio di scambio e sviluppo dell'innovazione
	Progetto 87	Nuove politiche per il lavoro e le imprese
	Progetto 65	Agiudu Torrau 5.0: Nuovo sistema di incontro tra domanda e offerta
	Progetto 41	Istituzione di un Centro di ascolto per studenti e attuazione di Piani individualizzati di supporto per prevenire l'abbandono scolastico
Progetto 46	Tavoli di confronto tra Scuole per migliorare l'insegnamento e prevenire l'abbandono scolastico.	

Capitolo 5

Progetti

5.1 Dagli assi strategici alle proposte progettuali

I progetti rappresentano uno strumento essenziale per dare esecutività alle linee di azione individuate negli assi strategici e per raggiungere gli obiettivi specifici. La complessità del cambiamento richiede un'accurata scelta delle tipologie di progetti e della loro strutturazione, affinché rispondano efficacemente a queste finalità. A tal fine, sono necessarie linee di indirizzo, fondate su alcuni elementi:

- la coerenza con i singoli assi strategici;
- la selezione di settori e ambiti di intervento strategici e prioritari;
- le esigenze degli ambiti locali.

In relazione alla gradualità e progressività delle azioni progettuali, appare opportuno prevedere due tipologie di progetti:

- **Progetti su assi strategici:** concretizzano le linee d'azione e rappresentano un punto di partenza per affrontare le sfide indicate nel Piano. Tra i progetti individuati, ne sono stati selezionati alcuni sperimentali e di immediata realizzazione, pensati per testare nuove idee e metodologie. Concepite come iniziative pilota, queste sperimentazioni, mirano a facilitare il cambiamento previsto negli assi strategici, garantendo al contempo replicabilità, adattabilità ai diversi contesti locali e sostenibilità nel tempo. Per ciascun progetto sono stati definiti con precisione obiettivi e fasi operative.
- **Progetti del Piano Strategico da ri-orientare verso l'invecchiamento attivo e la longevità:** rappresentano un adattamento delle iniziative già proposte nel Piano Strategico, tenendo conto delle indicazioni emerse dal Piano per l'invecchiamento attivo e dalle sue linee di indirizzo. L'obiettivo è di allineare gli stessi agli obiettivi e alle priorità definite per promuovere un invecchiamento attivo e una maggiore longevità.



5.2 Progetti su assi strategici

I progetti descritti negli assi strategici trasformano le linee d'azione in attività concrete, focalizzandosi su aree di interesse prioritarie e rappresentano un primo passo per affrontare le sfide delineate nel Piano.

Durante la fase di implementazione, queste idee potranno essere ulteriormente approfondite e, in base alla disponibilità di finanziamenti specifici, all'interesse di soggetti sensibili verso determinati temi e aree, e alle condizioni favorevoli presenti nelle comunità locali, potranno evolvere in progetti esecutivi e cantierabili.

Per semplificare la presentazione, queste iniziative sono comunque identificate come "Progetti", poiché costituiscono la base operativa per rendere effettive le strategie previste nel Piano.

I progetti, nel rendere operative le strategie delineate nel Piano, garantiscono che gli obiettivi previsti siano realizzati in modo efficace, in linea con la strategia complessiva. Ogni progetto segue alcune "linee di orientamento" che si concentrano su quattro elementi chiave: informare, sensibilizzare, formare e agire. Tali elementi possono essere prioritari o complementari, con una variazione nella loro applicazione a seconda dei singoli progetti, o essere integrati e articolati in modo propedeutico, in base alle specifiche esigenze e contesti di intervento.

Ogni asse strategico identifica progetti focalizzati su alcune aree di interesse prioritario, che, nei progetti futuri, diventeranno più specifiche per evitare dispersione e garantire un impatto concreto. Queste aree, pur essendo legate a ciascun asse, in alcuni casi si sovrappongono, creando connessioni tra obiettivi, attività e impatti, in modo da rendere le azioni più efficaci e integrate.

I progetti si basano anche su un'indagine conoscitiva che ha identificato iniziative in linea con alcune aree degli assi strategici. Queste iniziative possono essere utilizzate come punti di riferimento all'interno della comunità, per sviluppare e attuare i progetti, anche in forma sperimentale.

5.2.1 ASSE 1 - Promozione della salute e del benessere

Per rendere efficaci i progetti di questo asse e promuovere cambiamenti significativi nei comportamenti individuali, familiari e sociali, è necessario concentrarsi su alcune aree chiave. La prima riguarda la promozione di stili di vita sani e sostenibili, mettendo in evidenza il legame tra alimentazione e impatto ambientale. Educare le persone a scegliere cibi nutrienti e a basso impatto è fondamentale, e può essere fatto attraverso programmi educativi nelle scuole e nelle comunità, l'installazione di orti urbani e la valorizzazione dei mercati locali che offrono prodotti a chilometro zero. Un altro aspetto importante è l'incoraggiamento a mantenere una vita attiva e in salute in tutte le fasi della vita, non solo durante l'invecchiamento. Per fare questo, è essenziale creare infrastrutture urbane adeguate, come piste ciclabili e parchi attrezzati, e promuovere iniziative che favoriscano la prevenzione sanitaria e il benessere psicologico. L'obiettivo è far sì che queste pratiche diventino parte integrante della quotidianità di tutti.

Infine, è fondamentale creare un ecosistema collaborativo che metta in rete i vari attori della Città Metropolitana, con particolare attenzione ai servizi sanitari e sociali. Una collaborazione sinergica tra enti pubblici, privati e del terzo settore, accompagnata da una comunicazione efficace e dalla condivisione delle risorse, può amplificare l'impatto delle iniziative e garantire che i cambiamenti nei comportamenti siano sostenibili nel lungo periodo.

5.2.1.1 Dire, fare, mangiare

Questo progetto affronta il tema cruciale di cosa, come e quanto mangiare per invecchiare in salute. Il percorso formativo è rivolto a tutte le fasce di popolazione, con una particolare attenzione all'età infantile e giovanile, preparando così le future generazioni a una vita adulta sana.

Il progetto si propone di migliorare la consapevolezza sull'importanza di un'alimentazione sana e sostenibile, educando la comunità riguardo ai benefici di scelte alimentari equilibrate e rispettose dell'ambiente. Inoltre, si intende coinvolgere attivamente il mondo della produzione del cibo nei processi di sensibilizzazione dei cittadini, creando una sinergia tra produttori e consumatori. Attraverso eventi e iniziative collaborative, il progetto mira a promuovere una cultura alimentare consapevole, facilitando il dialogo e l'interazione diretta tra chi produce e chi consuma, per favorire scelte più responsabili e informate.

Il progetto si sviluppa attraverso la formazione del personale legato al mondo produttivo, della cooperazione e dell'associazionismo civile, con l'intento di coinvolgere una platea di portatori di interesse e possibili divulgatori e promotori degli obiettivi del Piano di Invecchiamento Attivo e del Piano del Cibo della Città Metropolitana di Cagliari.

Questo progetto favorisce l'apprendimento pratico, l'educazione alimentare e valorizza anche le conoscenze e le competenze degli anziani, promuovendo l'integrazione intergenerazionale e il rispetto delle tradizioni culinarie locali.

Dati sintetici	
Tipologia	Formazione
Tempistiche	da 1 a 3 anni
Attori coinvolti	Agenzie di formazione, agenzie di comunicazione, Dipartimento di Prevenzione della ASL, Università degli Studi di Cagliari, associazioni più rappresentative del mondo produttivo e della cooperazione.
Partner del territorio	<ul style="list-style-type: none"> • Università di Cagliari: progetto "Turntable"; • Federazione Anziani e Pensionati, ACLI CAGLIARI: progetto "Vivere a lungo, vivere bene: percorsi di salute e benessere per over 60"; • Laore Sardegna
Ruolo CMC	Ruolo di promozione, accompagnamento alla progettazione e coordinamento nell'esecuzione e verifica dei risultati

5.2.1.2 L'importanza dei comportamenti

Il progetto prevede l'avvio di una campagna di sensibilizzazione finalizzata alla promozione di stili di vita sani. La campagna sarà strutturata attraverso l'implementazione di iniziative comunicative, educative e formative che affronteranno tematiche quali l'alimentazione equilibrata, l'attività fisica, il benessere mentale e l'importanza della prevenzione e degli *screening* regolari per monitorare i risultati dei comportamenti salutari.

Per quanto riguarda i programmi educativi e formativi, in collaborazione con le scuole di ogni ordine e grado, saranno organizzate lezioni interattive intergenerazionali serali. Queste lezioni mireranno alla creazione di nuovi strumenti grafici guida (installazioni artistiche, video tutorial, giochi, libri fotografici) ed eventi (festival, eventi tematici, *open day* su sport e attività per il benessere) per promuovere l'adozione di stili di vita sani.

Sarà inoltre sviluppata una piattaforma con contenuti multimediali, tra cui video che illustreranno esempi pratici di stili di vita sani, interviste con esperti e testimonianze di cittadini, oltre a infografiche che riassumeranno dati chiave e suggerimenti pratici per una vita sana. La piattaforma includerà anche articoli approfonditi e post sui blog che tratteranno vari aspetti degli stili di vita sani, dalla nutrizione all'esercizio fisico.

Infine, per il successo della campagna sarà essenziale il reclutamento e la formazione di volontari, che diventeranno divulgatori e ambasciatori di stili di vita sani. Questi volontari distribuiranno materiale informativo, svolgeranno attività di *marketing* sui *social media* e promuoveranno il coinvolgimento della comunità nella partecipazione a eventi e festival.

Dati sintetici	
Tipologia	Campagna di sensibilizzazione
Tempistiche	da 1 a 3 anni
Attori coinvolti	Mondo della comunicazione, fondazioni bancarie, mondo della formazione istituzionale (Scuole primarie e secondarie e Università), mondo dei social, mondo delle associazioni di settore che si occupano dei temi di salute e sistema sanitario locale.
Partner del territorio	<ul style="list-style-type: none"> • Associazione Fiocco Bianco Argento, in collaborazione con la Fondazione Caritas San Saturnino: progetto "L'anziano e la sua salute"; • proposte emerse dalla consultazione aperta: Podcast "Vivere Bene, Invecchiare Meglio", "Pratiche sensibili al museo. Un'esperienza per favorire il benessere", "Le palestre per la mente".
Ruolo CMC	Ruolo di promozione, accompagnamento alla progettazione e coordinamento nell'esecuzione e verifica dei risultati.

5.2.1.3 Attività fisica per tutte le età

Il progetto prevede la creazione di un programma mirato a sostenere l'attività fisica e a costruire una rete di comunità sul tema sport, in cui i partecipanti possano condividere obiettivi, esperienze e opinioni riguardanti salute e benessere. Il programma sarà guidato da società sportive, in collaborazione con gli assessorati allo sport e alla cultura dei comuni della Città Metropolitana di Cagliari.

Il programma include sessioni di allenamento personalizzate, adattate alle capacità e alle esigenze di ciascun partecipante, *workshop* e seminari informativi su temi legati alla salute fisica e mentale, oltre a giornate comunitarie per condividere esperienze e scambiare opinioni su salute e benessere, favorendo la creazione di una rete di supporto solidale. Saranno coinvolti esperti in salute e benessere, che offriranno consulenze e programmi educativi. Inoltre, saranno promosse iniziative di sensibilizzazione per sottolineare l'importanza dell'attività fisica e di uno stile di vita sano.

Gli *open day* gratuiti permetteranno ai partecipanti di mappare i propri interessi e provare gli sport più affini alle loro passioni.

Il monitoraggio del progetto sarà continuo, con la raccolta di *feedback* dai partecipanti e dalle società sportive coinvolte. Saranno distribuiti strumenti gratuiti (sensori indossabili) e app tecnologiche per il monitoraggio della salute e degli stili di vita, al fine di valutare l'efficacia delle attività e apportare eventuali miglioramenti.

