



Comune di Bologna



Servizio Civile
è Bologna

ENTE PROPONENTE IL PROGETTO: Comune di Bologna

TITOLO PROGETTO: Muovi il corpo e la mente: laboratori cittadini di promo benessere

SEDE DI ATTUAZIONE PROGETTO: U.I Salute e Città Sana /Area welfare e promozione del benessere della comunità - Piazza Liber Paradisus 6 - Torre C

Numero dei giovani da impegnare nel progetto: 2

Numero ore di servizio settimanali dei giovani: monte ore annuo (1400 ore) indicativamente 30 ore settimanali

Giorni di servizio a settimana dei giovani previsti dal progetto: 5

Durata complessiva del progetto in mesi: 12

COMPENSO MENSILE: 433,80 euro al mese

DATA E ORARIO SELEZIONI: verranno pubblicati sulla [pagina del Servizio Civile del sito del Comune di Bologna](#)

SEDE DI SVOLGIMENTO SELEZIONI: verrà pubblicata sulla [pagina del Servizio Civile del sito del Comune di Bologna](#)

DATA PRESUNTA DI AVVIO DEL PROGETTO: verrà pubblicata sulla [pagina del Servizio Civile del sito del Comune di Bologna](#)

REFERENTE PER INFORMAZIONI

Nome Marzia Bettocchi

Telefono 051/2195919

Mail: marzia.bettocchi@comune.bologna.it

SEDE E ORARI CONSEGNA DOMANDA: verranno pubblicati sulla [pagina del Servizio Civile del sito del Comune di Bologna](#)

PEC: verrà pubblicata sulla [pagina del Servizio Civile del sito del Comune di Bologna](#)

SITO WEB: <http://www.comune.bologna.it/node/2484>

<http://www.comune.bologna.it/salute>

SETTORE: Educazione e Promozione culturale

AREA DI INTERVENTO: Educazione ai diritti del cittadino

SINTESI DEL PROGETTO: il nuovo progetto di servizio civile si sviluppa nell'ambito delle politiche di integrazione sociosanitaria e di *empowerment* della comunità locale.

Con tale progetto si intende potenziare i laboratori cittadini di natura teorico-pratica già in essere, denominati "Laboratori diffusi di promozione della salute e prevenzione e supporto al lavoro di comunità del territorio cittadino: percorsi di cammino e di sviluppo dell'attività motoria, di *memory training* e di sostegno alla socializzazione" di durata annuale

In particolare trattasi di percorsi dedicati alla popolazione over 65 che consistono in appuntamenti bisettimanali di attività motoria e di allenamento cognitivo tramite gruppi di cammino, sessioni di ginnastica dolce, nonché esercizi di *memory training* condotta da giovani neolaureati in scienze motorie e psicologia/scienze sociali. Tali laboratori hanno l'obiettivo di promuovere corretti stili di vita, contrastare l'isolamento e favorire la socializzazione anche attraverso lo sviluppo di rapporti intergenerazionali tra giovani ed anziani. Inoltre con le sessioni di esercizi per la memoria si punta a potenziare e mantenere alcune funzioni cognitive, favorire il benessere soggettivo e la qualità di vita degli individui.

OBIETTIVI DEL PROGETTO

Obiettivi generali del progetto

1. favorire lo sviluppo, in sede locale, dei programmi e dei progetti del nuovo Piano Regionale della Prevenzione 2015 –2018 finalizzati alla promozione della salute e alla prevenzione e come risultanti dal nuovo Piano Nazionale della Prevenzione, declinando le priorità di azione tramite il potenziamento di laboratori-interventi e integrando gli stessi con quanto previsto dagli obiettivi prioritari della PHASE VI – OMS e dal documento OMS "Health 2020", nonché porre in essere le azioni programmatiche di integrazione sociosanitaria del Piano di Zona per la Salute e il Benessere sociale Distretto di Bologna; 2. proseguire la mappatura degli interventi locali a livello cittadino e metropolitano esistenti in

ambito di promozione della salute e prevenzione, già avviata nell'ambito del primo Osservatorio cittadino di promozione della salute, ora al servizio del Tavolo tematico integrato del Distretto Comune di Bologna sulla promozione della salute e la prevenzione;3. proseguire nell'avvio di un sistema di monitoraggio e analisi dei risultati degli interventi (mappatura, valutazione di processo, esito);4. valorizzare e potenziare strutture e luoghi di ritrovo esistenti nel territorio al fine di attivare e diffondere gli interventi di promozione della salute e del benessere della popolazione anziana; 5. favorire lo sviluppo di sistemi di intervento tramite laboratori di integrazione socio-sanitaria aventi focus particolari su alimentazione, movimento, corretto uso dei farmaci, orientati a individuare e ad offrire opportunità significative di prevenzione e promozione della salute per le persone più fragili e/o a rischio quali gli anziani su tutti i quartieri di Bologna;6. Sviluppare rapporti e scambi intergenerazionali tra i volontari e la popolazione over65 coinvolta dai laboratori di promozione della salute nell'ascolto delle reciproche biografie, difficoltà e attese;7. coinvolgere la popolazione cittadina al confronto costruttivo sui temi della prevenzione e della promozione della salute al fine di aumentarne la consapevolezza (*empowerment*) di comunità sul diritto alla salute – OMS) della cittadinanza e dei soggetti target;8. favorire lo sviluppo di sistemi orientati a individuare e mappare le persone vulnerabili e/o fragili;9. favorire la ricerca e lo sviluppo di buone pratiche a livello territoriale eventualmente replicabili sul territorio cittadino, favorendo la comunicazione e lo scambio di esperienze;10. individuare e sostenere la ricerca di buone prassi sia a livello italiano che europeo al fine di implementare le buone pratiche già sperimentate sul territorio cittadino.

