

## SCHEDA RELAZIONE DEL PROGETTO

### Premio Innovazione nei Servizi Sociali. Città di Rimini. Settima Edizione.



<b>DATI IDENTIFICATIVI PER L'ISCRIZIONE</b>	
<i>Titolo del progetto</i>	GRUPPI DI CAMMINO
<i>Ente proponente</i>	COMUNE DI CUNEO
<i>Settore/Ufficio proponente</i>	SETTORE SOCIO EDUCATIVO
<i>Indirizzo (Via, Cap, Città, Provincia)</i>	VIA ROMA 28, 12100 CUNEO (CN)
<b>RELAZIONE DI PROGETTO</b>	
(max 10 cartelle, ciascuna di non oltre 2500 caratteri spazi inclusi)	
<p><b>N.B.</b> Realizzare la relazione descrittiva del progetto nelle pagine seguenti attenendosi all'indice proposto.</p>	
La relazione dovrà essere redatta in Corpo 12, Carattere Times New Roman, e la lunghezza non dovrà superare le 10 cartelle/pagine, ciascuna di non oltre 2500 caratteri spazi inclusi.	

**TITOLO**

GRUPPI DI CAMMINO

**TEMPI***Data di avvio*

GIUGNO 2008

*Data (prevista) di conclusione*

Sine die

**INTRODUZIONE***Destinatari*

Persone anziane

*Contesto*

La città di Cuneo e gli immediati dintorni frazionali

*Breve descrizione del servizio se esistente*

La proposta di attività viene semplicemente divulgata a mezzo stampa, volantaggio, informazione (soprattutto all'interno dei Centri per la Terza Età e in occasione dei vari appuntamenti dedicati agli anziani) fornendo le semplici indicazioni:

- giorno (i giorni – due volte la settimana - sono fissi)
- ora dell'appuntamento
- luogo di ritrovo
- richiamo alla gratuità di partecipazione e alla libertà di parteciparvi anche sporadicamente.

I luoghi di ritrovo sono segnalati da un' apposita struttura che riporta le caratteristiche dell'iniziativa.

*Motivazioni*

L'interesse costante che la Civica Amministrazione rivolge all'anziano, tentando varie vie e proposte per giocare un ruolo attivo di prevenzione di stati emarginanti o di rischio riflessi a loro volta sui soggetti titolari della funzione socio assistenziale (che è attribuita a Consorzio sovra comunale a norma di Legge Regionale) e sanitaria.

*Analisi preliminari*

Da anni la Civica Amministrazione propone agli anziani della Città dei corsi di attività motoria (ginnastica dolce, Dao-Jin, Yoga, Ping Pong, ecc.) finalizzati alla prevenzione e alla socializzazione. Tali corsi sono svolti previo iscrizione dell'interessato e corresponsione di una modesta quota partecipativa. Si è inteso con il presente progetto arricchire tale offerta costruendo un'attività di più facile e libera partecipazione.

*Obiettivi*

- Ampliare le proposte - fattibili o proponibili a cura dell'ente locale - con le quali sostenere la prevenzione di stati critici;
- Innovare sul versante della integrazione tra i soggetti e dell'auto mutuo aiuto
- far leva sulle "reti" possibili sul territorio senza aggravare costi a bilancio o a carico dell'utenza;
- consentire all'anziano la riappropriazione di ruoli attivi e significativi.

Obiettivi più particolari:

- Agire a prevenzione della salute (camminare come contrasto all'obesità, diabete, malattie cardiovascolari, l'osteoporosi)
- Rendere l'anziano protagonista dell'ambiente che lo circonda
- Appropriarsi dello spazio salvaguardando l'ambiente
- Riscoprire i valori della solidarietà e del mutuo-aiuto
- Riscoprire il valore dei ritmi a misura d'uomo e della Città
- Formare collaborazioni per restituire ruolo attivo all'anziano

## **COSTRUZIONE E DESCRIZIONE DEL PROGETTO**

### *Metodologia e procedure*

- Esposizione e condivisione con l'ASL della nuova offerta di facile e libera partecipazione
- Definizione dei principali elementi attuativi e organizzativi
- Inserimento della nuova opportunità nel ventaglio delle proposte del programma annuale "E...State in Città".
- Inserimento successivo nel contesto delle proposte dei corsi per attività motoria per la stagione 2008/2009.

In un primo momento i gruppi sono stati condotti da educatore comunale e da operatori socio sanitari dell'ASL che:

- definivano i percorsi (dalla durata tra i 50 e i 70 minuti circa, implementati gradualmente)
- ne dettavano i ritmi (prima fase lenta; esercizi specifici; incremento andatura; fasi di rilassamento, momenti di conversazione, ecc.)
- stimolavano il rapporto comunicativo, di integrazione e di aiuto tra le persone,
- mirando a creare e a formare, tra gli anziani partecipanti, uno o più "Walking leader" in grado di condurre in futuro i gruppi.

