

## **GIORNATA MONDIALE DELLA SALUTE MENTALE: 10 OTTOBRE 2024**

L'Organizzazione mondiale della sanità (OMS) definisce la salute come: "uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non semplicemente l'assenza di malattia o infermità."

L'OMS promuove ogni anno sostegno ai temi di salute fisica e benessere psicologico con due giornate: la giornata mondiale della salute e la giornata mondiale della salute mentale.

**Il 10 ottobre si celebra la giornata mondiale della salute mentale** con l'obiettivo di sensibilizzare l'opinione pubblica verso i temi del benessere psichico e della sua cura, aumentare la consapevolezza sui problemi di salute mentale, sull'importanza di combattere Stigma e discriminazioni.

**La Fondazione Elvio Pescarmona aderisce all'iniziativa nazionale della Società Italiana di PSICHIATRIA " M'illumino di Verde" e vedrà la RSA, sita in Piazza IV Novembre di San Damiano D'ASTI, illuminata di colore verde.**

I disturbi psichici impattano negativamente sulla qualità e sulla quantità di vita, investendone tutti gli ambiti e soprattutto nelle persone anziane portano spesso a isolamento, depressione e solitudine.

L'esperienza collettiva della pandemia da COVID-19 ha fatto emergere ed ha accresciuto problematiche legate alla salute mentale. Il collegamento tra COVID disturbi d'ansia, depressione e solitudine si è fatto sempre più stretto.

Il consiglio della Fondazione E.P. è consapevole che le necessità per le persone anziane sono molteplici e per questo la Fondazione è partner attivo del progetto "**San Damiano una comunità che cura**" insieme a: Comune di San Damiano d'Asti, ASL AT, Enti, Istituzioni, Associazioni di Volontariato, Cooperativa Itaca e sostiene alcuni progetti dell'Associazione Alzheimer di Asti.

Dobbiamo lavorare per **promuovere il benessere psicologico** della popolazione nel suo complesso ed essere consapevoli che poche persone ANZIANE hanno accesso a cure di salute mentale per disagio psicologico e/o per disturbi psichici.

**La Fondazione E. P.** è da sempre sensibile ed attenta ai bisogni delle persone fragili ed anziane e **desidera evidenziare che dal mese di ottobre 2024 al mese di giugno 2025 sosterrà il Progetto**

**" Una Palestra di vita Territoriale", rivolto ad anziani dai 70 ai 100 anni residenti sul territorio o già inseriti in RSA.**

Questo è un progetto di **sostegno psicologico, gratuito.**

**Le persone interessate possono iscriversi al seguente indirizzo email:**  
**palestradivitaterritoriale@gmail.com.**

Occorre lavorare contro lo stigma, prevenire il disagio con interventi tempestivi utili ad evitare terapie tardive perché il benessere psicologico consente di condurre una vita più piena ed attiva.