



## Punto Contatto 70+ Studio "Monitoraggio della rete sociale degli anziani"

### Introduzione

A partire dallo studio "Monitoraggio della rete sociale degli anziani. Rilevazione statistica Punto Contatto 70+" (marzo 2026), curato dall'Ufficio Statistica urbana in collaborazione con la Divisione Socialità, la Città di Lugano ha avviato una riflessione su possibili linee di intervento volte a favorire l'inclusione sociale e la qualità di vita delle persone anziane.

### Strategie e prospettive operative future

La rilevazione statistica offre una fotografia importante della situazione attuale della popolazione anziana che vive al proprio domicilio a Lugano. Nel complesso emerge una popolazione ancora ampiamente autonoma e generalmente soddisfatta della propria qualità di vita. Tuttavia, alcuni segnali indicano la presenza di **situazioni di fragilità sociale**, in particolare legate alla solitudine e alla riduzione delle reti di supporto.

In prospettiva, questo tema è destinato ad assumere **un'importanza crescente**. L'evoluzione demografica mostra infatti, come la popolazione anziana sia destinata ad aumentare nei prossimi anni, con una crescita particolare della fascia dei grandi anziani. Parallelamente, è prevedibile un aumento delle persone anziane che continueranno a vivere al proprio domicilio, anche grazie ai progressi sanitari e alle politiche che favoriscono il mantenimento dell'autonomia.

Allo stesso tempo, diversi fattori sociali contribuiscono a ridurre progressivamente le reti familiari e di prossimità che tradizionalmente sostenevano le persone anziane, tra cui:

- nuclei familiari più piccoli e maggior mobilità geografica delle famiglie;
- crescente partecipazione delle donne al mercato del lavoro, che riduce il tempo disponibile per la cura informale;
- fenomeni migratori che spesso comportano una maggiore distanza tra generazioni;
- maggiore diffusione di economie domestiche composte da una sola persona anziana.

In questo contesto, **la solitudine e l'isolamento sociale** rischiano di diventare una sfida sempre più rilevante per le politiche pubbliche locali. Per questo motivo appare opportuno iniziare a lavorare in un'ottica proattiva e preventiva, rafforzando le condizioni che



permettono alle persone anziane di mantenere relazioni sociali attive e di continuare a vivere in modo autonomo e integrato nella comunità.

### **Prime piste di lavoro per il futuro**

Alla luce dei risultati emersi dal sondaggio, la Città intende avviare una riflessione su alcune possibili linee di intervento, che potranno essere ulteriormente approfondite e sviluppate nei prossimi mesi.

Tra le principali direzioni di lavoro si segnalano:

#### **1. Migliorare l'informazione e l'accesso ai servizi tramite la consulenza**

Facilitare l'accesso alle informazioni sui servizi e sulle opportunità esistenti per le persone anziane, in modo da favorire una maggiore partecipazione alla vita sociale e comunitaria.

#### **2. Rafforzamento delle reti sociali di prossimità**

Promuovere iniziative che favoriscano il mantenimento delle relazioni sociali e il rafforzamento delle reti di vicinato, valorizzando anche il ruolo del volontariato e delle associazioni presenti sul territorio.

#### **3. Favorire occasioni di incontro e partecipazione**

Sostenere e promuovere attività sociali e ricreative accessibili alle persone anziane, anche nei quartieri, utilizzando e valorizzando gli spazi già esistenti (caffè quartiere, centri di quartiere, biblioteche, attività di associazioni, ecc.).

#### **4. Promuovere iniziative di solidarietà intergenerazionale**

Favorire progetti che mettano in relazione diverse generazioni, contribuendo a rafforzare i legami sociali e a contrastare l'isolamento.

#### **5. Rafforzare il lavoro di rete con enti e associazioni che operano a favore degli anziani**

Valorizzare e coordinare maggiormente il lavoro svolto da enti, associazioni e organizzazioni che operano a favore delle persone anziane, favorendo sinergie e collaborazioni per ampliare le opportunità di sostegno e di partecipazione sociale.



