

## SCHEMA PROGETTO ESECUTIVO

**Titolo del progetto:**  
**PROMUOVERE IL BENESSERE PSICO FISICO**

### AREA D'INTERVENTO

Minori, famiglia, genitorialità	
Anziani	X
Disabili	
Inclusione sociale	

### LINEE STRATEGICHE NELLE QUALI IL PROGETTO SI ISCRIVE:

Direttrici	Denominazione	Target di riferimento	
1	<b><i>promuovere il benessere delle persone e della collettività</i></b>	La cittadinanza	X
2	<b><i>sostenere l'autonomia delle persone, delle famiglie, dei gruppi, delle zone</i></b>	Utenti dei servizi non gravi, temporanei, con prestaz. singole o semplici Fasce deboli Soggetti a rischio di esclusione sociale	
3	<b><i>tutelare le persone con situazioni complesse</i></b>	Utenti gravi in strutture residenziali Utenti cronici/ con bisogni complessi Multiproblematici con presa in carico integrata	

### DESCRIZIONE DEL PROGETTO

Il progetto si colloca nell'area della promozione del benessere delle persone anziane attraverso l'acquisizione di stili di vita ecologica, attiva, per prevenire isolamento, solitudine, fragilità e malattia. Si sviluppa con tre macro obiettivi:

- a) promuovere il benessere dell'anziano attraverso la realizzazione di percorsi motori e l'educazione a corretti stili di vita
- b) promuovere una cultura di partecipazione attiva del neo pensionato superando il rischio di isolamento e di auto svalutazione per la perdita di status
- c) riconoscere e valorizzare, da parte delle istituzioni, il ruolo del pensionati, del settore pubblico e privato, che svolgono attività solidali a favore della rete di volontariato

**DESTINATARI** a cui è diretto il progetto (precisare se sono su base annua o triennale):

Descrizione/tipologia:	Numero
Persone over 65 che intendono intraprendere percorsi di attività motoria (a)	Almeno 100

Persone over 65 con problemi di salute che intendono migliorare e prevenire un suo peggioramento con attività motoria specifica (a)	Almeno 3 corsi
NEO PENSIONATI che intendono impegnarsi in attività di volontariato (b)	10

### PARTNERSHIP

Azienda per i Servizi Sanitari n. 1 Triestina	Si No
Soggetti istituzionali (inclusi Comune e ASS)	n°4
Soggetti non istituzionali	n°8
Altro (Televita, profit)	n°1

*Indicare tutti i soggetti che hanno partecipato alla progettazione esecutiva (in presenza di sigle indicare anche il nominativo per esteso)*

Organismo	Istituz.	Non istituz.	Referente
Comune TS	x		Galopin Anna
Azienda per i Servizi Sanitari n. 1 Triestina	x		Paoletti Flavio Salina Melania
Provincia Trieste	x		Zanin Antonia
ASP Pro Senectute	x		Bassani Erika
ENAIPI FVG		x	Bambara Giuditta
CTA ACLI Provinciali		x	Cuttazzo Vincenzo
UIISP - Unione Italiana Sport per Tutti		x	Debetto Elena
Associazione Sportiva Dilettantistica e Culturale BENESSERE - ASDC		x	Laganà Saul
TELEVITA - Amalia		x	Voliani Deborah
Cooperativa Sociale DUEMILADIECI onlus		x	Darvini Alessandro
UNI.VOL. - Università del Volontariato		x	Scalise Francesco
Associazione Nisse		x	Lisi Laura
Cooperativa Sociale " La Quercia "		x	Gabriella Vidmar

N	OBIETTIVI	AZIONI	SOGGETTO ESECUTORE AZIONI	TEMPISTICA anno		
				2010	2011	2012
1	Promuovere benessere attraverso la realizzazione di percorsi motori ed educazione per corretti stili di vita	Fare una breve ricognizione delle attività già in atto (soggetti affiliati uisp, assoc sportive del protocollo Provincia...)	4 istituzionali + UISP, Televita, ENAIP, CTA ACLI	X		
		Fare una breve ricognizione degli spazi per esercitare l'attività motoria (es raccordo con Area educazione del Comune per utilizzo delle palestre dei ricreatori al mattino) Ampliamento rete dei soggetti disponibili ad entrare nella rete	idem	X		
		Ricognizione utenza: diffusione informazione mediante numero verde Televita-Amalia, rete della socialità, rete Microarea/Habitat	idem		X	X
		Avvio corsi e percorsi di attività motoria per almeno 100 anziani con eventuale sostegno economico da parte del comune (fondi protocollo socialità) per gli anziani fragili redditualmente, rendendo l'offerta più capillare possibile sul territorio. (PREVENZIONE PRIMARIA)	idem		X	X
2	Favorire la permanenza a domicilio attraverso il miglioramento della qualità della vita	Avvio di almeno 3 gruppi di attività motoria per persone con patologie già conclamate (PREVENZIONE TERZIARIA)	Idem + Assoc. Benessere		X	X