Dati sintetici

Tipologia	Programma di coaching sanitario e digitale da 1 a 3 anni
Tempistiche	
Attori coinvolti	Società sportive, associazioni di settore, sindacati pensionati, sistema sanitario locale, fondazioni bancarie
Partner del territorio	<ul style="list-style-type: none"> • Acli di Cagliari, in collaborazione con la Federazione Anziani e Pensionati delle Acli, l'US Sardegna, Progetto Sorriso Sardegna e Amal Sardegna – Marocco: progetto “Al passo con i tempi”; • Università di Cagliari in collaborazione con il Coni: progetto “Anzianità attiva e in salute”; • Fondazione IRRM Istituti Riuniti Ricovero Minorile , Associazione Italiana di Psico-geriatria, Centro Don Orione di Selargius, Centro Studi Luigi Crespellani, Associazione GeRos, SmartLab: progetto “Osservatorio età pre e senile per l'invecchiamento attivo e prevenzione disabilità”.
Ruolo CMC	Ruolo di promozione, accompagnamento alla progettazione e coordinamento nell'esecuzione e verifica dei risultati

5.2.2 ASSE 2 - Contrasto alle discriminazioni (ageismo) e promozione dell'empowerment personale

I progetti relativi a quest'asse saranno orientati all'attivazione delle linee guida indicate nel Rapporto Globale sull'Ageismo dell'OMS (*The Global Report on Ageism, Geneva, World Health Organization, 2021*). In linea con quanto emerso dal rapporto, si ritiene che l'eliminazione di comportamenti e attitudini discriminatorie possa essere raggiunta attraverso l'implementazione di iniziative focalizzate su tre aree prioritarie: il rispetto delle normative (tramite politiche e interventi legislativi), la promozione di una crescita e di un cambiamento culturale diffuso (attraverso formazione ed educazione) e il miglioramento delle relazioni sociali nelle comunità (attraverso interventi di contatto intergenerazionale).

L'obiettivo è quello di sviluppare una nuova cultura inclusiva che promuova comportamenti rispettosi verso tutte le età, senza discriminazioni, affrontando l'intero arco della vita in accordo con le seguenti tre raccomandazioni generali, finalizzate a contrastare efficacemente i comportamenti discriminatori e prevenire l'ageismo:

- investire prioritariamente nell'implementazione delle tre strategie identificate, supportate dalla verifica della loro efficacia;
- sviluppare o migliorare la ricerca e la raccolta dei dati sui fenomeni di ageismo e sull'efficacia degli strumenti esistenti, per comprendere meglio il fenomeno e le modalità di intervento per contrastarlo;
- favorire il coinvolgimento attivo di ogni organismo politico, amministrativo e sociale, nonché di ogni singolo individuo, affinché si assuma un ruolo attivo nel cambiamento della narrativa riguardante l'età avanzata e l'invecchiamento.

5.2.2.1 Reverse mentoring

La proposta prevede la realizzazione di incontri mensili di *Reverse Mentoring* contro l'ageismo, da svolgersi nelle scuole e in luoghi informali dei comuni (bar, biblioteche, ludoteche), in cui giovani e anziani possano scambiare competenze per affrontare il tema dell'ageismo. Gli incontri saranno caratterizzati da attività ludiche, come giochi da tavolo e digitali (*serious game, escape game*), per stimolare il dialogo e la collaborazione tra le diverse generazioni.

L'obiettivo del progetto è valorizzare le esperienze e le competenze delle persone anziane, incrementando la loro autostima e il senso di appartenenza, mentre parallelamente si promuove lo scambio di competenze tra giovani e anziani, favorendo l'incontro culturale e comunicativo in modalità interattive e coinvolgenti.

Dati sintetici

Tipologia	Formazione/mentoring
Tempistiche	da 1 a 3 anni
Attori coinvolti	Amministrazioni locali, soggetti del terzo settore
Partner del territorio	Associazioni di categoria delle imprese, Università di Cagliari
Ruolo CMC	Ruolo di promozione, accompagnamento alla progettazione e coordinamento nell'esecuzione e verifica dei risultati

5.2.2.2 Contrasto all'ageismo

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità l'ageismo, ovvero la discriminazione di una persona in base all'età, è la terza principale causa di discriminazione a livello mondiale. L'età anagrafica è spesso oggetto di stigma e pregiudizio, come se l'essere anziani fosse di per sé un limite, una condizione invalidante, una differenza in termini negativi.

L'ageismo è attualmente molto radicato nella nostra società: ne abbiamo esempi ogni giorno in TV, al lavoro, nella sanità, sui social media, nelle conversazioni familiari. È necessario pertanto, costruire degli strumenti mirati e specifici finalizzati al contrasto di questo fenomeno, a partire da una campagna di sensibilizzazione in grado di coinvolgere un pubblico il più ampio ed eterogeneo possibile.

La campagna di sensibilizzazione vuole trasmettere il valore positivo della diversità, dimostrando come non esista solo un modo "convenzionale" di invecchiare.

Nello specifico la campagna sarà realizzata in modalità *online* e in modalità presenziale.

La parte *online* prevede la creazione di una piattaforma che contenga:

- una **guida**, scaricabile, sui comportamenti da adottare contro l'ageismo divisa per temi (ageismo a lavoro, in ambito sanitario, nei media, nella vita di tutti i giorni...);
- una **raccolta di immagini positive** che scardinino i preconcetti sugli anziani;
- una **bacheca** su cui pubblicare aggiornamenti, eventi ed iniziative legate al Piano per l'invecchiamento attivo;
- una **mappa** delle realtà che si occupano di invecchiamento attivo nel territorio;
- una **campagna video** (spot) riassuntivo.

La parte in presenza si occuperà invece di:

- produrre e stampare materiale divulgativo della campagna di sensibilizzazione, da distribuire in luoghi strategici della città;
- organizzare percorsi di formazione specifici in ambienti educativi come scuole dell'infanzia, primarie e secondarie di primo e di secondo grado con l'obiettivo di educare le fasce di popolazioni più giovani sulle problematiche legate all'ageismo;
- creare degli eventi, quali *workshop*, su come diventare un attivista (ambassador) contro l'ageismo, o giornate dedicate all'invecchiamento attivo.

Obiettivi

- Cambiare il modo in cui ci si approccia al tema dell'invecchiamento, sradicando pregiudizi e preconcetti.
- Coinvolgere attivamente i cittadini nella creazione di una società più inclusiva per gli anziani.
- Sensibilizzare, informare e aggiornare gli utenti interessati sulle iniziative promosse sul territorio in ambito di invecchiamento attivo.
- Creare un *network* tra le realtà che operano sui temi dell'invecchiamento attivo.

Fasi progettuali

- **Progettazione della campagna di sensibilizzazione:** affidamento a uno studio di comunicazione che si occupa dell'identità visiva generale, dell'ideazione del brand generale che dovrà essere coerente per tutte le comunicazioni sia *online* che *offline*, e dei contenuti (tra cui guida, mappatura, layout materiale informativo).
- **Progettazione della piattaforma *online*:** affidamento a società di sviluppo *web*.
- Definizione delle **immagini positive:** affidamento di incarico a fotografo professionista che lavori in collaborazione con studio di comunicazione.
- Realizzazione **campagna video:** affidamento di incarico a società di audio - video che lavori in collaborazione con lo studio di comunicazione.
- Stampa **materiale divulgativo.**
- Realizzazione di **corsi e *workshop*:** affidamento di incarico a soggetto che si incarichi dell'organizzazione di tutti gli eventi.
- **Gestione e Monitoraggio:** seguire l'efficacia della campagna raccogliendo *feedback* e misurando l'engagement del pubblico. Valutare i risultati per adattare e migliorare le future iniziative a cura del personale interno della Città Metropolitana.

Dati sintetici

Tipologia	Programma di sensibilizzazione
Tempistiche	Da 6 mesi a 1 anno
Attori coinvolti	Soggetti della comunicazione, mondo della formazione e istruzione, associazioni di settore.
Partner del territorio	<ul style="list-style-type: none">• Amministrazioni locali;• fondazioni bancarie;• proposte emerse dalla consultazione aperta: Rassegna del Cinema d'argento "Vivere Bene, Invecchiare Meglio", "Le Forme della Vitalità".
Ruolo CMC	Ruolo di soggetto attivo nel progetto e di accompagnamento nella co-progettazione ed esecuzione e verifica dei risultati.

Stima dei costi

Brand	18.000 €	necessario
Piattaforma online (minimo: guida, bacheca, mappa)	15.000 €	necessario
Raccolta immagini positive	7.500 €	facoltativo
Campagna video	7.500 €	facoltativo
Materiale divulgativo (stampa)	3.000 €	necessario
Formazione + Workshop	10.000 €	facoltativo
Totale	61.000€	

5.2.2.3 Educazione finanziaria

Percorso formativo finalizzato alla visualizzazione, preparazione e gestione della propria longevità. Il progetto disegna un percorso divulgativo e formativo per accompagnare la cittadinanza alla consapevolezza delle opportunità, dei rischi e delle responsabilità connessi a una vita sempre più lunga, a partire dalla resilienza finanziaria, fino alla gestione delle responsabilità di cura verso familiari molto anziani.

I contenuti minimi del percorso formativo sono i seguenti:

• **Consapevolezza (2 ore)**

L'esperienza insegna che fino a che le persone non si confrontano con i dati demografici e gli effetti della transizione che sta vivendo il nostro Paese, non si accende l'attenzione verso l'ottimizzazione delle proprie risorse per una longevità in buone condizioni. Per questo motivo il percorso formativo proposto inizia con una panoramica sulle trasformazioni demografiche dell'Italia di oggi e le conseguenze sul ciclo di vita, il lavoro, l'economia e la finanza personali.

• **Longevity Planning (2 ore)**

La consapevolezza delle opportunità e dei rischi di una vita ormai pressoché centenaria e del profondo cambiamento del *welfare* pubblico in un Paese a forte invecchiamento chiamano in causa le responsabilità individuali verso la tenuta dei propri capitali – finanziario, fisico e umano – per garantire la longevità ambita. Principi e fondamentali della pianificazione della longevità

• **Autonomia finanziaria (4 ore)**

Pianificazione economica della longevità, informazioni per comprendere gli elementi basilari degli strumenti finanziari e previdenziali/assicurativi, panoramica degli strumenti suddetti e loro funzioni.

Potrebbero essere inoltre inclusi ulteriori moduli facoltativi:

• **Longevità femminile (2 ore)**

In quanto genere più longevo, le donne sono, in tutto il mondo, più esposte degli uomini ai rischi della longevità. I condizionamenti di genere e alcune differenze biologiche ne limitano però ulteriormente i capitali di partenza, finanziario e anche fisico, aggiungendo rischi di natura diversa. Autonomia finanziaria. Gli strumenti (3 ore)

Gli strumenti finanziari più indicati per la longevità: accumulazione e rendita. Gli strumenti previdenziali/assicurativi ai fini pensionistici e per la protezione sanitaria.

• **Capitale umano e long term employability (2 ore)**

A una vita sempre più lunga in un Paese a forte invecchiamento corrisponde la necessità di rivedere le logiche che hanno definito il lavoro fino ad oggi. Le aziende ridisegnando i criteri del ciclo lavorativo e di carriera, i lavoratori assumendosi la responsabilità di un prolungamento del periodo lavorativo e/o di una fase di lavoro parziale che accompagni i primi anni di pensione per garantire, da una parte, un'integrazione al reddito e dall'altra, il mantenimento di un ruolo sociale attivo più a lungo. Perché ciò sia possibile occorre saper guardare alle proprie competenze – agite e sottese – sviluppare consapevolezza e utilizzarle per mantenersi attrattivi per il mercato del lavoro di domani.

• **Capitale umano e fragilità familiari (2 ore)**

L'aumento continuo dell'aspettativa di vita ci espone a maggiori rischi di fragilità sia in termini personali (propria fragilità) sia in termini familiari (fragilità altrui). Se ai primi si risponde con la prevenzione (stili di vita, screening, cure), ai secondi ci si deve preparare anticipando le responsabilità di assistenza cui presto saremo chiamati tutti, chi più e chi meno. Questo modulo tende a calare le persone nelle condizioni in cui potrebbero trovarsi nel futuro, sensibilizzando la necessità, opportunità di sostegno e responsabilità di condivisione familiare, ma anche offrendo consigli per affrontare al meglio i momenti cruciali in cui il ruolo di cura genitore-figlio invertirà rotta chiamandoci a restituire quanto abbiamo ricevuto

Obiettivi

- Aumentare la consapevolezza sui benefici e i rischi di una vita longeva ed educare la cittadinanza sulle opportunità e sfide legate alla longevità.
- Promuovere la resilienza finanziaria attraverso strumenti e conoscenze per gestire le finanze a lungo termine.
- Supportare la gestione delle responsabilità di cura, preparando i partecipanti alla cura e assistenza di familiari anziani.

Fasi progettuali

- Affidamento di incarico a soggetto formatore che, in collaborazione con esperti del tema, si occupi della realizzazione dei contenuti e dell'erogazione degli stessi al pubblico.

Dati sintetici

Tipologia	Alfabetizzazione finanziaria
Tempistiche	1 anno
Attori coinvolti	Banche, assicurazioni, Pubbliche Amministrazioni
Partner del territorio	Comune di Cagliari, Prefettura, Forze dell'ordine: progetto "Imparisi"
Ruolo CMC	Ruolo di promozione, accompagnamento alla progettazione e coordinamento nell'esecuzione e verifica dei risultati.