Obiettivi specifici del progetto

1. Implementazione in qualità e quantità dei laboratori diffusi di promozione della salute e prevenzione già in essere sul territorio del Comune di Bologna al fine di:

- a) rafforzare, sotto il profilo della qualità, incisività e capillarità del percorso, gli interventi laboratoriali di promozione salute esistenti sul territorio cittadino rivolti agli over 65 e che si esplicano in attività fisica di moderata intensità, movimento - in particolare con l'organizzazione di gruppi di cammino nei parchi cittadini e sessioni di ginnastica dolce - e in attività di memory training con sessioni di esercizi *ad hoc* anche attraverso il supporto del *team* già attivo di giovani neolaureati in scienze motorie e psicologia/scienze sociali per far leva sulle energie positive che possono scaturire da un contatto intergenerazionale, e in collaborazione con associazioni locali di promozione culturale e sportiva. Inoltre tali interventi prevedono una programmazione periodica di iniziative *ad hoc* sfruttando anche opportunità di tipo ricreativo/culturale offerte dal territorio cittadino e organizzate congiuntamente con più gruppi di over 65 afferenti ai diversi quartieri, l'obiettivo è anche quello di far incontrare e socializzare persone che solitamente frequentano laboratori diversi, in territori cittadini diversi.
- b) rafforzare le sperimentazioni già esistenti sul territorio cittadino dirette a contrastare la tendenza all'isolamento e che si esplicano in attività di socializzazione, culturali/ricreative a sostegno della popolazione anziana più fragile, intesa come popolazione che nella vita quotidiana non possa fare affidamento su robuste reti familiari/amicali e con criticità dal punto di vista sanitario; anche in questo caso si lavorerà a stretto contatto con il *team* già attivo di giovani neolaureati sopra citato, ed in stretta collaborazione con i quartieri, associazioni e organizzazioni del territorio. In particolare si vuole, in un'ottica sempre più di rete, consolidare con percorsi sperimentali congiunti le esperienze dei Caffè Alzheimer cittadini e per gli anziani con deterioramento cognitivo l'esperienza del Meeting Center/Centro d'incontro Margherita con unica sede nel quartiere S. Donato/S. Vitale. La socializzazione rappresenta infatti l'opportunità con la quale contattare e stimolare gli anziani, in particolare i più fragili, affinché si creino spazi condivisi e recepiti come "familiari" che costituiscono un punto di riferimento non solo per la persona anziana ma anche per i caregiver;
- c) consolidare, anche in un'ottica di futuro ampliamento, le sperimentazioni di "Community Lab" – percorsi di co-progettazione di azioni per la comunità locale – e le sperimentazioni pilota avviate in alcuni quartieri cittadini di "percorsi laboratoriali di informazione/*empowerment* sul corretto uso dei farmaci nonché sui corretti stili di vita e la sana alimentazione per over 65". L'obiettivo di queste ultime sperimentazioni, nello specifico, è quello di individuare una correlazione tra attività motorie e ludico-ricreative dei laboratori summenzionati - vedi punto a) e attività sanitarie territoriali che si dimostrino efficaci in termini di prevenzione ed educazione alla salute per la comunità. A tal fine si è prevista la programmazione di una serie di incontri *ad hoc*, posti in essere con l'ausilio di alcune professionalità sanitarie del Dipartimento Cure Primarie della AUSL di Bologna, quali infermiere, dietista, podologo, MMG, e con la collaborazione delle Case della Salute/AUSL (così come definite nel Piano Regionale della Prevenzione 2015-2018). Durante questi incontri ai partecipanti vengono rilevati alcuni parametri antropometrici e vitali (peso, circonferenza vita, pressione arteriosa, BMI, ecc) prima di effettuare l'attività motoria e in alcune occasioni vengono programmate brevi sedute informative con professionisti sanitari sui corretti stili di vita e su problematiche particolari (sana alimentazione, corretta somministrazione dei farmaci, vaccinazioni, allergie, ecc)

2. supportare il lavoro di co-programmazione e co-progettazione del Tavolo Territoriale Integrato in relazione a percorsi di promozione della salute e prevenzione, in particolare rivolti alla terza età;

3. ideare e/o collaborare alla ideazione e alla costruzione di workshop, eventi di sensibilizzazione informativi/formativi alla cittadinanza e/o operatori di settore, nonché ideare e/o collaborare allo sviluppo di prodotti di comunicazione sul tema; costruire eventi di celebrazione di giornate mondiali OMS.

ATTIVITA' DEL PROGETTO: i volontari supporteranno gli operatori interni di progetto coinvolti nel consolidamento degli interventi rivolti al target di riferimento, con particolare attenzione alle attività di monitoraggio/valutazione e di sensibilizzazione dei laboratori nella comunità cittadina anche attraverso il confronto sul campo e con incontri specifici, in primis, assieme al team di giovani neolaureati presenti nei quartieri a supporto dell'attività laboratoriale con gli anziani, e assieme agli operatori di quartiere e agli altri soggetti esterni all'ente che collaborano al progetto.

Inoltre i volontari supporteranno il lavoro di co-programmazione e co-progettazione del Tavolo Territoriale Integrato in relazione a percorsi di promozione della salute e prevenzione, in particolare rivolti alla terza età nonché supporteranno gli operatori comunali con riferimento all'attività di comunicazione intra Comune e tra Comune e altri soggetti esterni.

PRINCIPALI CONSIGLI PER CANDIDARSI A QUESTO PROGETTO: interesse e motivazione al lavoro di gruppo e alle tematiche connesse alla promozione della salute e benessere della comunità, con particolare attenzione al target della popolazione over 65.