## **6. Sviluppare un approccio integrato socio-sanitario alla solitudine**

Sviluppare un approccio integrato socio-sanitario alla solitudine, basato su una collaborazione strutturata tra servizi sociali, sanitari e rete di volontariato, per favorire l'identificazione precoce delle situazioni di solitudine e l'attivazione di interventi mirati.

## **7. Sensibilizzazione e prevenzione della solitudine**

Rafforzare le azioni di sensibilizzazione e prevenzione della solitudine attraverso campagne rivolte sia alla popolazione sia ai professionisti del settore sociale e sanitario. L'obiettivo è aumentare la consapevolezza del fenomeno, favorirne il riconoscimento precoce e promuovere una risposta condivisa.

## **8. Promuovere un ambiente urbano favorevole all'invecchiamento attivo**

Sul lungo termine cercare di integrare nelle politiche urbane e nella pianificazione del territorio un'attenzione particolare alle esigenze della popolazione anziana, favorendo spazi pubblici accessibili, percorsi pedonali sicuri, luoghi di incontro e servizi facilmente raggiungibili.

### **Finalità**

L'obiettivo non è soltanto intervenire nelle situazioni di fragilità già presenti, ma prevenire l'isolamento sociale prima che diventi una condizione di vulnerabilità.

Attraverso un approccio progressivo e coordinato, la Città intende quindi sviluppare nei prossimi anni alcune strategie mirate a rafforzare l'inclusione sociale delle persone anziane e a sostenere il loro benessere, contribuendo al contempo a mantenere il più a lungo possibile la loro autonomia.



## Dalle Linee strategiche alle misure di intervento – alcune proposte

Dalle strategie e prospettive operative future (le principali direzioni di lavoro) e dalle osservazioni dell'assistente sociale durante le consulenze proposte allo sportello Punto Contatto 70+, è nata una riflessione sulle possibili misure da proporre nel breve e medio periodo, che possano avere un importante impatto sulla popolazione anziana.

### Linea strategica 1. Migliorare l'informazione e l'accesso ai servizi

#### Sportello di consulenza e orientamento sociale

Si propone di proseguire l'esperienza dello sportello di consulenza sociale, in quanto punto di riferimento per **l'orientamento, l'accompagnamento e l'attivazione delle risorse** dell'utente anziano e per un primo aiuto immediato.

L'assistente sociale provvederà a ricontattare le persone che, nell'ambito del sondaggio Punto Contatto 70+, avevano espresso interesse per una consulenza sociale ma che non hanno risposto al telefono o via e-mail, oppure che non avevano indicato un recapito per essere ricontattate.

Al fine di monitorare in modo più efficace le situazioni di maggiore vulnerabilità o di fragilità potenziale, si propone inoltre estendere l'attività di contatto ai cittadini over 80/85 anni che non hanno aderito al progetto, ossia che non hanno partecipato al sondaggio. Va infatti considerato che, in presenza di condizioni di fragilità, la situazione personale può evolvere rapidamente: anche persone che al momento della rilevazione non segnalavano bisogni particolari, o che non avevano ritenuto necessario partecipare, potrebbero nel frattempo aver sviluppato nuove esigenze o difficoltà.

Lo sportello rappresenta inoltre uno strumento privilegiato per rafforzare la diffusione delle informazioni sui servizi e sulle attività promosse dalle associazioni del territorio, con l'obiettivo di contrastare la solitudine e l'isolamento sociale. Attraverso questo canale è possibile anche sensibilizzare e informare le persone anziane sui propri diritti e sulle eventuali prestazioni sociali disponibili, contribuendo così a **prevenire situazioni di precarietà economica**.

Lo sportello si configura inoltre come una misura concreta e flessibile, particolarmente efficace quando l'intervento è rivolto in modo mirato a specifici gruppi di popolazione, come ad esempio i **grandi anziani**.

Il rafforzamento del lavoro di rete sarà inoltre garantito dall'assistente sociale e dalla Divisione Socialità attraverso un coinvolgimento attivo e una collaborazione strutturata con i

servizi territoriali. In questo contesto, l'assistente sociale svolge anche un ruolo di promozione e orientamento, favorendo la diffusione delle informazioni sulle opportunità di partecipazione presenti sul territorio, con l'obiettivo di sostenere l'autonomia e l'attivazione delle persone anziane (concetto di agency).