N	OBIETTIVI	AZIONI	SOGGETTO ESECUTORE AZIONI	TEMPISTICA anno		
				2010	2011	2012
3	PROMUOVERE UNA CULTURA DI PARTECIPAZIONE ATTIVA DEL NEO PENSIONATO ALL'OFFERTA DELLA RETE DEI SERVIZI PER LA TERZA ETA'	RENDERE DISPONIBILI I DATI RELATIVI AI PENSIONAMENTI NEGLI ULTIMI 3 ANNI E AI PROSSIMI PENSIONAMENTI  ORGANIZZARE EVENTI PROMOZIONALI DI RICONOSCIMENTO DELLE ATTIVITÀ DEI VOLONTARI	UNIVOL, ACLI, Ass. NISSE, COOP. Quercia, ASS; COMUNE; PROVINCIA;	X		
4	COINVOLGERE UN NUMERO DI PENSIONATI CHE POSSANO ADERIRE AL PROGETTO "PROMUOVERE IL BENESSERE PSICO FISICO".	DIVULGAZIONE DELL'INIZIATIVA AI SOGGETTI INTERESSATI (COMUNICAZIONE DIRETTA, MANIFESTI, STAMPA, CIRCOLI, ... INCONTRI PRELIMINARI DI INFORMAZIONE "A GRUPPI")	SOGGETTI ISITUZIONALI	X	X	
		"FORMAZIONE" DEI SOGGETTI CHE HANNO ADERITO ALL'INIZIATIVA DEFINIZIONE STRUTTURA DEI CORSI DI FORMAZIONE CON IL COINVOLGIMENTO DELLE ORGANIZZAZIONI DI VOLONTARIATO	SOGGETTI DEL 3° SETTORE CHE SOTTOSCRIVONO IL PROGETTO		X	X

## MONITORAGGIO E VALUTAZIONE

### Risultati attesi e indicatori

Obiettivo	Risultati attesi	Realizzazioni/Prodotti	Indicatori di risultato
1	Almeno 100 anziani avviati all'attività motoria		n. persone anziane avviate all'attività motoria
2	Mantenimento delle condizioni di salute in essere per le persone che hanno intrapreso corsi motori legati a patologie (valutazione ex ante ed ex post da parte degli operatori ASS)		n. corsi avviati per persone con patologie specifiche n. persone anziane inserite in questi corsi
3	PERCEZIONE, DA PARTE DEL NEO PENSIONATO, DI AVERE UN RUOLO ATTIVO NELLA E PER LA CITTADINANZA	<b>Adesione e realizzazione di un corso di formazione</b>	n. anziani coinvolti nella formazione
4	ALMENO 10 NEO PENSIONATI CHE SI ISCRIVONO E FANNO PROPRI I VALORI DI UNA O PIU' ASSOCIAZIONI DI VOLONTARIATO CHE ADERISCONO AL PROGETTO.		n. anziani inseriti in attività di volontariato

### Tempi di realizzazione:

num. mesi	28
-----------	----

data inizio: sett. 2010	data conclusione: dic. 2012
-------------------------	-----------------------------

**ENTE RESPONSABILE DEL PROGETTO:**

Denominazione:	COMUNE di Trieste
Natura giuridica:	
Indirizzo:	
Recapito telefonico, fax, E-mail:	

**PERSONA RESPONSABILE DEL PROGETTO:**

Nominativo	GALOPIN ANNA
Ente di appartenenza:	COMUNE DI Trieste
Titolo professionale:	ASS. SOC. Responsabile Unità Operativa Domiciliarità Anziani
Recapito telefonico, fax, E-mail:	040/6754877 galopin@comune.trieste.it