Stima dei costi

Corso (contenuti minimi)	7.500 €	necessario
Progettazione ed eventuale rimborso spese di trasferta	7.500 €	necessario
Totale	15.000€	

5.2.2.4 Sportello tutela dei diritti ed empowerment

Con l'avanzare dell'età, molte persone anziane si trovano ad affrontare una serie di necessità che, se non adeguatamente supportate, possono limitare la loro indipendenza e qualità della vita.

Il progetto prevede la creazione di uno sportello, a disposizione di tutta la popolazione over 65 della Città Metropolitana, che consenta di **offrire risposte alle piccole o grandi necessità della vita quotidiana.**

Tra le principali necessità cui il progetto intende dare risposta vi sono:

- il supporto psicologico e relazionale per fare fronte alle sfide proposte dalla fase dell'invecchiamento tra cui: transizione dal mondo del lavoro alla pensione, pianificazione dell'invecchiamento, possibili problematiche da affrontare come isolamento, eventuali limitazioni della salute, etc.;
- l'aiuto pratico allo svolgimento di attività della vita quotidiana legate alla salute (visite mediche, esami diagnostici, ecc.), al disbrigo delle pratiche burocratiche (utenze, pensione ecc.), o alla manutenzione della casa, favorendo l'accesso alle informazioni e ai servizi disponibili sul territorio.

Per la sua realizzazione, il progetto prevede diversi elementi:

- la creazione di uno sportello **di riferimento** che, a seconda dell'esigenza, si mette in contatto con le risorse del territorio che hanno dato la loro disponibilità;
- la creazione di un **elenco di servizi**, offerti da associazioni di volontariato che aderiscono al progetto;
- la creazione di gruppi di volontari che, a partire da interessi condivisi, propongono **attività ricreative e di socializzazione**;
- la definizione di una **campagna di comunicazione** per la diffusione del servizio.

Obiettivi

- Migliorare l'autonomia delle persone over 65, attraverso strumenti e servizi che permettano di gestire autonomamente le attività quotidiane.
- Aumentare la percezione di sicurezza e autoefficacia negli anziani attraverso il supporto pratico e informativo.
- Sostenere la creazione di una comunità solidale che valorizzi il contributo degli anziani, promuovendo la coesione sociale e la solidarietà intergenerazionale.
- Coinvolgere attivamente gli anziani nella vita comunitaria, rendendoli partecipi di eventi e iniziative locali che valorizzino la loro esperienza e conoscenza.
- Favorire la domiciliarità, anche in presenza di bisogni complessi, la socialità e la socializzazione.

Fasi progettuali

- Creazione dello sportello metropolitano: affidamento di incarico a soggetto del terzo settore che si occupi della gestione e coordinamento e che metta a disposizione due figure professionali (psicologi) per l'esecuzione del servizio.

Dati sintetici	
Tipologia	Formazione/ <i>mentoring</i>
Tempistiche	da 1 a 3 anni
Attori coinvolti	Agenzie di formazione, amministrazioni locali, servizio sanitario locale, soggetti del terzo settore
Partner del territorio	Plus di Cagliari: gruppo "Truffe e digitalizzazione" facente parte del tavolo tematico "Anziani e vita a domicilio"
Ruolo CMC	Ruolo di promozione, accompagnamento alla progettazione e coordinamento nell'esecuzione e verifica dei risultati.

Stima dei costi		
Sportello metropolitano	35.000 €	necessario
Totale	35.000€	

5.2.3 ASSE 3 - Relazioni intergenerazionali e contrasto all'isolamento sociale

I progetti di quest'asse si concentrano su temi fondamentali per contrastare l'isolamento e favorire l'inclusione, con significativi benefici per la comunità. In primo luogo, individuare le situazioni locali in cui la solitudine è un problema conosciuto o potenziale consentirà di creare interventi mirati che rispondano a esigenze specifiche, come attività di supporto psicologico o socializzazione, riducendo il rischio di depressione e migliorando la qualità della vita dei partecipanti. La promozione di luoghi e pratiche che favoriscano le relazioni sociali intergenerazionali, come spazi pubblici condivisi e attività culturali, contribuirà a rafforzare il senso di comunità, diminuendo il rischio di emarginazione sociale e migliorando la coesione tra le diverse età. Al contempo, affrontare il divario digitale garantirà che tutte le persone, in particolare gli anziani, abbiano pari opportunità di accesso alle informazioni e alle relazioni *online*, aumentando l'autonomia e riducendo l'esclusione sociale. Infine, il coinvolgimento delle comunità attive nelle attività di prevenzione dell'isolamento stimolerà la partecipazione e il senso di appartenenza, creando reti di supporto che favoriranno l'integrazione sociale e il benessere collettivo, contribuendo a una società più resiliente e solidale.

5.2.3.1 Restiamo connessi

La proposta prevede la creazione di un'app con piattaforma digitale per consentire alle persone anziane di restare connesse con familiari, amici e volontari tramite videochiamate e messaggi, rafforzando così le relazioni sociali anche a distanza. Con l'applicazione gli utenti possono gestire le proprie relazioni sociali utilizzando una semplice applicazione da installare su *tablet* o *smartphone* come strumento di comunicazione. L'app potrebbe consentire la comunicazione tra utenti, le famiglie e la cerchia di amici, nonché con persone esterne interessate a socializzare. La comunicazione potrebbe avvenire sotto forma di messaggio di testo, foto e video. L'app offrirà inoltre accesso al calendario delle attività di invecchiamento attivo organizzate nel comune, facilitando la partecipazione alla vita comunitaria e riducendo il rischio di isolamento sociale. Questo strumento mira a promuovere interazioni intergenerazionali e a mantenere vive le connessioni sociali.

Dati sintetici	
Tipologia	Campagna di sensibilizzazione
Tempistiche	da 1 a 3 anni
Attori coinvolti	Pubbliche Amministrazioni, associazioni, mondo della scuola, servizi sanitari locali
Partner del territorio	<ul style="list-style-type: none"> • Associazione Fiocco Bianco d'Argento: progetto "Tendi una mano alla terza età"); • Servizio Politiche Sociali del Comune di Cagliari in collaborazione con l'associazione Mondo X - Sardegna: progetto "E... state insieme"; • Associazione Antreas con il Comune di Quartu Sant'Elena e Fondazione di Sardegna: progetto "Terzo Quartu"
Ruolo CMC	Ruolo di promozione, accompagnamento alla progettazione e coordinamento nell'esecuzione e verifica dei risultati

5.2.3.2 Sentinelle di comunità

La proposta punta a creare una rete di Sentinelle Urbane per favorire l'inclusione e l'*empowerment* degli anziani, attivando le comunità locali affinché si prendano cura delle persone sole o a rischio di isolamento. L'obiettivo è rafforzare i legami di vicinato e promuovere relazioni di prossimità.

Il progetto prevede la creazione di una rete di quartiere composta da cittadini, negozi e farmacie, che, con sensibilità e rispetto, prestano atten-

zione alle dinamiche quotidiane degli anziani nel loro contesto abituale. Quando i membri di questa rete notano cambiamenti significativi nel comportamento o nelle abitudini di un anziano, segnalano la situazione ai responsabili del progetto, i quali, in collaborazione con i servizi sociali del comune, valutano e gestiscono gli interventi necessari.

I servizi sociali possono valutare se e come intervenire, mentre i volontari svolgono un monitoraggio telefonico, stabilendo relazioni di fiducia con gli anziani per ridurre il loro senso di solitudine e rafforzare il legame con il territorio. Il progetto si completa con il coordinamento tra varie risorse e organizzazioni locali (case di riposo, centri civici, volontariato), favorendo iniziative comunitarie che facilitano l'inclusione degli anziani nella vita sociale del quartiere.

Luoghi strategici nei comuni possono diventare *hub* per incontri intergenerazionali, offrendo spazi dove co-progettare e pianificare azioni di supporto per gli anziani, rafforzando così la solidarietà e l'inclusione sociale.

Dati sintetici

Tipologia	Creazione di comunità
Tempistiche	da 1 a 3 anni
Attori coinvolti	Pubbliche Amministrazioni, associazioni giovanili, servizi sanitari locali, Sindacato dei Pensionati
Partner del territorio	<ul style="list-style-type: none"> • Associazione Giocaus Impari Sport e Divertimento in collaborazione con la Biblioteca Ragazzi della Città Metropolitana di Cagliari: progetto "Monte Claro Giocaus Impari"); • Pubbliche Amministrazioni, Polizia Locale e Pubblica Istruzione: progetto "Nonne e nonni vigili".
Ruolo CMC	Ruolo di promozione, accompagnamento alla progettazione e coordinamento nell'esecuzione e verifica dei risultati

5.2.3.3 Tandem linguistici

La proposta mira a promuovere incontri di tandem linguistici tra cittadini over 65 e giovani, dove i partecipanti possono migliorare le proprie competenze linguistiche attraverso conversazioni guidate. Inoltre, sono previsti incontri di *reverse mentoring*, durante i quali i giovani condividono le loro conoscenze tecniche e imprenditoriali con gli anziani e, allo stesso tempo, apprendono da loro esperienze e competenze. La creazione di *hub* locali per lo scambio di competenze, identificati in luoghi strategici come

piazze, bar, ristoranti e biblioteche, costituirà un punto di riferimento per favorire queste interazioni. Un calendario annuale delle attività formative, accessibile *online* e nei principali luoghi di vita dei comuni, offrirà a tutti un accesso facile e continuo alle iniziative, promuovendo una comunità più coesa e interattiva.

Dati sintetici

Tipologia	Creazione di comunità
Tempistiche	da 1 a 3 anni
Attori coinvolti	Pubbliche Amministrazioni, associazioni, mondo della scuola, servizi sanitari locali
Partner del territorio	Centri commerciali, biblioteche, centri sociali
Ruolo CMC	Ruolo di promozione, accompagnamento alla progettazione e coordinamento nell'esecuzione e verifica dei risultati

5.2.3.4 Cultura, arte e sport tra generazioni

Nell'immaginario collettivo, quando si parla di formazione intergenerazionale, si fa solitamente riferimento a corsi in cui vengono colmate le più diffuse lacune degli anziani (relative al mondo del digitale) grazie al supporto dei giovani, o viceversa, corsi in cui gli anziani trasmettono alle nuove generazioni mestieri non più diffusi (prevalentemente legati al mondo dell'artigianato). Raramente viene preso in considerazione l'ambito dell'arte e della creatività, a cui il presente progetto si rivolge.

Il progetto propone corsi di scambio intergenerazionale di teatro, danza moderna, musica elettronica, fotografia digitale, scrittura creativa o altre attività artistiche o creative. L'intento è quello di porre le basi e creare le condizioni per candidare la Città Metropolitana al *Global Network of Learning Cities* dell'UNESCO, che permetterà di entrare in contatto con una rete di esperti e professionisti specializzati nel campo dell'apprendimento continuo.

Obiettivi

- Valorizzazione delle competenze artistiche dei partecipanti
- Acquisizione di nuove conoscenze e abilità
- Riduzione dell'isolamento sociale

Dare vita a *best practices* utili alla candidatura del *Global Network of Learning Cities* dell'UNESCO

Fasi progettuali

- **Progettazione dei corsi:** affidamento ad un soggetto che si occupi della creazione dell'intero pacchetto dei corsi, dell'individuazione e coordinamento dei professori, dell'individuazione delle sedi e della gestione delle lezioni (si ipotizza per ogni corso 8 lezioni da 1 ora e mezzo per massimo 20 persone).
- **Progettazione della comunicazione:** affidamento a uno studio di comunicazione che si occupi dell'identità visiva generale, dell'ideazione del brand generale che dovrà essere coerente per tutte le comunicazioni sia *online* che *offline*, e dei contenuti.
- **Gestione e Monitoraggio:** seguire l'efficacia della campagna raccogliendo *feedback* e misurando l'engagement del pubblico. Valutare i risultati per adattare e migliorare le future iniziative a cura del personale interno della Città Metropolitana.

Dati sintetici

Tipologia	Formazione
Tempistiche	da 1 a 3 anni
Attori coinvolti	Pubbliche Amministrazioni, associazioni, mondo della scuola, servizi sanitari locali
Partner del territorio	Compagnie di teatro locali, associazioni di danza, associazioni artistiche
Ruolo CMC	Ruolo di promozione, accompagnamento alla progettazione e coordinamento nell'esecuzione e verifica dei risultati

Stima dei costi

Incarico brand e comunicazione	10.000 €	necessario
Incarico organizzazione dei corsi	25.000 €	necessario
Totale	35.000€	

5.2.3.5 Podcast

Si propone la realizzazione di un podcast dedicato all'invecchiamento attivo e alla longevità, con un particolare *focus* sul ruolo della psicologia nel promuovere il benessere a tutte le età del ciclo di vita. Ad ogni episodio, gli ascoltatori potranno immergersi in conversazioni coinvolgenti con esperti riconosciuti a livello internazionale e con personalità che hanno dedicato la loro carriera a comprendere e promuovere il benessere a tutte le età. Il podcast esplorerà una vasta gamma di temi legati all'invecchiamento, dal mantenimento della salute mentale alla gestione delle sfide della terza età, fino alla scoperta di nuove passioni e prospettive.