## Linea strategica 2. Rafforzare le reti sociali di prossimità

### Promozione del volontariato

La promozione del volontariato rappresenta una misura strategica da approfondire, in quanto offre l'opportunità di sviluppare un servizio in grado di fungere da raccordo tra le diverse "antenne" del territorio – quali medici, vicini di casa, servizi di assistenza e cura a domicilio (SACD), ecc. – e gli enti che coordinano attività di volontariato.

In particolare, nei quartieri più periferici e caratterizzati da un'elevata concentrazione di popolazione anziana, la prevenzione della solitudine potrebbe essere rafforzata attraverso l'attivazione di programmi di **volontariato di prossimità**. Tali programmi potrebbero prevedere, ad esempio, contatti telefonici regolari, visite periodiche, accompagnamenti per attività quotidiane, nonché l'organizzazione di momenti di socializzazione (come caffè sociali autogestiti), includendo anche forme di volontariato tra pari.

Risulta fondamentale, in questo ambito, operare in stretta sinergia con gli enti e le associazioni attive nella formazione e nel coordinamento dei volontari – tra cui la CVS (Conferenza del volontariato sociale), la Croce Rossa Svizzera Sezione del Sottoceneri e Pro Senectute – e, al contempo, coinvolgere attivamente la comunità locale (portinerie di quartiere, parrocchie, ecc.), affinché il tema della solitudine venga riconosciuto come una **responsabilità condivisa** e non esclusivamente demandata ai familiari o ai servizi.

Il volontariato assume così un ruolo di accompagnamento e di supporto relazionale, configurandosi come una risorsa non solo per il singolo beneficiario, ma per l'intera collettività. Le azioni di prevenzione della solitudine dovrebbero infatti contribuire anche al rafforzamento della coesione sociale, valorizzando i piccoli gesti quotidiani – come l'accompagnamento nelle commissioni, nella spesa o ad appuntamenti – che favoriscono la mobilità, l'autonomia e il senso di autoefficacia delle persone anziane.

## Linea strategica 3. Favorire occasioni di incontro e partecipazione

### Partecipazione e rafforzamento delle competenze



Accanto alla collaborazione con la Divisione Cultura nell'ambito del progetto *Social prescribing* – che promuove l'attività culturale come strumento di benessere e di cura – si intende rafforzare la partecipazione della popolazione anziana alla vita dei quartieri.

In un'ottica di prevenzione e contrasto della solitudine, si propone di promuovere occasioni di **incontro, scambio e condivisione** tra le persone anziane, anche sulla base di esperienze già consolidate come il **Caffè Quartiere**, nonché di sostenere forme di **volontariato** e di **caring communities**. La partecipazione alla vita civica rappresenta infatti un'opportunità concreta che, oltre a valorizzare la cittadinanza attiva, contribuisce allo sviluppo e al rafforzamento delle competenze personali.

Promuovere la partecipazione significa anche favorire forme di volontariato informale: le persone anziane possono essere coinvolte attivamente nella vita di quartiere, inizialmente con il supporto di associazioni e realtà già operative, per poi proseguire progressivamente in modo autonomo.

Parallelamente, la Divisione Socialità ha avviato, in collaborazione con i centri diurni socio-assistenziali del territorio, il progetto "Il Primo passo", rivolto alle persone che non frequentano tali strutture. L'iniziativa prevede l'offerta di un buono pasto presso un centro a scelta, con l'obiettivo di consentire ai beneficiari – accolti dai professionisti – di conoscere le attività proposte e di sperimentare direttamente le opportunità offerte dalla partecipazione.

Sono inoltre previsti ulteriori momenti di confronto con i team di animatori e operatori dei centri diurni, finalizzati a sviluppare nuove iniziative volte a promuovere la partecipazione e l'inclusione sociale.

#### Ruolo delle Commissioni di quartiere

In questo contesto, le Commissioni di quartiere possono svolgere un ruolo centrale nel promuovere occasioni di incontro e partecipazione a livello locale. Grazie alla loro conoscenza diretta del territorio e delle sue dinamiche, esse rappresentano un interlocutore privilegiato per intercettare i bisogni della popolazione anziana e per favorire l'attivazione di iniziative di prossimità.