**RISORSE**

*Indicare per ciascun partner le risorse annue impiegate per la realizzazione del progetto. Per le risorse umane indicare qualifica e ore previste, per le strumentali indicare sedi, attrezzature, mezzi di trasporto, ecc.*

Partner	Risorse 2010			Risorse 2011			Risorse 2012		
	umane	finanziarie	strumentali	umane	finanziarie	strumentali	umane	finanziarie	strumentali
Comune	1 funzionario responsabile progetto (4 ore al mese)	2000 euro	Eventuale Utilizzo gratuito palestre Ricreatori	1 funzionario responsabile progetto (4 ore al mese)	4000 euro	Eventuale Utilizzo gratuito palestre Ricreatori	1 funzionario responsabile progetto (4 ore al mese)	4000 euro	Eventuale Utilizzo gratuito palestre Ricreatori
Azienda per i Servizi Sanitari n. 1	1 referente progetto (4 ore mese)			1 referente progetto (4 ore mese)			1 referente progetto (4 ore mese)		

Partner	Risorse 2010			Risorse 2011			Risorse 2012		
	umane	finanziarie	strumentali	umane	finanziarie	strumentali	umane	finanziarie	strumentali
Triestina	Fisioterapisti e/o altri operatori che collaborano e per la realizzazione dei corsi e al utilizzo di strumenti di valutazione adeguati (6 ore al mese)			Fisioterapisti e/o altri operatori che collaborano per la realizzazione dei corsi e al utilizzo di strumenti di valutazione adeguati (6 ore al mese)			Fisioterapisti e/o altri operatori che collaborano per la realizzazione dei corsi e al utilizzo di strumenti di valutazione adeguati (6 ore al mese)		
PROVINCIA di Trieste	1 funzionario (Responsabile e U.O.C. Politiche e progetti di promozione sociale) - 4 ore al mese		“Supporto dell’Osservatorio Politiche Sociali per le attività di valutazione”.	1 funzionario (Responsabile U.O.C. Politiche e progetti di promozione sociale) - 4 ore al mese		“Supporto dell’Osservatorio Politiche Sociali per le attività di valutazione”.	1 funzionario (Responsabile U.O.C. Politiche e progetti di promozione sociale) - 4 ore al mese		“Supporto dell’Osservatorio Politiche Sociali per le attività di valutazione”.
ASP PRO SENECTUTE	1 operatore 4 ore al mese		Utilizzo di adeguati spazi dove svolgere l’attività motoria	1 operatore 4 ore al mese			1 operatore 4 ore al mese		
ENAIP FVG	1 progettista/ coordinatore 2 ore mese, 1 tutor 4 ore		Aule e sala riunioni, sala da attrezzare	1 progettista/ coordinatore 2 ore mese, 1 tutor 4 ore mese		Aule e sala riunioni, sala da attrezzare	1 progettista/ coordinatore 2 ore mese, 1 tutor 4 ore mese		Aule e sala riunioni, sala da attrezzare

Partner	Risorse 2010			Risorse 2011			Risorse 2012		
	umane	finanziarie	strumentali	umane	finanziarie	strumentali	umane	finanziarie	strumentali
	mese								
CTA ACLI Provinciali	1 referente progetto per 4 ore mensili			1 referente progetto per 4 Ore mensili			1 referente progetto per 4 Ore mensili		
UISP - Unione Italiana Sport per Tutti	1 progettista coordinatore (4 ore mese) 1 operatore per il lavoro di contatto e ricerca associazioni e divulgazione proposte (20 ore annue)		- Banca dati associazioni sportive dilettantistiche affiliate UISP - strumenti informativi UISP: newsletter, sito, mailinglist	Insegnanti Isef o scienze motorie per i corsi, nel numero necessario (uno per corso)		- Utilizzo di spazi presso la sede dell'UISP o presso l'impianto di Cologna dove svolgere l'attività motoria. - Attrezzatura sportiva.	Insegnanti Isef o scienze motorie per i corsi, nel numero necessario (uno per corso)		- Utilizzo di spazi presso la sede dell'UISP o presso l'impianto di Cologna dove svolgere l'attività motoria. - Attrezzatura sportiva.
Associazione Sportiva Dilettantistica e Culturale BENESSER E - ASDC	1 referente progetto 30 ore anno (da verificare: insegnanti Isef o scienze motorie per i corsi, nel numero necessario (uno per corso per 8 ore al mese)		Attrezzatura sportiva: tappetini, piccoli attrezzi ecc.	1 referente progetto 30 ore anno (da verificare: insegnanti Isef o scienze motorie per i corsi, nel numero necessario (uno per corso per 8 ore al mese)		Attrezzatura sportiva: tappetini, piccoli attrezzi ecc.	1 referente progetto 30 ore anno (da verificare: insegnanti Isef o scienze motorie per i corsi, nel numero necessario (uno per corso per 8 ore al mese)		Attrezzatura sportiva: tappetini, piccoli attrezzi ecc.