L'obiettivo principale del progetto è offrire agli ascoltatori consigli pratici, strategie e storie di successo per vivere una vita più ricca e appagante, indipendentemente dall'età e anche in presenza di sfide legate alla demenza o alle fragilità dell'invecchiamento. Il *podcast* mira a educare, ispirare e promuovere il benessere psicologico come parte integrante del percorso di crescita personale di ciascun ascoltatore.

Il progetto si rivolge anche ai *caregiver* e ai familiari delle persone anziane affette da malattie dell'invecchiamento, come le demenze, in particolare il morbo di Alzheimer e il morbo di Parkinson. L'intento è quello di informare e supportare queste figure nella conoscenza delle malattie e nella gestione quotidiana, offrendo loro strumenti utili per affrontare al meglio le sfide quotidiane.

Obiettivi

- **Promuovere il benessere psicologico:** fornire consigli pratici e strategie per migliorare la salute mentale e il benessere psicologico a tutte le età, con particolare attenzione alla terza età.
- **Educare e informare:** offrire contenuti educativi di alta qualità su temi legati all'invecchiamento attivo e alla longevità, grazie al contributo di esperti internazionali nel campo della psicologia e delle scienze dell'invecchiamento.
- **Supportare caregiver e familiari:** fornire risorse e supporto pratico ai caregiver e ai familiari di persone anziane affette da malattie dell'invecchiamento, come le demenze, il morbo di Alzheimer e il morbo di Parkinson.

Fasi progettuali

- Affidamento di un incarico a una società di comunicazione che, in collaborazione con esperti del tema, si occupi della realizzazione dei contenuti e la pubblicazione degli stessi (si ipotizzano sei puntate comprensive di studio ed elaborazione testi, acquisizione basi musicali e conseguenti diritti di utilizzazione, elaborazione sigla, registrazione, montaggio, mix e pulizia audio, esportazione e verifica file audio, gestione messa *online* su piattaforma).

Dati sintetici

Tipologia	Formazione
Tempistiche	da 6 mesi a 1 anno
Attori coinvolti	Organizzazioni del terzo settore
Partner del territorio	Ordini professionali
Ruolo CMC	Promozione, accompagnamento nelle fasi di progettazione, esecuzione e verifica dei risultati

Stima dei costi

Podcast	7.500 €	necessario
Brand e comunicazione	7.500 €	necessario
Gestione e coordinamento	7.500 €	necessario
Totale	22.500€	

5.2.4 ASSE 4 - Partecipazione attiva, civica e sociale

Quest'asse mira a promuovere la partecipazione attiva sia a livello istituzionale sia a livello civico, puntando su iniziative che rendano queste forme di partecipazione stabili e continuative nel tempo. Le aree di interesse si concentrano su: la strutturazione della partecipazione attiva istituzionale attraverso programmi, interventi, procedure o atti formali che sistematizzino il coinvolgimento dei cittadini nelle decisioni pubbliche; il consolidamento della partecipazione civica nelle comunità locali, incoraggiando opportunità di protagonismo e impegno civico per persone di tutte le età, anziani inclusi; l'identificazione di spazi civici e percorsi strutturati di socializzazione che rendano la partecipazione civica un elemento duraturo e integrato nella vita comunitaria.

Per lo sviluppo di questo asse si raccomanda la realizzazione di un Piano metropolitano della partecipazione civica e sociale, il coinvolgimento attivo delle associazioni, che potrebbe essere sviluppato anche attraverso strumenti come i "Forum di Partecipazione Civica" o progetti di Collaborazione Comunitaria.

5.2.4.1 Consulta Metropolitana Intergenerazionale

La proposta prevede la creazione di una Consulta Metropolitana Intergenerazionale che favorisca il dialogo e la collaborazione tra diverse generazioni, promuovendo politiche e iniziative che migliorino il benessere collettivo e rafforzino la coesione sociale.

A titolo indicativo potrà anche essere aperto un Forum di Partecipazione Civica, con tavoli misti istituzioni locali e cittadinanze; nei quali lavorare per aree tematiche per programmare e sviluppare iniziative di partecipazione istituzionale.

L'obiettivo è migliorare il rapporto cittadini-istituzioni incrementando la partecipazione dei cittadini alla vita pubblica e alle decisioni comunitarie e promuovendo una democrazia più partecipativa e inclusiva.

Dati sintetici

Tipologia	Cittadinanza attiva
Tempistiche	da 1 a 3 anni
Attori coinvolti	Pubbliche Amministrazioni, Terzo settore, associazioni
Partner del territorio	Associazioni di quartiere e di persone senior (sindacati, Acli), associazioni giovanili, imprese, startup e università
Ruolo CMC	Ruolo attivo di costruzione del progetto ed esecuzione dello stesso e di promozione, accompagnamento alla progettazione ed esecuzione e verifica dei risultati

5.2.4.2 Cantieri di partecipazione

Il progetto prevede l'organizzazione di Laboratori di Partecipazione, attraverso *workshop* intersettoriali, finalizzati a incentivare la collaborazione e l'innovazione tra i partecipanti. Sono inoltre previsti spazi di partecipazione pubblica, come eventi e forum di discussione, per raccogliere idee e *feedback* dalla comunità. Uno dei risultati attesi è lo sviluppo di Progetti Pilota che emergano dai laboratori, sperimentando nuove idee e approcci. L'obiettivo principale è promuovere la collaborazione tra diversi attori della società e persone di età differenti, creando innovazione sociale e attivando una cooperazione intersettoriale e intergenerazionale, superando la tradizionale divisione tra ambiti e settori.

Dati sintetici

Tipologia	Innovazione sociale
Tempistiche	da 1 a 3 anni
Attori coinvolti	Pubbliche Amministrazioni, Terzo settore, associazioni
Partner del territorio	Associazioni di quartiere e di persone senior (sindacati, Acli), associazioni giovanili, imprese, startup e università
Ruolo CMC	Ruolo attivo di costruzione del progetto ed esecuzione dello stesso e di promozione, accompagnamento alla progettazione ed esecuzione e verifica dei risultati

5.2.4.3 Patti di quartiere

La proposta mira alla creazione di patti di collaborazione per la rigenerazione urbana e la gestione dei beni comuni, coinvolgendo *team* intergenerazionali. Questi patti consentiranno ai cittadini di unirsi formalmente e di interagire con l'amministrazione comunale come attori attivi nella gestione di spazi e beni comuni, come aree dismesse, strade, aiuole ed edifici pubblici. Incontri e *workshop* saranno organizzati per discutere e pianificare azioni concrete, incoraggiando lo scambio di idee e la co-progettazione delle soluzioni. Durante l'implementazione, l'amministrazione monitorerà i progetti e raccoglierà *feedback* per migliorare e adattare le iniziative. L'obiettivo è promuovere modelli di gestione condivisa e inclusiva, valorizzando le risorse locali e rafforzando il senso di comunità.

Dati sintetici

Tipologia	Innovazione sociale
Tempistiche	da 1 a 3 anni
Attori coinvolti	Pubbliche Amministrazioni, Terzo settore, associazioni
Partner del territorio	Associazioni di quartiere e di persone senior (sindacati, Acli), associazioni giovanili, imprese, startup e università
Ruolo CMC	Ruolo di promozione, accompagnamento alla progettazione e coordinamento nell'esecuzione e verifica dei risultati

5.2.4.4 Senior Watch

La proposta mira a creare la comunità di "Senior Watch", un gruppo di volontari anziani e giovani impegnati insieme a rispondere ai bisogni locali, promuovendo esperienze condivise di socializzazione e apprendimento. Le attività includono turismo esperienziale focalizzato su cibo e cultura locale, esercizio fisico, formazione digitale e una guida per acquisti *online* sicuri. L'obiettivo è creare una rete intergenerazionale stabile e sostenibile, che rafforzi la coesione sociale e migliori la qualità della vita di anziani e giovani. Attraverso l'apprendimento esperienziale e la collaborazione attiva, il progetto punta a trasformare le comunità in spazi di crescita condivisa e supporto reciproco.

Dati sintetici

Tipologia	Formazione/Innovazione sociale
Tempistiche	da 1 a 3 anni
Attori coinvolti	Pubbliche Amministrazioni, Terzo settore, associazioni
Partner del territorio	<ul style="list-style-type: none">• Associazioni di quartiere e di persone senior (sindacati, Acli), associazioni giovanili, imprese, università• Associazione Auser: progetto "Conoscersi a tavola"
Ruolo CMC	Ruolo di promozione, accompagnamento alla progettazione e coordinamento nell'esecuzione e verifica dei risultati

5.2.5 ASSE 5 - Ambienti favorevoli alla salute: Spazi ed edifici pubblici, spazi abitativi, mobilità

Le aree prioritarie per i progetti di questo asse riguardano diversi ambiti di intervento orientati alla creazione di una città più inclusiva e sostenibile. Uno degli obiettivi principali è la valorizzazione di spazi pubblici inutilizzati o in disuso, con l'intento di recuperarli e trasformarli in luoghi di incontro e attività condivisa, dove il concetto di longevità e intergenerazionalità guidi la loro progettazione e utilizzo. In questo contesto, spazi come edifici abbandonati, giardini e aree dismesse vengono rigenerati per offrire a diverse generazioni opportunità di socializzazione, apprendimento e supporto reciproco.

Un altro ambito fondamentale è la promozione dell'accessibilità universale, sia nel pubblico che nel privato, che prevede interventi per eliminare barriere architettoniche e creare ambienti che rispondano alle esigenze di tutte le persone, indipendentemente dalle loro capacità fisiche o cognitive. L'inclusività si estende anche alle forme dell'abitare, con un'enfasi su modelli di abitare solidale, che incoraggiano il vicinato collaborativo e la condivisione di risorse e servizi tra residenti, favorendo il supporto reciproco e riducendo il rischio di isolamento.

Infine, l'asse promuove la sperimentazione di forme di abitare leggero condiviso, come soluzioni abitative flessibili e temporanee, che rispondano a bisogni specifici della comunità, permettendo a persone di diverse fasce di età di coabitare in un contesto di sostegno e arricchimento reciproco con vantaggi in termini di sostenibilità economica e ambientale. Queste aree prioritarie lavorano sinergicamente per costruire una città che risponda ai bisogni della popolazione in un'ottica di inclusione, sostenibilità e coesione intergenerazionale.

5.2.5.1 Case accessibili e confortevoli

La proposta mira a condurre indagini approfondite e valutazioni sullo stato delle abitazioni private, per identificare le fragilità strutturali, sociali e ambientali che possono influire sulla qualità della vita delle persone anziane. Un team tecnico multidisciplinare analizza le condizioni specifiche della persona e le sue abitudini domestiche, allo scopo di individuare prodotti di supporto che possano migliorare l'autonomia e la sicurezza all'interno della casa. In casi particolari, quando le esigenze dell'individuo non possono essere soddisfatte solo attraverso dispositivi di supporto, si prevedono interventi strutturali, come l'adeguamento del bagno per facilitare le attività quotidiane essenziali. L'obiettivo finale è fornire alla Città Metropolitana e ai Comuni una comprensione approfondita delle condizioni di vita degli anziani nelle loro abitazioni, favorendo così la definizione di ulteriori proposte e programmi di intervento che rispondano in modo mirato alle esigenze di questa fascia della popolazione.

Il progetto coinvolgerà attivamente la comunità locale e le associazioni di quartiere, con l'obiettivo di raccogliere dati e testimonianze dirette sulle difficoltà e le barriere presenti negli spazi abitativi. Questo processo partecipativo consentirà di identificare problematiche reali e prioritarie, fornendo una base solida per la definizione di linee guida e buone pratiche nella progettazione di ambienti domestici inclusivi e accessibili. Attraverso questo approccio, si punta a creare modelli abitativi che rispondano meglio alle esigenze di tutti i cittadini, favorendo un senso di appartenenza e contribuendo alla costruzione di quartieri più solidali e inclusivi.

