

**SCHEDA B – PROGETTO DI UTILITA' SOCIALE (Capo II del Regolamento)**

<b>DESCRIZIONE SINTETICA DEL PROGETTO</b>	
<b>Titolo del progetto</b>	Ute: muoviamoci in sicurezza.
<p><b>Descrizione sintetica del progetto, obiettivi perseguiti e destinatari</b> (massimo una facciata): descrivere il contesto in cui verrà realizzato il progetto, la sua ricaduta, i risultati attesi, le attività previste, la metodologia impiegata, gli obiettivi in relazione alle finalità perseguite, i destinatari cui è rivolto.</p> <p>La sintesi del progetto che viene richiesta sarà pubblicata, nel caso di concessione del contributo, sul sito internet della Regione FVG per le finalità di cui al Decreto Legislativo 14 marzo 2013, n. 33 e s.m.i., in merito agli obblighi di trasparenza "Amministrazione trasparente".</p>	<p><b>Contesto:</b> Le attività previste si collocano nel contesto post Covid 19 e hanno come territorio di riferimento tutto il patrimonio umano di alcune UTE che rappresentano aree diverse del territorio regionale.</p> <p><b>Obiettivi:</b> Si intendono organizzare prevalentemente attività di tipo motorio, sia all'aria aperta, se le condizioni atmosferiche lo consentono, sia all'interno, ma in questo caso riteniamo di dover procedere per piccoli gruppi, in quanto le persone hanno bisogno di muoversi e reincontrarsi dopo questo periodo di quarantena e conseguente isolamento forzato, ma anche di recuperare condizioni fisiche. Dal punto di vista psicologico, inoltre avendo vissuto la crisi che tutti conosciamo e che ha colpito in modo particolare il mondo degli anziani, si avverte la necessità da parte dei nostri utenti di ricevere rassicurazioni sulle condizioni di attuazione delle iniziative e di assoluta garanzia del rispetto del distanziamento interpersonale. Il nostro obiettivo primario è sempre stato quello di contrastare il fenomeno della solitudine, che è divenuta ora emergenza allarmante, come testimoniano anche le tante richieste di informazioni per il riavvio delle attività che ci pervengono in questi giorni.</p> <p><b>Ricaduta:</b> Ci immaginiamo pertanto una forte ricaduta a livello di interesse e di partecipazione a queste nostre proposte. Queste attività saranno anticipate da lezioni introduttive in cui si forniranno da un lato le linee precauzionali da osservare per contenere la diffusione di patogeni e dall'altro lato si illustrerà l'azione positiva di un movimento dolce e controllato adeguato all'età avanzata sul mantenimento di una buona condizione fisica.</p> <p><b>Risultati attesi:</b> I risultati concreti ottenuti dai servizi messi in atto dal progetto, sul piano qualitativo fanno riferimento ai seguenti dati, che saranno rilevati tramite i questionari di autovalutazione: 1) il miglioramento della percezione delle condizioni di salute generale in almeno l'80% dei partecipanti rispondenti; 2) il miglioramento della consapevolezza delle buone prassi di contenimento dei patogeni proposte dalle conferenze in almeno l'80% dei rispondenti; 3) la manifestazione di interesse a ripetere le esperienze e/o a partecipare a nuove attività, incontri ed iniziative sui temi proposti nella maggioranza dei rispondenti; 4) la registrazione di un buon gradimento delle attività proposte e di un incremento delle relazioni personali e sociali.</p> <p><b>Metodologia:</b> L'intero progetto consiste, nella sua maggioranza, di attività modulari che si rivolgono a piccoli gruppi e che richiedono ambienti senza strutture tecniche complesse, quindi facilmente riproducibili in altre sedi, e che si avvalgono di professionisti radicati sul territorio e mobilitati da associazioni diverse (UTE e partner). I professionisti impegnati nell'erogazione delle attività sono disponibili a collaborare con altre APS per trasferire e replicare le esperienze, anche presso soggetti terzi rispetto all'UTE. I corsi e le attività motorie, si prestano senza dubbio a percorsi di sviluppo nelle diverse sedi, potendo facilmente organizzare corsi ulteriori che riprendano da dove i primi sono finiti.</p> <p><b>Attività previste:</b> Conferenze informative sui corretti stili di vita e sui comportamenti per prevenire la diffusione di epidemie, Ginnastica dolce, Yoga, Nordic walking, danza Nia, Pilates, Acquagym...</p> <p><b>Destinatari:</b> Considerate le esperienze precedenti possiamo stimare la partecipazione di oltre 400 persone, la maggioranza delle quali over-65.</p>