Il loro coinvolgimento attivo può contribuire a rafforzare le reti sociali nei quartieri, sostenendo l'organizzazione di momenti di socializzazione, attività condivise e progetti partecipativi, anche in collaborazione con associazioni, enti e cittadini. In questa prospettiva, le Commissioni di quartiere si configurano come un elemento chiave per promuovere una comunità più inclusiva, coesa e attenta al benessere delle persone anziane.

## Linea strategica 4. Promuovere iniziative di solidarietà intergenerazionale

### Cohousing, l'alloggio intergenerazionale

Il tema dell'alloggio emerge con rilevanza anche dallo studio statistico, in particolare per quanto riguarda le ampie superfici abitative pro capite occupate dalla popolazione anziana.

In questo contesto, la Divisione Socialità ha avviato una collaborazione con CASSI – Cooperative d'abitazione sezione della Svizzera italiana, con l'obiettivo di approfondire **soluzioni abitative innovative**, quali forme di coabitazione "win-win" tra studenti e persone anziane. Tali modelli favoriscono l'**incontro tra generazioni** e promuovono scambi reciproci di servizi, con benefici per entrambe le parti. In particolare, si intende esplorare progetti che prevedono spazi e servizi condivisi, in cui studenti possano vivere presso anziani a fronte di un affitto calmierato, offrendo in cambio piccoli aiuti nella vita quotidiana (ad esempio accompagnamenti, commissioni o semplice presenza e compagnia).

Si propone inoltre di favorire la creazione di una rete e di strumenti operativi che facilitino l'incontro tra anziani e studenti interessati, anche attraverso lo sviluppo di una piattaforma informatica dedicata per facilitare l'incontro tra domanda e offerta.

### Promozione di attività intergenerazionali

La promozione di iniziative intergenerazionali rappresenta un'importante opportunità per rafforzare la coesione sociale e contrastare l'isolamento della popolazione anziana, favorendo al contempo lo scambio di esperienze, competenze e valori tra generazioni diverse.

In questo contesto, si propone di sviluppare e sostenere progetti che coinvolgano attivamente giovani, scuole, associazioni e realtà del territorio, creando occasioni strutturate di incontro e collaborazione con le persone anziane. Tali iniziative possono assumere diverse forme, quali attività culturali, laboratori condivisi, momenti di socializzazione, progetti educativi o forme di supporto reciproco nella vita quotidiana.

Il coinvolgimento delle scuole e delle organizzazioni giovanili consente non solo di offrire agli anziani nuove opportunità di relazione, ma anche di sensibilizzare le giovani generazioni sui temi dell'invecchiamento, della solidarietà e della cittadinanza attiva.

In un'ottica di sviluppo progressivo, queste esperienze potrebbero essere avviate con il supporto di enti e associazioni già attivi sul territorio, per poi consolidarsi nel tempo come pratiche diffuse e integrate nella vita dei quartieri, contribuendo a costruire **comunità più inclusive, solidali e interconnesse**.

## Linea strategica 5. Rafforzare il lavoro di rete tra attori territoriali

### Coordinamento del lavoro di rete

Parallelamente allo sportello di ascolto, la Divisione Socialità continuerà – alla luce dei dati emersi – il lavoro di rete già avviato sul territorio, attraverso il coinvolgimento di enti e associazioni e l’attivazione di diversi canali operativi: gli assistenti sociali di Pro Senectute, lo sportello AVS comunale, i centri diurni socio-assistenziali, il Centro competenze anziani (SUPSI), il Tavolo di lavoro sulla povertà – considerato il legame tra povertà, isolamento e solitudine – nonché le associazioni e le iniziative di quartiere.

Dall’analisi emerge la necessità di coordinare in modo più strutturato queste esperienze, attraverso l’istituzione di un **tavolo di lavoro** promosso dalla Divisione, ma coordinato da attori esterni.

