



GERIATRIKO
AnzianoAttivo

**Un progetto
per il futuro...**

Il sogno

Un mondo per
Anziani Attivi

**“Vivere la terza età con
ottimismo, in serenità con
l’occasione di sorridere
nuovamente...”**

#Serenità

#Sorriso

#Ottimismo

Serenità

... di percorrere gli anni d'argento, di questo viaggio unico che chiamiamo "vita", in compagnia e con un buon tenore: perché non sia solo vuota ma ancora piena e stimolante.

“La terza età non può e non deve più essere un momento di tensioni e difficoltà. **Vivere** la terza età **serenamente** è possibile.”

Sorriso

... tornare a sorridere, a ridere per gustare ancora la pienezza e la gioia della vita.

“Non più solo pensieri, non più solo preoccupazioni. La **leggerezza** si accompagna di pari passo alla saggezza.”

Ottimismo

Affrontare senza ansia ma con tranquillità i pensieri, le inquietudini e le nuove sfide... con **spirito positivo** le trasformazioni e i cambiamenti, fisici e mentali, propri di questa fase per mantenere una socialità attiva e uno stile di vita creativo e stimolante.

La vita umana è un lungo cammino in costante evoluzione, ad esempio studiosi internazionali insieme ai ricercatori della Stanford University sostengono che nella nostra vita ci siano tre tappe definite "punti di non ritorno" a 34, a 60 e a 78 anni. Fasi in cui si suppone avvenga una riorganizzazione dell'intero organismo. La domanda è...

...quando si diventa veramente vecchi?

Approccio

Uno stile di vita in tre parole...

“Fornire ad anziani e famiglie uno strumento web semplice, trasformando la terza età in qualcosa di emozionante”

#Vitalità

#Socialità

#Centralità

Vitalità

... suggerimenti per mantenersi **attivi** sia fisicamente che mentalmente perché l'invecchiamento non sia solo sottrazione, ma rappresenti un nuovo modo di vivere in questo mondo in continua evoluzione.

Per un “benessere” individuale in grado di mantenere l'**AnzianoAttivo** e spostare sempre più in là l'autosufficienza fisica e psicologica.

Socialità

...favorire, con l'uso di nuovi strumenti e conoscenze professionali, la **partecipazione** attiva alla vita **sociale** con il fine di conservare e ripristinare il benessere personale.

Centralità

... rispondere alle necessità sia delle **famiglie**, dei **caregiver** e degli **anziani**. Riunire in un portale web gli strumenti, le professionalità, le competenze, le strutture, le associazioni per facilitare la fruizione, semplice e intuitiva, dei vari servizi che offrono.

Con il progressivo allungamento della vita i vecchi e tradizionali cliché non sono più validi. Oggi infatti i sessanta/sessantacinquenni non vogliono assolutamente essere definiti anziani né possono per le migliori condizioni fisico-mentali essere considerati tali.

Perché per noi la frase "anziano attivo" non è composta da parole vuote ma rappresenta il focus del nostro pensiero.



GERIATRIKO
AnzianoAttivo



L'indispensabile

...cosa non deve mancare

“Soluzioni e proposte informative per dare una svolta alla vita di tutti i giorni...”

#PostoDoveVivere

Un posto dove vivere

La scelta di un luogo **familiare** dove trascorrere il tempo può sembrare complicata ma centrale nella vita di un anziano.

In realtà un nuovo posto dove vivere è l'opportunità per dare nuovo **slancio** alla propria vita.

#Salute

Salute

Nella terza età, occuparsi adeguatamente della propria salute è essenziale per conservazione il **benessere** personale ritardando l'invecchiamento.

#Autonomia

Autonomia

Mantenere la libertà di **movimento** come fonte di autostima e affermazione di identità personale.

La base per salvaguardare il buon umore.

#TempoLibero

Tempo Libero

Una quotidianità più impegnata è allo stesso tempo più leggera.

Perché nella terza età la vita di tutti i giorni non è più un elenco di doveri.

Nella terza età lo **svago** ed il tempo libero vanno gestiti correttamente evitando di farsi dominare dalla noia.

La vita di un anziano è fatta di cose semplici, bisogni basilari, desideri a volte nascosti e repressi. Quotidianità, salute, mobilità e, non meno importante, l'impiego del tempo libero possono essere affrontati con gli strumenti giusti.

GERIATRIKO

Anziano Attivo



START NOW

CHOOSE AN ONLINE COURSE



Sito Web

www.geriatriko.com

**“L'utilità concreta della
semplicità”**

#Alloggiare

#ServiziSanitari

#Mobilità

#Dove Andare

#Cose da fare

Alloggiare

Scegliere la giusta casa di riposo, una residenza protetta o una residenza per le vacanze. Da soli o con la famiglia. Un **“luogo positivo”** dove stare... prima di tutto.

Servizi Sanitari

Risorse informative per ottenere assistenza sanitaria e servizi socio assistenziali a domicilio.

La **salute al centro della vita** quotidiana quando cominciano ad arrivare i primi acciacchi...

Trasporto ed Accompagno

Servizi di mobilità, trasporto e accompagnano sono la base per recuperare la propria indipendenza ed una parziale autonomia.

Potersi muovere ci rende vivi, positivi e vitali.

Tempo Libero e Svago

Tante idee e consigli per uscire dalla noia e vivere con maggior consapevolezza e centralità il proprio tempo libero.

Cacciamo la depressione dalla finestra...

Oggi ci prendiamo cura dei nostri vecchietti così come vorremmo che le future generazioni si prendessero cura di noi.

Ci siamo posti tanti obiettivi per loro... tutti quelli che sono nel nostro cuore... perché cura e amore si tengono per mano.