



> 28 aprile 2026 alle ore 0:00

“Argento Vivo” per la terza età il sistema integrato di attività tra socialità e attività motoria

Il progetto ideato da
Francesco Confalonieri
presentato alla sede dell'Auser

PIACENZA

● C'è una frase dello scrittore umoristico Terry Pratchett che dice: «Dentro ogni persona anziana c'è una persona più giovane che si sta chiedendo cosa diavolo sia successo». Si sa, invecchiare è un processo complicato e difficile da accettare. In molti casi, però, piccole azioni e moderati sforzi quotidiani possono fare la differenza.

Con questo scopo, promuovendo uno stile di vita attivo in contrasto alla sedentarietà e all'isolamento sociale, è nato “Argento Vivo”. Il nuovo progetto è ideato dal consulente del lavoro Francesco Confalonieri (titolare dell'omonimo studio) con la collaborazione di Gesport, realtà specializzata nella gestione di impianti sportivi, e di “Dimensione Nuoto e sport”, associazione sportiva dilettantistica. La prima realtà ad aderire è stata Auser Piacenza, che ha presentato l'iniziativa ai suoi soci nella sua sede di via Musso.

“Argento vivo”, infatti, punta a costruire un sistema integrato di attività dedicate alla terza età, tenendo insieme movimento, benessere psicofisico e occasioni di socialità. «Si tratta di un'idea di benessere a 360 gradi - spiega Confalonieri -. La volontà è creare un punto d'incontro per le persone più anziane o fragili. Si parte dall'attività motoria, ma non ci si limita a quella. Integreremo an-

che con eventi di natura artistica e sociale. Il tutto in una modalità economicamente accessibile».

L'idea di Confalonieri, nata circa due anni fa, ha subito raccolto l'entusiasmo e la fiducia di Gesport. In particolare, dei soci Giovanni Ponzanibbio e Fabrizio Bricchi. «Quest'idea - dice Ponzanibbio - ci ha coinvolto per la sua capacità di tenere insieme il benessere e l'inclusione. Un'ulteriore occasione per mettere in gioco i benefici dello sport, quello adatto a tutti».

E questa filosofia dietro al progetto si è colta all'evento di presentazione, dove gli associati Auser hanno potuto ascoltare le spiegazioni degli ideatori e sperimentare una prima seduta di ginnastica dolce con Elena Fiocchi, naturopata e insegnante di ioga e meditazione.

«Abbiamo eseguito una seduta di bioginnastica - spiega -. L'idea è sempre quella di proporre attività che coinvolgano il corpo, ma con attenzione alla respirazione, al rilassamento o ad esercizi di automassaggio. Elementi concreti e semplici, che i partecipanti possono replicare a casa, in autonomia». Auser Piacenza ha scelto di aderire con convinzione, registrando già interesse e candidature da parte dei suoi associati. «L'iniziativa rientra a pieno nei nostri scopi statuari -

spiega il presidente Alberto Borghi - e ci permette di allargare ulteriormente le nostre attività, sempre con l'obiettivo di far socializzare e far star bene le persone».

In Italia, in particolare, l'invecchiamento è un processo che è andato incontro a cambiamenti sia di ordine fisiologico che di ordine sociale. «Il 25% della popolazione della provincia di Piacenza è ultra 65enne - continua Borghi -. Ma, c'è ormai un nuovo modo di vivere la terza età. Parliamo, infatti, di persone piene di energia e voglia di mettersi in gioco, che hanno ancora tanto da dare agli altri e alla collettività tutta». Per ulteriori informazioni su “Argento Vivo”: info@progettoargentovivo.it. Gli associati possono invece rivolgersi direttamente ad Auser, telefonando allo 0523-320761.

— Leonardo Chiavarini



**Un punto di incontro
per gli anziani e
fragili: attività
motoria e non solo»**



> 28 aprile 2026 alle ore 0:00



La prima realtà ad aderire è stata **l'Auser di Piacenza**