Partner	Risorse 2010			Risorse 2011			Risorse 2012		
	umane	finanziarie	strumentali	umane	finanziarie	strumentali	umane	finanziari e	strumentali
TELEVITA-AMALIA	1 referente 4 ore mese		Centrale operativa orario 9-13 lunedì-venerdì, numero verde socialità Amalia per info e comunicazioni utili al progetto/servizio , software di gestione registrazione contatti, reportistica partecipazione corsi attivati ed eventuale registrazione di specifici follow up su indicazione operatori ASS	1 referente 4 ore mese		Centrale operativa orario 9-13 lunedì-venerdì, numero verde socialità Amalia per info e comunicazioni utili al progetto/servizio , software di gestione registrazione contatti, reportistica partecipazione corsi attivati ed eventuale registrazione di specifici follow up su indicazione operatori ASS	1 referente 4 ore mese		Centrale operativa orario 9-13 lunedì-venerdì, numero verde socialità Amalia per info e comunicazioni utili al progetto/servizio , software di gestione registrazione contatti, reportistica partecipazione corsi attivati ed eventuale registrazione di specifici follow up su indicazione operatori ASS e
Cooperativa Sociale DUEMILADI ECI onlus	Operatori, 4 ore mese		Sala convegni da 100 posti per l'eventuale formazione dei	Operatori 4 ore mese		Sala convegni da 100 posti per l'eventuale formazione dei	Operatori 4 ore mese		Sala convegni da 100 posti per l'eventuale formazione dei

Partner	Risorse 2010			Risorse 2011			Risorse 2012		
	umane	finanziarie	strumentali	umane	finanziarie	strumentali	umane	finanziarie	strumentali
			neopensionati volontari, volantinaggio  Eventuali collaborazioni per servizi di ristoro alle giornate di formazione			neopensionati volontari, volantinaggio  Eventuali collaborazioni per servizi di ristoro alle giornate di formazione			neopensionati volontari, volantinaggio  Eventuali collaborazioni per servizi di ristoro alle giornate di formazione
UNI.VOL. - Università del Volontariato	4 ore mese per organizzazione e corsi di formazione psico - sociologica di preparazione al volontariato e stage presso associazioni di volontariato			4 ore mese per organizzazione corsi di formazione psico - sociologica di preparazione al volontariato e stage presso associazioni di volontariato			4 ore mese per organizzazione corsi di formazione psico - sociologica di preparazione al volontariato e stage presso associazioni di volontariato		
Associazione NISSE	1 referente per il progetto per 4 ore mensili			1 referente progetto (indicativamente 4 ore mensili)			1 referente progetto (indicativamente 4 ore mensili)		
COOP La Quercia	1 operatore 2 ore mese (monte ore		Offre possibilità di spazi presso Centro in...	1 operatore 2 ore mese (monte ore		Offre possibilità di spazi presso Centro in...	1 operatore 2 ore mese (monte ore		Offre possibilità di spazi presso

Partner	Risorse 2010			Risorse 2011			Risorse 2012		
	umane	finanziarie	strumentali	umane	finanziarie	strumentali	umane	finanziarie	strumentali
	deciso sulla richiesta degli spazi)		contrada (via del Ponzanino 16) Ludoteca Scoobydoo via delle cave 55 in orari da definire	deciso sulla richiesta degli spazi)		contrada (via del Ponzanino 16) Ludoteca Scoobydoo via delle cave 55 in orari da definire	deciso sulla richiesta degli spazi)		Centro in... contrada (via del Ponzanino 16) Ludoteca Scoobydoo via delle cave 55 in orari da definire