Dati sintetici

Tipologia	Mappatura, interventi sugli spazi abitativi privati
Tempistiche	da 1 a 3 anni
Attori coinvolti	Dipartimento di Prevenzione, Amministrazioni comunali
Partner del territorio	Plus di Cagliari: gruppo "Anziani a basso reddito: soluzioni abitative" facente parte del tavolo tematico "Anziani e vita a domicilio"
Ruolo CMC	Ruolo di promozione, accompagnamento alla progettazione e coordinamento nell'esecuzione e verifica dei risultati

5.2.5.2 Hub di comunità

La proposta prevede la creazione di un hub di comunità che favorisca l'inclusione sociale e l'alfabetizzazione digitale intergenerazionale, offrendo servizi di prossimità, centri civici e biblioteche. Le attività includono corsi e laboratori di alfabetizzazione digitale, con focus su dispositivi mobili, navigazione sicura, social media e accesso ai servizi *online*, oltre a un calendario di eventi regolari e speciali in spazi attrezzati con tecnologie adeguate. Questi ambienti sono pensati per facilitare la socializzazione e l'apprendimento, contribuendo a creare una comunità più coesa e a favorire l'integrazione tra generazioni diverse.

Dati sintetici

Tipologia	Servizi di prossimità
Tempistiche	da 1 a 3 anni
Attori coinvolti	Amministrazioni comunali, associazioni di settore, agenzie formative
Partner del territorio	Centri civici
Ruolo CMC	Ruolo di promozione, accompagnamento alla progettazione e coordinamento nell'esecuzione e verifica dei risultati

5.2.5.3 Centro d'incontro "Officina della Memoria"

La proposta prevede la realizzazione delle "Officine della memoria," spazi dedicati alla stimolazione cognitiva e psicomotoria per persone anziane, che offriranno anche un sostegno pratico e psicologico ai familiari di individui con fragilità socio-economiche e disturbi cognitivi.

La proposta è basata sul modello olandese *Meeting Centres Support Programme*, implementato in Italia dal Prof. Rabih Chattat dell'Università di Bologna – Dipartimento di Psicologia, e sviluppato in Italia in diversi contesti. Il progetto integra professionisti e volontari, offrendo un percorso di qualità, supporto psicologico e inclusione sociale, per persone con iniziali problemi di memoria e ai loro *caregiver*.

L'Officina della Memoria, propone attività ricreative legate alla storia di vita della persona, esercizi di stimolazione cognitiva e motoria, con lo scopo di promuovere la socializzazione, il benessere della persona ed il mantenimento delle autonomie.

Verranno promosse attività ricreative, attraverso musica, canto e danza, contribuendo al benessere complessivo degli anziani e delle loro famiglie. Il progetto mira a rafforzare le competenze cognitive e motorie dei partecipanti, promuovere l'*empowerment* personale e la fiducia in sé stessi oltre a migliorare la loro capacità di affrontare le sfide quotidiane.

Dati sintetici

Tipologia	Innovazione sociale
Tempistiche	da 1 a 3 anni
Attori coinvolti	Amministrazioni comunali, associazioni di settore, agenzie formative
Partner del territorio	<ul style="list-style-type: none">• ASL;• centri civici;• progetto emerso dalla consultazione pubblica: "Old but Gold"
Ruolo CMC	Ruolo di promozione, accompagnamento alla progettazione e coordinamento nell'esecuzione e verifica dei risultati

5.2.5.4 Rifugi climatici

Il progetto di riqualificazione degli spazi interstiziali in disuso della città, volto alla creazione di rifugi climatici, nasce dalla crescente necessità di affrontare le sfide ambientali e sociali nelle aree urbane. Con l'aumento delle temperature globali e il crescente inquinamento atmosferico, è fondamentale sviluppare soluzioni che migliorino la qualità di vita dell'ambiente urbano promuovendo la salute e il benessere dei cittadini.

Gli spazi interstiziali, spesso trascurati e inutilizzati, rappresentano un'opportunità unica per creare aree verdi che offrano rifugio contro le condizioni climatiche estreme, migliorando al contempo la vivibilità delle città. Questo progetto mira a ridurre l'effetto isola di calore e la qualità dell'aria, proponendo al contempo di creare luoghi di incontro e di educazione ambientale, favorendo il coinvolgimento della comunità.

Un rifugio climatico è un'area urbana che offre condizioni ambientali favorevoli per proteggersi da situazioni avverse, come il caldo eccessivo, la carenza d'acqua e l'accesso limitato a un habitat adeguato. Questi rifugi si distinguono per la presenza di ombra naturale fornita da alberi e arbusti, superfici naturali e, idealmente, fonti di acqua potabile per le persone e punti d'acqua per gli animali.

Secondo studi recenti, le aree verdi urbane possono ridurre le temperature locali fino a 2-3°C, mitigando l'effetto isola di calore tipico delle città densamente edificate. Inoltre, la presenza di vegetazione migliora la qualità dell'aria e favorisce il benessere psicologico degli abitanti urbani.

La riqualificazione di tali spazi è proposta attraverso la collaborazione tra soggetti del terzo settore, università e istituti scolastici di vari gradi, dall'infanzia alle scuole secondarie di primo e secondo grado. Il progetto mira a innescare un interessante processo educativo intergenerazionale, che contribuisce sia alla creazione di una coscienza ambientale sia alla riqualificazione ambientale di spazi attualmente in disuso.

Il progetto verterà sull'identificazione e recupero di spazi urbani inutilizzati per la creazione di orti didattici comunitari, ispirati al modello dell'Aula Viva di Barcellona. Verranno coinvolte scuole, associazioni locali e cittadini nella progettazione e gestione degli orti, promuovendo l'educazione ambientale e alimentare.

Obiettivi

- Apprendimento di uno stile di vita attivo attraverso giochi e attività fisiche.
- Promozione di una crescita sana.
- Gestione delle emozioni grazie al contatto con la natura, riducendo stress e migliorando l'umore.
- Riduzione del tempo davanti agli schermi, favorendo una vita equilibrata e attiva.
- Adozione di abitudini salutari e cura dell'ambiente, promuovendo la sostenibilità.
- Miglioramento della mobilità e riduzione del rischio di cadute e malattie cardiovascolari.
- Miglioramento della dieta con accesso a orti urbani e consumo di cibi freschi e locali.
- Mantenimento di una rete sociale attiva attraverso la collaborazione fra giovani e comunità, e riduzione del rischio di isolamento e miglioramento del benessere generale.
- Incremento del senso di scopo e qualità della vita.

Fasi progettuali

- Progettazione della **rete dei rifugi climatici e creazione di un progetto pilota**. Affidamento di incarico a soggetto del terzo settore che:
 - a. individui sul territorio della città metropolitana le aree che potrebbero essere suscettibili di essere modificate;
 - b. formuli un programma di attività per la creazione, gestione e manutenzione di un progetto pilota, che coinvolga istituti scolastici del territorio;
 - c. si occupi di allestire le aree verdi e definire gli spazi del rifugio anche, eventualmente, con processi di autocostruzione.Gli interventi di preparazione includono:
 - > lavori di piantumazione
 - > lavori di depavimentazione

NOTE:

- Possono rappresentare eventuali criteri di premialità, la proposizione di partnership istituzionali con Università, Istituti di ricerca, Scuole di design.

- L'importo definito per l'affidamento dovrà includere le spese per la realizzazione di un rifugio, includendo eventuali coperture, forniture di piante, etc.

Dati sintetici	
Tipologia	Interventi urbanistica
Tempistiche	da 1 a 3 anni
Attori coinvolti	Dipartimento di Prevenzione, scuole, associazioni locali e cittadini
Partner del territorio	Amministrazioni comunali, Terzo settore
Ruolo CMC	Ruolo di promozione, accompagnamento alla progettazione e coordinamento nell'esecuzione e verifica dei risultati

Stima dei costi		
Costi per piantumazione ed event. de-pavimentazione	tbd sulla base del terreno da modif.	necessario
Costi per progettazione e realizz. arredo urbano	tbd sulla base del terreno da modif.	necessario
Costi di coordinamento e gestione	15.000 €	necessario
Totale	tbd in base alla dimensione e al numero di lotti	

5.2.5.5 Mappatura luoghi age friendly

Il progetto mira a creare e promuovere una rete di itinerari urbani progettati specificamente per garantire sicurezza, accessibilità e piacere per le persone anziane. L'iniziativa intende migliorare la mobilità, la sicurezza e il benessere psicofisico degli anziani, facilitando la loro partecipazione attiva alla vita cittadina e promuovendo un invecchiamento sano e attivo. Il progetto parte dalla consapevolezza che una parte significativa della popolazione urbana è composta da persone anziane, le quali spesso incontrano difficoltà nel muoversi all'interno della città. Strade affollate, marciapiedi maltenuti, assenza di panchine e servizi igienici, e la mancanza di aree verdi facilmente accessibili rappresentano barriere significative per la mobilità degli anziani. Per rispondere a queste sfide, il progetto prevede inizialmente la raccolta di dati sulle esigenze e preferenze degli anziani attraverso questionari, interviste e focus group con persone anziane e organizzazioni che le rappresentano. L'obiettivo di questa fase è comprendere meglio le loro esigenze in termini di mobilità, sicurezza e accessibilità.

Successivamente, si procederà con la mappatura dei percorsi cittadini esistenti per identificare quelli che possono essere migliorati e quelli dove è possibile creare nuovi itinerari. La mappatura terrà conto della vicinanza a punti di interesse come parchi, centri culturali, servizi sanitari e commerciali. I percorsi identificati saranno quindi co-progettati per essere miglio-

rati sotto il profilo della fruibilità, accessibilità e confort. La partecipazione attiva della comunità è fondamentale per il successo del progetto. Verranno organizzati incontri pubblici e *workshop* per coinvolgere gli anziani e altre parti interessate nel processo di progettazione e miglioramento degli itinerari. Questo approccio partecipativo garantirà che i percorsi rispondano realmente alle esigenze della popolazione anziana.

Una campagna di sensibilizzazione sarà lanciata per promuovere i nuovi itinerari e informare la popolazione anziana sulle opportunità offerte. Saranno utilizzati vari mezzi di comunicazione, inclusi volantini, social media, e collaborazioni con associazioni locali, per diffondere le informazioni. Infine, il progetto prevede un sistema di monitoraggio continuo per valutare l'efficacia degli itinerari e raccogliere *feedback* dagli utenti. Questo permetterà di apportare eventuali miglioramenti e garantire che i percorsi restino sicuri e accessibili nel tempo.

Obiettivi

- Migliorare la mobilità e l'accessibilità degli anziani: rendere la città più accessibile e agevole per gli anziani, eliminando barriere architettoniche e facilitando gli spostamenti quotidiani.
- Aumentare la sicurezza urbana: migliorare la sicurezza percepita e reale lungo i percorsi cittadini con adeguata illuminazione, segnaletica chiara e misure preventive contro incidenti.
- Promuovere il benessere psicofisico degli anziani: incentivare l'attività fisica e la partecipazione sociale degli anziani attraverso l'integrazione di spazi verdi e punti di interesse culturale.
- Favorire l'inclusione sociale e la partecipazione attiva: coinvolgere direttamente gli anziani nel processo decisionale per garantire che le loro esigenze siano al centro della progettazione degli itinerari.

Fasi progettuali

- Affidamento di incarico a soggetto dell'ambito della progettazione e ricerca che si occupi di tutto il processo (definizione, partecipazione, comunicazione, progettazione).

Dati sintetici	
Tipologia	Interventi urbanistica
Tempistiche	da 1 a 3 anni
Attori coinvolti	Dipartimento di Prevenzione, Amministrazioni comunali
Partner del territorio	Facoltà di Architettura ed Ingegneria, Ordini professionali
Ruolo CMC	Ruolo di promozione, accompagnamento alla progettazione e coordinamento nell'esecuzione e verifica dei risultati

Stima dei costi

Costi di progettazione, coordinamento e gestione	20.000 €	necessario
Totale	20.000€	

5.2.5.6 Agenzia sociale - abitare sociale e collaborativo

Nel panorama delle politiche abitative per la popolazione anziana, si evidenzia una carenza significativa di soluzioni alternative non socio-assistenziali. Le opzioni attualmente disponibili sono spesso limitate a strutture residenziali tradizionali o a soluzioni assistenziali che, pur fornendo un supporto adeguato, non sempre favoriscono l'autonomia di continuare a vivere in casa propria e la qualità della vita degli anziani.

Questo gap è particolarmente critico in un contesto demografico in cui la popolazione over 65 è in costante crescita. Gli anziani di oggi sono attivi, desiderosi di mantenere la propria indipendenza, di fare esperienze culturali e formative e di continuare a vivere in modo autonomo il più a lungo possibile. Tuttavia, le soluzioni abitative attuali non riescono sempre a soddisfare queste aspettative, offrendo poche alternative che coniughino l'autonomia con il supporto leggero e la comunità.