Ne è nata, nello slogan "GRUPPI DI CAMMINO: Camminare è salute", un'attività gradita che è andata consolidandosi attorno a più figure di *Walking leader* con molteplici interessi anche per la riscoperta della città (luoghi urbani, ambienti naturali, musei, monumenti, ecc.), per la attivazione di vincoli di solidarietà e per la riappropriazione di ritmi di vita sostenibili a misura d'uomo. I percorsi, sempre obbedendo ai ritmi e fasi di cui sopra, sono andati sempre più arricchendosi di mete mentre all'impegno dei *Walking leaders* ha fatto eco il (modesto) riconoscimento economico (riduzioni tariffarie per accessi a servizi comunali: cinema, trasporti, piscina, soggiorni, ecc.) previsto nei progetti per l'inserimento di anziani in attività socialmente utili condotti dal Comune di Cuneo e parzialmente finanziati dalla Regione Piemonte.

*Soggetti coinvolti*

I servizi dell'Azienda Sanitaria Locale

*Materiali predisposti*

Nessuno in particolare, eccetto quanto necessario all'informazione

*Fasi di realizzazione*

- **1^ fase:** verifica della possibilità di collaborazione con i servizi dell'ASL
- **2^ fase:** inserimento della proposta tra il pacchetto dell' "E...State in Città"
- **3^ fase:** definizione e pubblicizzazione del calendario (giorni, luoghi di partenza, orari) e delle modalità di partecipazione
- **4^ fase:** prime uscite accompagnate e guidate da operatore Comunale e da operatore Asl. Contestualmente: sensibilizzazione e ricerca del *Walking Leader*; si assiste ad un incremento dell'interesse e dei partecipanti
- **5^ fase:** il reperimento (e la formazione) dei *Walking Leaders* (sono ora più di uno) hanno reso possibile la riproposizione dei due momenti anche nel periodo autunnale e invernale, nel pacchetto delle "Attività Motorie" adeguate ovviamente alle più rigide condizioni meteorologiche.

*Aspetti innovativi da segnalare*

Successo di un'iniziativa semplice, priva di costi sostanziali perché basata su collaborazioni di "rete" e sull'interesse volontario del *Walking Leader* a partecipare a attività utili socialmente.

**RISULTATI E VALUTAZIONE***Risultati attesi*

- creazione di "rete" di attori
- rafforzamento di rapporti (amicizia, solidarietà)
- valorizzazione della Città e dei suoi luoghi
- costruzione di un'azione semplice e semplicemente gestibile/comprendibile
- creazione di un'azione costante e duratura
- creazione di un'azione a contenuti di prevenzione
- diffusione progressiva dell'azione
- valorizzazione di persone anziane e del loro ruolo attivo

*Criteri di valutazione*

- quantità degli incontri
- quantità dei partecipanti
- frequenza dei partecipanti

*Strumenti e metodologie di valutazione*

Diretta osservazione e rilevazione.

**RISORSE***Costo complessivo del progetto*

Non ha costituito una spesa aggiuntiva a bilancio, fatti salvi gli oneri impliciti (organizzativi, ecc.) e il costo minimo della pubblicizzazione.

*Fonti di finanziamento**Risorse umane impegnate:*

- numero: 4

- *professione*: istruttore socio educativo, educatore sanitario, due anziani (walking leaders) aderenti al progetto delle attività socialmente utili

- *formazione prevista*: osservazione da parte degli anziani di riferimento (walking leaders) delle metodologie di conduzione utilizzate dagli educatori del Comune e della ASL.

*Risorse tecnologiche:*

Nessuna in particolare

**CONSIDERAZIONI CONCLUSIVE***Positività e criticità*

Si evidenziano in modo positivo:

- incremento quantitativo dei partecipanti,
- la conseguente riproposizione autunno/invernale (nonostante le presumibili inclemenze meteorologiche) dell'iniziativa,
- l'interesse suscitato che ha fatto sì che venissero sviluppati i percorsi e gli interessi ai medesimi legati

Non si osservano criticità.

*Comunicazione interna ed esterna*

Secondo i normali canali divulgativi, privilegiando i luoghi di maggior afflusso delle persone cui l'attività è destinata

*Successive implementazioni*

- formazione di nuovi *walking leaders* a cura degli anziani che già svolgono tale ruolo a garanzia di continuità e/o ad ampliamento delle offerte
- opera di sensibilizzazione presso i medici di base a garanzia di ricaduta e informazione più ampia.