**Il rafforzamento del lavoro di rete consente non solo di migliorare l’individuazione precoce delle situazioni di fragilità, ma anche di monitorare in modo più efficace il fenomeno della solitudine tra le persone anziane con una rete sociale precaria.**

## Linea strategica 6. Sviluppare un approccio integrato socio-sanitario alla solitudine

### Un progetto pilota a Lugano

In collaborazione con la Fondazione Connect! e con gli attori coinvolti nel social prescribing, si intende sviluppare un nuovo modello di intervento ad alto impatto sociale, valorizzando anche le risorse messe a disposizione dalla Fondazione, come la Boîte à outils. Questo strumento consente di identificare situazioni di solitudine e di individuare le misure più adeguate da attuare, anche attraverso percorsi formativi rivolti a medici, personale infermieristico dei servizi di cura a domicilio, assistenti sociali, servizi di psicologia sociale e volontari.

La prevenzione della solitudine nella popolazione anziana non si limita alle attività di informazione e sensibilizzazione – rivolte sia ai diretti interessati sia ai loro familiari – ma richiede anche interventi di diagnosi precoce, valutazione e presa a carico, grazie al contributo coordinato di medici, infermieri, assistenti sociali e volontari. In tale prospettiva, è in fase di definizione un progetto volto a **promuovere nuovi modelli di collaborazione tra il settore sanitario, quello sociale e la comunità**, facendo leva sulla rete territoriale esistente. L’obiettivo è garantire una presa a carico coordinata e tempestiva, valorizzando le risorse già presenti sul territorio.



A titolo esemplificativo, il medico curante potrebbe sottoporre al paziente anziano un questionario per valutarne il grado di solitudine e, sulla base dei risultati, metterlo in contatto con un centro di collegamento – composto anche da volontari – che possa attivare interventi concreti, come l’accompagnamento verso un centro diurno socio-assistenziale.

## Linea strategica 7. Sensibilizzazione e prevenzione della solitudine

### Azioni di sensibilizzazione

Si propone di informare e sensibilizzare tutta la popolazione e, in particolare quella anziana, sugli effetti negativi della solitudine, ad esempio attraverso campagne di comunicazione, e di promuovere iniziative di contrasto all’isolamento sociale (v. misure di partecipazione sociale). Tali iniziative contribuiscono a creare una cultura diffusa di attenzione e responsabilità verso il benessere relazionale delle persone anziane.

Tramite l’adesione della Città alla rete dell’Associazione Connect! è possibile disporre di una consulenza specialistica sull’identificazione della solitudine (formazione del personale sociale e sanitario) e quali misure possono essere attuate per contrastarla. I membri della rete beneficiano di possibilità di networking e scambi con altre città, informazioni sugli sviluppi, le pratiche e gli aspetti scientifici nel campo della solitudine, una raccolta di progetti nazionali e internazionali di buone pratiche e del materiale di comunicazione sia rivolto alla popolazione sia ai professionisti.

L’associazione Connect! è stata fondata nel 2023 da persone attive in ambito scientifico (sanitario e sociale) e ha l’obiettivo di prevenire la solitudine e di attenuare le conseguenze negative individuali e sociali della solitudine in Svizzera. La sua rete conta 45 membri tra città, comuni, università, associazioni, fondazioni.

## Linea strategica 8. Promuovere un ambiente urbano favorevole all’invecchiamento attivo

### L’abitare sostenibile

La promozione dell’autonomia e della domiciliarità potrebbe essere ulteriormente sostenuta tramite il Regolamento comunale in ambito sociale (o un fondo specifico dedicato), prevedendo **contributi per micro-adattamenti domestici finalizzati alla riduzione delle barriere architettoniche** (ad esempio installazione di corrimano o adeguamento dei servizi igienici), in un’ottica di abitare sostenibile per la popolazione anziana. Tali interventi, oltre a migliorare la qualità di vita, risultano economicamente



vantaggiosi rispetto alla presa a carico istituzionale e possono contribuire a posticipare l'ingresso in strutture residenziali.

L'attenzione alle esigenze della popolazione anziana dovrebbe essere integrata nella pianificazione del territorio per implementare spazi pubblici accessibili, percorsi pedonali sicuri (dei quali beneficerebbero anche le famiglie) e luoghi di incontro informale per agevolare la socializzazione intergenerazionale tra la cittadinanza.

Questo tema andrebbe affrontato dalle divisioni competenti.