La mancanza di modelli abitativi innovativi, come il cohousing, l'abitare leggero e i modelli di convivenza intergenerazionale, limita le possibilità per gli anziani di vivere in ambienti che promuovano il loro benessere e la loro partecipazione sociale. Queste soluzioni, infatti, non solo risponderebbero meglio alle esigenze di indipendenza e sicurezza, ma favorirebbero anche la creazione di reti sociali di supporto, fondamentali per il benessere psicologico e la qualità della vita.

Il progetto mira alla creazione di una rete di soluzioni abitative destinate alle persone over 65, distribuite su tutto il territorio della città metropolitana. L'obiettivo è implementare modelli di residenzialità leggera, come il cohousing, modelli di convivenza intergenerazionale e abitare leggero. Questi modelli sono studiati per promuovere soluzioni che favoriscano la permanenza delle persone anziane nella propria casa, prossime ai servizi e attive nella propria comunità per la maggior parte del loro processo di invecchiamento, noto come "*ageing in place*".

L'iniziativa prevede la creazione di un sistema integrato che consenta di incrociare domanda e offerta di soluzioni abitative presenti sul territorio anche attraverso una piattaforma digitale. Questo sistema metterà in rete le diverse soluzioni abitative, facilitando la collaborazione tra gli operatori e promuovendo l'incontro tra i residenti attraverso attività di animazione e creazione di comunità.

La rete sviluppata sarà in grado di creare spazi dedicati alla dinamizzazione della comunità, accessibili a tutti i cittadini, con particolare attenzione

alle persone over 65 che desiderano continuare a vivere nelle proprie case. In questa prospettiva, il progetto potrebbe prevedere anche l'implementazione di uno specifico programma di riqualificazione degli spazi privati, mirato a migliorare l'accessibilità, innovazione tecnologica (smart home) e l'efficienza energetica.

Inoltre, il progetto potrà valorizzare l'esperienza pilota del comune di Sarroch, considerato il primo avamposto della rete, con l'obiettivo di coinvolgere altre realtà sotto un unico cappello comune. Questo approccio consentirà di creare una rete coesa e interconnessa, capace di offrire soluzioni abitative innovative e di alta qualità per la popolazione anziana, migliorando il benessere e la qualità della vita degli over 65.

Obiettivi

- Sviluppare e implementare modelli abitativi alternativi non socio-assistenziali, come il cohousing, l'abitare leggero e i modelli di condivisione intergenerazionale, su tutto il territorio della città metropolitana.
- Favorire l'*ageing in place*, consentendo agli anziani di rimanere nella propria casa o comunità il più a lungo possibile, mantenendo un alto livello di autonomia e partecipazione sociale.
- Creare un sistema integrato che connetta le diverse soluzioni abitative presenti sul territorio, facilitando lo scambio di risorse, attività e servizi tra le varie realtà.
- Ottimizzare la gestione delle soluzioni abitative e migliorare la qualità dei servizi offerti agli anziani, rispondendo in modo più efficace e personalizzato alle loro esigenze.
- Promuovere attività di animazione e dinamizzazione sociale che favoriscano l'incontro, la cooperazione e il supporto reciproco tra i residenti delle diverse soluzioni abitative.

Fasi progettuali

- Affidamento di incarico ad un soggetto che si occupi di:
 - a. mappatura territoriale di soluzioni abitative finalizzate all'individuazione di un elenco di immobili disponibili;
 - b. manifestazione di interesse per l'individuazione di nuclei familiari interessati alla locazione di alloggi a canone concordato specifici per persone anziane;
 - c. favorire incontro tra domanda ed offerta.
- Gestione del patrimonio immobiliare e delle richieste degli inquilini.

Dati sintetici

Tipologia	Abitare solidale e collaborativo
Tempistiche	da 1 a 3 anni
Attori coinvolti	Amministrazioni comunali, associazioni di settore, agenzie formative
Partner del territorio	<ul style="list-style-type: none">• Comunità Mondiale della Longevità: progetto "Casa campidanese";
Ruolo CMC	<ul style="list-style-type: none">• Comune di Sarroch: progetto del Centro Polifunzionale per gli anziani Ruolo di promozione, accompagnamento alla progettazione e coordinamento nell'esecuzione e verifica dei risultati

Stima dei costi

Costo gestore	150.000 - 200.000 €
Totale	costo da approfondire tramite ricerca specifica

5.2.5 ASSE 6 - Apprendimento continuo

Questo asse prioritario è incentrato sulla promozione di progetti che rafforzino e valorizzino la formazione continua e permanente, con l'obiettivo di garantire opportunità di apprendimento lungo tutto l'arco della vita. La formazione si sviluppa come un percorso inclusivo, che coinvolge persone di tutte le età nella crescita personale e nella costruzione di competenze aggiornate e utili per una vita attiva. Un elemento fondamentale è l'acquisizione di nuove competenze tramite lo scambio intergenerazionale. attraverso l'interazione tra persone appartenenti a diverse fasce d'età, si facilita la condivisione di saperi diversi, creando un ambiente dinamico di apprendimento reciproco e di valorizzazione delle diversità generazionali. Questo approccio intergenerazionale rafforza il senso di comunità e la coesione sociale, generando un ambiente formativo più ricco e versatile. Parallelamente, i progetti di questo asse puntano alla costruzione di reti stabili e strutturate per la formazione continua, identificando strutture, luoghi e percorsi che possano consolidare queste reti in un'ottica di longevità. Tali reti dovrebbero essere implementate e supportate da infrastrutture permanenti che rispondano ai bisogni di una popolazione che invecchia, offrendo punti di riferimento accessibili e stimolanti, in cui apprendimento e socializzazione possano proseguire senza barriere di età.

5.2.6.1 Adesione al Network UNESCO delle Lifelong Learning Cities

La proposta mira all'adesione al *Network UNESCO delle Lifelong Learning Cities* per promuovere programmi di educazione continua, migliorando la qualità della vita, l'inclusione sociale, la salute e il benessere della popolazione tramite attività culturali e formative. Il progetto prevede *workshop*, seminari e conferenze per sensibilizzare sull'importanza dell'apprendimento permanente, con programmi specifici per diverse età e settori, e promuovendo competenze digitali, linguistiche, scientifiche e culturali. Se ammessa al *Network*, Cagliari avvierebbe un piano triennale, durante il quale le iniziative del Piano di Invecchiamento Attivo e di apprendimento permanente sarebbero implementate e monitorate. Il progetto richiede la collaborazione di istituzioni locali, come l'Università di Cagliari, associazioni culturali e sociali, centri di formazione per adulti, aziende sanitarie, organizzazioni di volontariato, startup e PMI attive nei settori educativi e della *silver economy*. L'obiettivo finale è sviluppare una comunità coesa e resiliente, facilitando l'inclusione sociale e l'accesso a *best practices* e risorse internazionali.

Dati sintetici

Tipologia	Pianificazione strategica
Tempistiche	da 1 a 3 anni
Attori coinvolti	Amministrazioni comunali, associazioni di settore, agenzie formative, Università, Terzo settore
Partner del territorio	Università della terza età, CPIA
Ruolo CMC	Ruolo di promozione, accompagnamento alla progettazione e coordinamento nell'esecuzione e verifica dei risultati

5.2.6.2 Scuola per l'apprendimento permanente intergenerazionale

La proposta si concretizza nella creazione di una "Scuola per l'apprendimento permanente intergenerazionale," un ambiente inclusivo dedicato a tutte le età, che offre un curriculum informale focalizzato su temi chiave come alfabetizzazione digitale, sostenibilità ambientale e benessere. L'iniziativa si rivolge sia alla comunità locale che ai turisti, proponendo corsi incentrati su artigianato e cultura del territorio, e sviluppando anche percorsi di formazione professionale per caregiver e operatori di comunità. In parallelo, verrà realizzata una piattaforma di e-learning interattiva, che metterà a disposizione risorse come quiz, corsi, podcast e materiali formativi per promuovere un invecchiamento attivo e una maggiore longevità.

L'obiettivo di questo progetto è generare benessere attraverso il mantenimento e la valorizzazione delle competenze e dell'esperienza professionale delle persone anziane, incentivando il dialogo e lo scambio di conoscenze tra le generazioni. L'approccio intergenerazionale favorisce una comunità coesa e arricchisce il patrimonio culturale e formativo di tutti i partecipanti, costruendo un ambiente in cui il sapere, le abilità e le tradizioni possano essere trasmessi e reinterpretati in un contesto di crescita reciproca e continua.

Dati sintetici

Tipologia	Formazione permanente
Tempistiche	da 1 a 3 anni
Attori coinvolti	Amministrazioni comunali, associazioni di settore, agenzie formative, Università, Terzo settore
Partner del territorio	<ul style="list-style-type: none"> • Università della terza età; • Ufficio per il turismo di Cagliari; • progetto emerso dalla consultazione aperta: "Non Solo Miele"
Ruolo CMC	Ruolo di promozione, accompagnamento alla progettazione e coordinamento nell'esecuzione e verifica dei risultati

5.2.6.3 Alfabetizzazione digitale

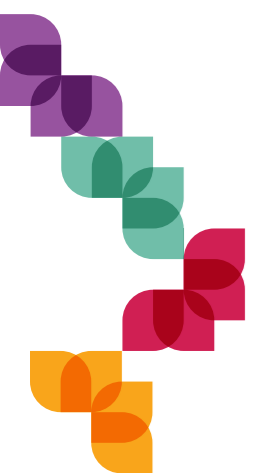
Il progetto prevede lo sviluppo di un'app mobile innovativa per facilitare l'organizzazione di lezioni individuali di alfabetizzazione digitale tra privati, mirando a ridurre il divario digitale tra le generazioni. Ispirata ai modelli di *Carevacy* e *Senior Planet*, questa applicazione punta a migliorare le competenze digitali dei partecipanti attraverso lezioni personalizzate e facilmente accessibili. Per ottimizzare l'esperienza utente, il design dell'app si basa su *input* raccolti da interviste con utenti e specialisti in alfabetizzazione digitale e include funzionalità come la programmazione delle lezioni, il tracciamento dei progressi, notifiche, e un sistema di *feedback*. L'obiettivo è accrescere la sicurezza e l'autostima degli anziani nell'utilizzo della tecnologia, promuovendo un uso consapevole e agevolato degli strumenti digitali.

Parallelamente verrà lanciata una campagna informativa intitolata "Formazione permanente per la longevità," che si estenderà sia su una piattaforma *online* che tramite mezzi di comunicazione tradizionali e digitali. Il sito *web* dedicato metterà a disposizione risorse educative come articoli, video e un calendario di eventi, tutti volti a favorire un apprendimento

continuo. La campagna coinvolgerà *media* e *influencer* grazie a collaborazioni con testate giornalistiche, radio, TV locali, e testimonial di spicco, sensibilizzando il pubblico sull'importanza dell'aggiornamento costante come strumento per una longevità attiva, produttiva e sana.

Dati sintetici

Tipologia	Formazione digitale
Tempistiche	da 1 a 3 anni
Attori coinvolti	Amministrazioni comunali, biblioteche e associazioni di settore, agenzie formative, Università
Partner del territorio	<ul style="list-style-type: none"> • Comuni di Quartu Sant'Elena, Dolianova e Donori: sportello "Inform@ttivamente"; • Associazione Antreas: progetto "Anziani <i>online</i>"; • Ierfop Onlus: progetto "Usare le nuove tecnologie: informatica e internet per gli anziani"
Ruolo CMC	Ruolo di promozione, accompagnamento alla progettazione e coordinamento nell'esecuzione e verifica dei risultati



5.3 Progetti del Piano Strategico da riorientare verso l'invecchiamento attivo e la longevità

Alcuni progetti proposti nel Piano Strategico Metropolitano presentano caratteristiche che, previo adattamento delle iniziative proposte al loro interno si ritiene che debbano tenere conto delle indicazioni emerse anche dal presente Piano per l'Invecchiamento Attivo. Un parziale riorientamento permette il loro allineamento anche agli obiettivi e alle priorità di promuovere al proprio interno sia l'invecchiamento attivo che i concetti della longevità.

Di seguito sono elencati i progetti, suddivisi per la loro coerenza con gli assi strategici del presente Piano.

Asse 1

Progetto 33 - Strategia di Comunicazione e promozione sui temi della salute

Il progetto potrebbe includere una visione più ampia della salute, che non si limiti solo agli stili di vita ma che consideri anche altri determinanti come l'abitazione, il lavoro, l'istruzione, l'ambiente di vita e la situazione economica. La comunicazione potrebbe enfatizzare come questi fattori contribuiscono al benessere delle persone, in particolare in un contesto di longevità.

Inoltre, la strategia potrebbe riorientarsi per mettere in evidenza il ruolo fondamentale delle Amministrazioni locali e di altri decisori nella promozione della salute, incentivando politiche di supporto alla comunità, al di là della responsabilità individuale. La comunicazione dovrebbe anche promuovere la cultura della longevità come una prospettiva di benessere continuo, mirando a sensibilizzare la società sulla necessità di adottare un approccio integrato alla salute che duri tutta la vita.

Progetto 34 - Creazione di un sistema di Hub Sportivi

Sarebbe utile ampliare la promozione dello sport a tutte le età, con un focus su attività intergenerazionali, implementando i servizi già offerti dalle Università della Terza Età presenti sul territorio. Gli hub sportivi dovrebbero garantire accessibilità per tutti, inclusi anziani e persone con disabilità, e favorire la socializzazione tra le generazioni.

Progetto 36 - Parchi della salute: riqualificazione e rivitalizzazione delle aree verdi vicino agli ospedali

Gli spazi verdi dovrebbero essere intesi come luoghi di promozione della salute e del benessere per tutte le età, con un'attenzione particolare all'invecchiamento attivo. Le aree verdi vicino agli ospedali potrebbero diventare luoghi di recupero psicofisico, attività fisiche leggere e socializzazione intergenerazionale. Inoltre, si potrebbero introdurre attrezzature per l'esercizio fisico accessibili a tutti, garantendo la fruibilità anche per persone anziane o con disabilità. L'obiettivo è creare ambienti che promuovano una cultura della longevità, migliorando la qualità della vita attraverso il contatto con la natura e l'attività fisica.

Asse 2

Progetto 39 - Conoscere per capire e correggere: studio sul mondo del lavoro femminile e il gap di genere nell'Area Metropolitana di Cagliari

Il progetto potrebbe essere riorientato per includere un focus sull'invecchiamento attivo e sulle sfide del mondo del lavoro per le donne anziane. Un obiettivo chiave potrebbe essere quello di esplorare le difficoltà che

le donne in età avanzata affrontano nel mantenere una partecipazione attiva nel mercato del lavoro, affrontando temi come la discriminazione legata all'età, la carenza di politiche inclusive per le lavoratrici anziane e la promozione di opportunità lavorative per una vita professionale più lunga e soddisfacente.

Progetto 40 - Creazione di una rete di servizi psicologici per i cittadini e i lavoratori

In questo caso, potrebbe essere ampliata l'offerta a servizi dedicati alla salute mentale delle persone anziane. La rete potrebbe includere un supporto psicologico per affrontare le sfide legate all'invecchiamento, alla solitudine, la perdita di autonomia, e ai cambiamenti cognitivi, promuovendo il benessere psicologico e l'inclusione sociale degli anziani favorendo al contempo il dialogo intergenerazionale.

Asse 3

Progetto 29 - Ospitalità diffusa: recupero di patrimonio edilizio per finalizzarlo all'accoglienza di diversi target (turisti, studenti, anziani)

Il progetto può includere soluzioni abitative integrate che promuovano la longevità attiva, offrendo spazi accessibili e condivisi che favoriscano l'interazione intergenerazionale. L'iniziativa potrebbe prevedere il recupero del patrimonio edilizio per creare residenze temporanee e permanenti progettate per garantire benessere e sicurezza agli anziani, pur rimanendo attrattive per turisti e studenti, incentivando così modelli di co-housing inclusivi e sostenibili.

Progetto 65 - Agiudu Torrau 5.0: Nuovo sistema di incontro tra domanda e offerta

Per supportare l'invecchiamento attivo e la longevità, si potrebbe sviluppare una piattaforma digitale e fisica che faciliti l'incontro tra domanda e offerta di servizi dedicati agli anziani. Questo sistema potrebbe includere opportunità di lavoro part-time o volontariato per persone in età avanzata, la promozione di competenze intergenerazionali e il coordinamento di servizi di assistenza e socializzazione, rafforzando la partecipazione attiva nella comunità e il benessere sociale.

Asse 4

Progetto 22 - Promozione dei centri di educazione ambientale e sociale

Si potrebbero includere programmi specifici per anziani e attività intergenerazionali, come laboratori di educazione ambientale legati alla longevità (ad esempio, orticoltura terapeutica) e iniziative per il trasferimento di conoscenze tradizionali tra generazioni. Questi centri possono diventare

spazi di inclusione sociale, promuovendo il coinvolgimento attivo degli anziani in attività che favoriscano il benessere fisico, mentale e relazionale.

Progetto 45 - Urban Lab della Città Metropolitana di Cagliari per la partecipazione e la proposizione progettuale della cittadinanza

Il progetto può essere riorientato per favorire la partecipazione attiva degli anziani nella pianificazione urbana, promuovendo laboratori intergenerazionali e forum dedicati alla longevità. Questo approccio valorizza l'esperienza delle persone anziane e crea opportunità per proporre soluzioni progettuali che rispondano alle loro esigenze, incentivando un coinvolgimento inclusivo e una visione di città sostenibile e accessibile per tutte le età.

Asse 5

Progetto 3 - Riqualificazione dei mercati civici in chiave multifunzionale e promozionale locali

I mercati civici potrebbero essere trasformati in spazi inclusivi e intergenerazionali. Questo può avvenire migliorando l'accessibilità, promuovendo attività sociali e culturali che coinvolgano persone di tutte le età, e incentivando stili di vita sani attraverso la valorizzazione dei prodotti locali e campagne di sensibilizzazione. I mercati diventerebbero così luoghi centrali per la socializzazione, il benessere e la memoria collettiva, rafforzando il senso di comunità e promuovendo la salute e la partecipazione attiva durante tutto l'arco della vita.

Progetto 23 - Nature Based Solutions per l'aumento del verde urbano e la mitigazione delle ondate di calore

. Si potrebbero progettare spazi verdi accessibili e fruibili da persone di tutte le età, includendo percorsi sicuri per la mobilità dolce, aree per attività fisica adatte anche agli anziani, e zone d'ombra con arredi che favoriscano la socializzazione e il riposo. Questi interventi migliorerebbero la qualità della vita, contribuendo alla salute fisica e mentale dei cittadini e promuovendo il benessere intergenerazionale.

Progetto 28 - Identificazione di spazi da dedicare all'housing sociale

Sarebbe utile prevedere spazi abitativi inclusivi e accessibili, concepiti per favorire l'autonomia e la qualità della vita degli anziani. Si potrebbero integrare servizi condivisi, aree comuni per la socializzazione e assistenza integrata per supportare le diverse esigenze delle persone longeve, promuovendo al contempo la coesione intergenerazionale e un modello abitativo sostenibile.

Progetto 32 - Creazione di nuovi spazi di aggregazione e per la socialità

I nuovi spazi di aggregazione e socialità dovrebbero essere progettati per essere inclusivi e intergenerazionali, favorendo attività che stimolino il benessere fisico, mentale e sociale degli anziani, incoraggiando al contempo l'interazione con altre fasce d'età. Potrebbero includere aree per laboratori, attività ricreative e supporto alla socializzazione, rafforzando il senso di comunità e riducendo il rischio di isolamento.

Progetto 35 - Creazione di strutture per sport all'aria aperta

Le strutture dedicate allo sport devono essere pensate accessibili e inclusive, in grado di coinvolgere tutte le fasce d'età, con un'attenzione particolare alle esigenze degli anziani. Questi spazi potrebbero includere percorsi adattati per camminate o esercizi dolci, attrezzature ginniche per la mobilità e il rafforzamento muscolare, e aree per attività di gruppo, favorendo il benessere fisico, la socializzazione e uno stile di vita sano.

Asse 6**Progetto 02 - Sviluppo di competenze per aziende agricole multifunzionali**

Riorientamento complessivo del progetto in una visione di invecchiamento attivo e solidarietà tra le generazioni: opportunità di sviluppo offerta dalla longevità e dal ruolo attivo delle persone anziane per uno scambio di competenze

Progetto 41 - Istituzione di un Centro di ascolto per studenti e attuazione di Piani individualizzati di supporto per prevenire l'abbandono scolastico

Questo centro potrebbe diventare uno spazio dove diverse generazioni si incontrano, apprendono e si supportano a vicenda. Gli anziani potrebbero partecipare come tutor o mentori per i più giovani, mentre i più giovani potrebbero offrire supporto tecnologico o nuove prospettive ai più anziani. Così, si promuoverebbe un'integrazione tra l'invecchiamento attivo e l'apprendimento continuo, creando una comunità resiliente e solidale.

Progetto 63 - Innovation academy: creazione di uno spazio di scambio e sviluppo dell'innovazione

L'Academy potrebbe offrire programmi di formazione continua, mentorship e laboratori intergenerazionali, dove le persone di tutte le età, inclusi gli anziani, possano condividere esperienze e competenze. Questo approccio stimolerebbe l'innovazione sociale, favorendo lo sviluppo di soluzioni per migliorare la qualità della vita durante l'invecchiamento, promuovendo una partecipazione attiva alla vita economica e sociale.

Progetto 87 - Nuove politiche per il lavoro e le imprese

Le politiche per il lavoro potrebbero essere orientate a favorire la partecipazione delle persone anziane nel mercato del lavoro, promuovendo iniziative che incentivino la formazione continua, la riqualificazione professionale e la valorizzazione dell'esperienza maturata nel tempo. Le imprese potrebbero essere supportate nel creare ambienti di lavoro inclusivi, che favoriscano l'interazione intergenerazionale e offrano opportunità a tutte le età, rendendo così il mercato del lavoro più sostenibile e adatto alla sfida demografica della longevità.

Capitolo 6

Governance

6.1 Percorsi per la governance

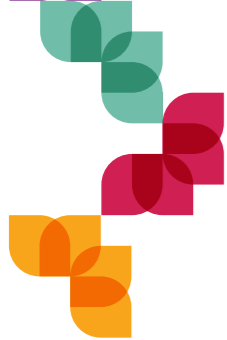
Il passaggio alla fase operativa del Piano rappresenta una fase complessa, che richiede un'efficace gestione, supportata da un monitoraggio continuo, poiché comporta una significativa transizione sociale. Implica un cambiamento nel modo di interpretare il fenomeno dell'invecchiamento, tanto a livello della società quanto della Città Metropolitana, e richiede un approccio di *governance* multidimensionale e multisettoriale.

Il presente Piano, inoltre, si inserisce nelle logiche della Pianificazione strategica già in atto, pertanto, non si limita alla semplice formulazione del Piano stesso, ma, affinché si concretizzino i suoi obiettivi strategici descritti negli assi, fornisce indicazioni sulla sua attuazione sua e verifica nel tempo. Ciò implica la necessità di un monitoraggio continuo e di una possibile ricalibrazione degli interventi in corso.

Occorre dunque prospettare un processo di governance complessiva che può determinarsi se si presidiano almeno due aspetti che attengono al monitoraggio e valutazione e che possiamo riassumere in:

1. l'impatto e le ricadute delle azioni, progetti e iniziative che si mettono in atto;
2. le responsabilità degli attori nei diversi livelli di coinvolgimento.

Questo approccio garantirà un'implementazione efficace e sostenibile del Piano per l'Invecchiamento Attivo nella Città Metropolitana.



6.2 Impatto e ricadute locali

L'impatto delle strategie del Piano riguarda principalmente il cambiamento sociale che queste possono generare, sia in termini di processo che di risultato. Ciò implica valutare attentamente come le strategie influenzano:

- l'ambiente strutturale consolidato. Si valuta come le strategie possano modificare l'ambiente urbano e sociale esistente, migliorando ad esempio l'accessibilità, la sicurezza e la coesione della comunità;
- le persone e la loro cultura. L'analisi comprende come le strategie possano influenzare le culture, le attitudini e i comportamenti delle persone anziane e della comunità in generale. Ci si aspetta un cambiamento positivo riguardante comportamenti pregiudiziali, abitudini di vita, stereotipi e dinamiche familiari;
- le organizzazioni. Si considera come le strategie possano impattare sulle organizzazioni esistenti, influenzando la loro visione, i metodi operativi e la capacità di supportare la longevità attiva attraverso servizi e iniziative adeguate.

Le ricadute locali delle strategie sono cruciali per comprendere come ciascun asse strategico può influenzare specificamente la comunità a livello locale. Queste ricadute includono ancora una volta:

- l'ambiente locale. I miglioramenti attesi riguardano l'adattamento dell'ambiente locale per supportare una comunità longeva e coesa, superando tradizionali ostacoli e promuovendo l'inclusione sociale;
- le persone. Le ricadute possono comportare cambiamenti nei comportamenti e nelle abitudini delle persone anziane, una maggiore partecipazione sociale, la riduzione di stereotipi legati all'età e la creazione di dinamiche interpersonali più inclusive;
- le comunità. Si prevede che le strategie favoriscano la riorganizzazione dei servizi esistenti, il riorientamento delle attività delle associazioni verso il supporto all'invecchiamento attivo e una maggiore coesione comunitaria nell'accogliere questi cambiamenti.

Nello specifico, le ricadute delle strategie del Piano dell'Invecchiamento Attivo nelle singole comunità dipenderanno dalla capacità delle amministrazioni locali di implementare efficacemente i programmi, adattandoli alle specifiche esigenze e contesti locali.

È importante sottolineare i seguenti aspetti:

1. la necessità e la capacità di rimodulare i servizi: le Amministrazioni dovranno essere puntuali nel modificare e adattare i propri servizi (come servizi al cittadino, servizi alla persona e strutture di accoglienza) per rispondere meglio alle esigenze legate alla longevità e all'invecchiamento attivo;
2. la necessità di ri-orientare i progetti e le iniziative rivolte alle persone anziane, verso un approccio intergenerazionale, promuovendo la partecipazione e la collaborazione tra le diverse generazioni all'interno della comunità;
3. la necessità che le Amministrazioni riorganizzino i propri uffici e organizzazioni con una focalizzazione sulla persona in tutte le fasi della vita, garantendo un supporto continuo e mirato che rispecchi le esigenze diverse dei cittadini;
4. la necessità di avviare piani locali, programmi e procedure che promuovano in modo sistematico l'invecchiamento attivo e la solidarietà tra le generazioni, come indicato nel Piano;
5. le Amministrazioni locali devono partecipare attivamente all'implementazione e alla realizzazione dei progetti previsti nel Piano, collaborando con stakeholder locali e comunitari per massimizzare l'impatto delle iniziative.



6.3 Livelli di governance

Per mantenere vivo l'interesse e la partecipazione nei confronti del Piano per l'Invecchiamento Attivo è cruciale adottare un approccio multilivello e multi-attore, che coinvolga diversi soggetti pubblici, privati e i cittadini stessi, inclusi nelle loro forme organizzate (associazioni rappresentative). Questo approccio permette di considerare tutti i partecipanti non solo come veri beneficiari del Piano, ma come attori della governance, creando una circolarità che favorisca tutte le fasi del monitoraggio complessivo continuo, la risoluzione delle criticità emergenti e gli adattamenti necessari.

Gli attori della governance, che includono amministratori, cittadini e società civile organizzata, saranno coinvolti nei seguenti livelli di competenza, impegno e responsabilità:



1. livello istituzionale: le Amministrazioni locali avranno la responsabilità di promuovere e implementare il Piano per l'Invecchiamento Attivo secondo le Linee di indirizzo descritte al suo interno. Potrebbe essere utile istituire un "Tavolo Inter-istituzionale Metropolitano per l'Invecchiamento Attivo e la Longevità", composto da rappresentanti delle istituzioni locali, che avrà il compito di coordinare le azioni e assicurare una governance integrata e sinergica;
2. livello amministrativo: gli uffici preposti delle Amministrazioni avranno il compito di monitorare e verificare l'attuazione dei programmi, progetti e azioni previsti nel Piano. Potrebbe essere istituito un livello amministrativo metropolitano, come un ufficio dedicato, un gruppo di lavoro intersettoriale o un gruppo-progetto, per garantire un monitoraggio efficace e una valutazione regolare delle attività in corso;
3. livello partenariale: si potrebbe promuovere un accordo tra Amministrazioni, cittadini, associazioni e altre organizzazioni civiche rappresentative per la costituzione di un "Tavolo partecipato di Negoziazione" o una "Consulta Metropolitana dell'Invecchiamento Attivo e Intergenerazionalità". Tale organismo partecipativo avrà lo scopo di facilitare il dialogo e la collaborazione tra i diversi attori del territorio, preparando eventualmente un futuro "Patto per la Città Metropolitana della Longevità".

Questo approccio mira a rafforzare la trasparenza dell'azione amministrativa e a facilitare il dialogo e la cooperazione tra i cittadini e tutte le parti interessate. È fondamentale che questo impegno sia costantemente alimentato e monitorato per assicurare che le politiche e le iniziative sull'invecchiamento attivo siano efficaci e rispondano alle esigenze della comunità metropolitana nel tempo.

6.4 Tipologia e modello della governance

Le considerazioni espresse nei paragrafi precedenti portano alla naturale conclusione che il modello di governance debba essere di tipo partecipativo, al fine di proseguire in maniera coerente l'azione sinergica condotta tra i diversi attori pubblici e privati a vario titolo interessati e coinvolti nel processo di costruzione e redazione del Piano.

Il modello da adottare tiene conto, ancora una volta, della complessità del processo di implementazione del Piano in relazione alle sfide, agli obiettivi proposti, e soprattutto agli attori coinvolti o da coinvolgere nel tempo, per la realizzazione delle azioni e dei progetti attuativi.

Sia il modello organizzativo che quello applicativo dovranno adattarsi alla pluralità delle situazioni e dei contesti locali e alle azioni che saranno messe in atto volta per volta.

Sicuramente queste ultime saranno allineate agli obiettivi strategici delineati nel Piano anche se con possibilità di adattamenti locali e nel tempo, da decidere con deliberazioni ulteriori da parte delle Amministrazioni interessate.

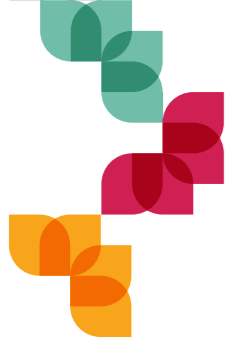
Appare ovvio che il monitoraggio degli interventi debba avvenire secondo i tradizionali criteri di misurazione e quantificazione degli indicatori che saranno individuati nei singoli progetti; così come sarà importante prevedere fin da subito la possibilità di adattamento delle azioni all'esito del monitoraggio in relazione alla dinamicità del cambiamento ipotizzato nel Piano stesso.

Infine, l'individuazione e l'assegnazione puntuale di ruoli e responsabilità connesse, è garanzia per una buona riuscita del modello di monitoraggio.

Il modello di governance proposto fa riferimento ad un giusto equilibrio tra le diverse modalità attraverso le quali si esercitano i processi decisionali, in relazione alle singole situazioni, progettualità e azioni connesse agli obiettivi specifici da raggiungere.

In questo modo, volta per volta, a seconda del progetto in atto, potrà essere adottato il modello del *Top-Down*, in cui sono le amministrazioni a prendere le decisioni e proporle ai cittadini) o il modello *Bottom-Up*, in cui al contrario sono i cittadini che propongono iniziative alle Amministrazioni.

Il modello collaborativo sarà adottato nei progetti che vedono coinvolte molte e svariate parti portatrici di interesse e quindi necessitano di collaborazioni multiple, perché mirano ad ottenere consenso e coinvolgimento diffuso. Non è da escludere la costituzione di comitati o gruppi dedicati per la implementazione di alcune azioni e progetti specifici (modello *Committee-Based*).



6.5 Tipologia organizzativa della governance

La tipologia organizzativa della governance potrà variare in relazione ai diversi livelli individuati al paragrafo 6.3 istituzionale, amministrativo e partenariale.

6.5.1 Organizzazione della governance istituzionale

La rappresentanza istituzionale svolge un ruolo fondamentale nell'attuazione dei modelli di governance sopra proposti proprio in relazione alle diverse situazioni, azioni proposte, progetti e luoghi di attivazione di questi ultimi.

Il ruolo della Città Metropolitana, quale ente intermedio, richiederà una forte azione propulsiva e stabile del Sindaco Metropolitano o del suo Delegato in quanto riferimento di tutti i Comuni dell'area metropolitana, anche in termini di identità. D'altra parte il ruolo dei sindaci dei Comuni e dei loro rappresentanti in seno alla Città Metropolitana, rinforza le decisioni di quest'ultima garantendo la ricaduta della governance in area locale.

Gli organi politici della Città Metropolitana (Consiglio Metropolitano e Conferenza Metropolitana) saranno chiamati ad assumere un ruolo rilevante nella verifica, almeno annuale, dell'andamento del Piano in quanto garanti degli obiettivi politici del Piano stesso.

Al Consiglio Metropolitano, sentita la Conferenza Metropolitana, potrà essere affidata la responsabilità dell'aggiornamento triennale del Piano, in concomitanza con l'aggiornamento del piano strategico metropolitano di durata triennale.

Per agevolare e implementare le fasi, le azioni e l'organizzazione, sarebbe opportuno costruire un "Tavolo Interistituzionale Metropolitano per l'Invecchiamento Attivo e la Longevità", composto da rappresentanti delle istituzioni locali, che sarà deliberato dal Consiglio Metropolitano con indicazioni di composizione e funzionamento. Il Tavolo avrà il compito di coordinare le azioni e assicurare una governance istituzionale integrata e sinergica tra tutte le Amministrazioni e si riunirà almeno due volte all'anno per la verifica dell'andamento del Piano.

Il Tavolo eserciterà anche funzioni di supporto agli organi politici della Città Metropolitana con riferimento anche agli altri livelli di governance del Piano.

La costituzione del Tavolo è funzionale al raggiungimento dei seguenti obiettivi:

- supportare una programmazione continua unitaria, integrata e coordinata degli interventi e delle azioni previste nel Piano;
- favorire la partecipazione e agevolare il confronto e la collaborazione tra i soggetti del settore pubblico e del privato coinvolti nel Piano;
- ricercare la condivisione delle principali decisioni dei diversi attori;
- favorire la condivisione e il confronto delle esperienze e delle buone pratiche adottate a livello locale, per garantire l'armonizzazione dei risultati su tutto il territorio metropolitano;
- esprimere pareri e formulare proposte per i programmi dei Piani regionali per l'invecchiamento attivo che avranno ricadute nella Città Metropolitana.

Il Tavolo avrà anche il compito di valutare la disponibilità di risorse, nei fondi nazionali e comunitari, che possano essere utilizzati in maniera integrata per supportare i progetti proposti nel Piano.

6.5.2 Organizzazione della governance amministrativa

Gli uffici preposti alla programmazione e controllo dell'amministrazione metropolitana e quelli delle amministrazioni locali, ciascuno per propria competenza, avranno il compito di monitorare e verificare l'attuazione dei programmi complessivi, dei progetti e delle azioni previste nel Piano, a seconda del livello di coinvolgimento locale che ciascun progetto prevederà. Per garantire una maggior sinergia e integrazione tra gli uffici degli enti sarà istituito inoltre un livello amministrativo di monitoraggio e controllo misto interistituzionale, con la partecipazione dei rappresentanti degli uffici di programmazione e controllo metropolitano e locali, individuati tra i responsabili degli stessi uffici, la cui composizione e strutturazione dovrà essere deliberata dal Consiglio metropolitano, sentita la Conferenza Metropolitana. L'organismo individuato si riunirà almeno due volte all'anno per la verifica complessiva dell'andamento del Piano e lavorerà in sinergia con il Tavolo Interistituzionale per i compiti ad esso assegnati in fase deliberativa.

Volta per volta, a seconda del progetto esecutivo, potrà essere individuato un gruppo di lavoro intersettoriale tra il personale amministrativo degli enti o un gruppo progetto, per garantire un monitoraggio efficace e una valutazione regolare delle attività in corso.

6.5.3 Organizzazione della governance partenariale

Un accordo tra amministrazioni, cittadini, associazioni e altre organizzazioni civiche rappresentative potrà essere realizzato attraverso la costituzione di un "Tavolo di Negoziazione Partecipata" o una "Consulta Metro-

litana dell'Invecchiamento Attivo e Intergenerazionalità". Tale organismo partecipativo avrà lo scopo di facilitare il dialogo e la collaborazione tra i diversi attori del territorio, preparando eventualmente un futuro "Patto per la Città Metropolitana della Longevità".

L'organismo sarà composto ed eletto secondo le indicazioni che il Consiglio Metropolitanò individuare e sarò garantita la partecipazione di diversi soggetti maggiormente rappresentativi della società civile e del mondo delle associazioni, per un numero tra i 10 e 15 partecipanti attraverso autocandidatura dei portatori di interesse.

Qualora le candidature fossero maggiori sarò comunque garantita la partecipazione dei soggetti interessati attraverso la formazione di gruppi di lavoro specifici in relazione ai temi da trattare. Il Tavolo di Negoziazione Partecipata nominerà un suo Coordinatore e si riunirà almeno due volte all'anno per valutare l'andamento del Piano e ogni qualvolta particolari progetti esecutivi lo richiederanno.

