

PROGETTO DI UTILITÀ SOCIALE

Ute: muoviamoci in sicurezza Parte seconda

Contesto: I lunghi periodi di isolamento, l'interruzione dei rapporti tra conoscenti, amici e parenti determinati dalle normative per il contenimento della pandemia hanno aggravato la solitudine, in particolare delle persone anziane, determinando insicurezza, chiusura ed indebolimento delle condizioni fisiche, psicologiche e relazionali. Le attività previste si collocano in tale contesto post Covid 19 e hanno come territorio di riferimento tutto il patrimonio umano di alcune UTE che rappresentano aree diverse di ben tre province della nostra regione.

Obiettivi: Per recuperare una migliore condizione fisica gravemente compromessa dal reiterato isolamento forzato dovuto alle diverse fasi della pandemia, riprendendo alcune esperienze del 2020 purtroppo frammentarie per i ripetuti look down, si intendono organizzare attività di tipo motorio sia all'aria aperta, se le condizioni climatiche lo consentono, sia all'interno, in piccoli gruppi adeguati alle necessarie misure prudenziali diverse per ogni spazio individuato. Dopo la quarantena le persone hanno bisogno di muoversi con esercizi che con gradualità e prudenza interessino ogni parte del corpo per recuperare condizioni fisiche equilibrate per il mantenimento in salute ma anche di reincontrarsi e recuperare le diverse modalità comunicative del linguaggio anche del corpo. Dal punto di vista psicologico, inoltre tutti, ed in particolare gli anziani soli debbono recuperare sicurezza in se stessi e nelle relazioni amicali e sociali; il compito che ci proponiamo non è soltanto di garantire la piena sicurezza sulle condizioni di attuazione delle iniziative ma di far recuperare attraverso le attività appositamente predisposte (counseling, approfondimenti su tematiche psicologiche e comunicative) una dimensione relazionale. Il nostro obiettivo primario infatti è sempre stato quello di contrastare il fenomeno della solitudine, divenuto vera emergenza sociale. Il contributo dell'Associazione "per l'educando Uccellis APS" consentirà di giovare anche di rapporti intergenerazionali.

Ricaduta: Ci immaginiamo pertanto una significativa ricaduta a livello di interesse e di partecipazione a queste nostre proposte. Queste attività saranno anticipate da lezioni introduttive in cui si forniranno ad un lato le linee precauzionali da osservare per contenere la diffusione di patogeni e dall'altro si illustrerà l'azione positiva di un movimento dolce e controllato adeguato all'età avanzata sul mantenimento di una buona condizione fisica.

Risultati attesi: 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 il 70% dei partecipanti rispondenti; 2) il miglioramento della consapevolezza delle buone prassi di contenimento dei patogeni proposte dalle conferenze in almeno il 70% 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.

Metodologia: 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 alle UTE interessate. I corsi e le attività motorie, così come le attività di counseling e supporto psicologico si prestano senza dubbio a percorsi di sviluppo nelle diverse sedi, potendo facilmente organizzare corsi ulteriori che riprendano da dove i primi sono finiti.

Attività previste: Conferenze informative sui corretti stili di vita per mantenersi in salute, prevenendo la diffusione di epidemie ma anche mantenendosi attivi nel corpo e nello spirito con camminate alla riscoperta del territorio, corsi di Ginnastica Dolce, riabilitativa, Yoga, Nordic Walking, danza Nia, Pilates, se possibile Aquagym ma anche attività di counseling e approfondimenti teorici su tematiche comunicative e relazionali per recuperare autostima e riaprirsi ai rapporti.

DESCRIZIONE SINTETICA DEL PROGETTO

<u>Titolo del progetto</u>	
-----------------------------------	--

<p><u>Descrizione sintetica del progetto, obiettivi perseguiti e destinatari</u> (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>FINALITÀ</p> <p>Barrare una o più finalità di cui all’articolo 19, comma 2, della legge regionale 23/2012</p>	<input type="checkbox"/> sostenere le attività di carattere culturale, educativo, di ricerca e formazione
	<input type="checkbox"/> favorire la tutela e lo sviluppo delle risorse ambientali e naturali del territorio
	<input type="checkbox"/> sviluppare il turismo sociale, le tradizioni e culture popolari e la pratica sportiva
	<input type="checkbox"/> promuovere la qualità della vita e il benessere sociale

elencate a fianco a cui si riferiscono gli obiettivi del progetto	<input type="checkbox"/>	garantire la tutela dei diritti dei consumatori
	<input type="checkbox"/>	favorire le iniziative di carattere innovativo
	<input type="checkbox"/>	sostenere le attività di carattere sociale e di tutela dei diritti civili secondo i principi di non discriminazione e pari opportunità
	<input type="checkbox"/>	favorire iniziative di coinvolgimento di cittadini anziani per la promozione di interventi a favore dell'invecchiamento attivo
DURATA (il progetto deve comportare un impegno organizzativo non inferiore a 3 mesi e non superiore a 12 mesi)	n. mesi: 11/10 dal 1/10/21 al 31/8/22 – 31/7/22	
ESTENSIONE TERRITORIALE (barrare a fianco la crocetta corrispondente)	<input type="checkbox"/> progetto proposto nell'ambito di almeno 3 comuni	Indicare il Comune o i Comuni
	<input type="checkbox"/> progetto proposto nell'ambito di almeno 5 comuni, localizzati in almeno 2 aree territoriali	Indicare i Comuni
	<input type="checkbox"/> progetto proposto nell'ambito di almeno 7 comuni localizzati in almeno 4 aree territoriali	Indicare i Comuni
COINVOLGIMENTO DEL PARTENARIATO ISTITUZIONALE PUBBLICO	<input type="checkbox"/> nessuna convenzione con soggetti istituzionali pubblici <input type="checkbox"/> Xconvenzione con almeno un soggetto istituzionale pubblico <input type="checkbox"/> convenzioni con più di un soggetto istituzionale pubblico Specificare i riferimenti convenzione/i: stipulata in data con Ente/i (non è necessario allegare la convenzione o le convenzioni alla domanda di contributo ma la documentazione deve essere tenuta a disposizione presso la sede dell'Associazione richiedente il contributo per eventuali controlli)	
NUMERO ASSOCIATI DIRETTAMENTE COINVOLTI	N. 300 associati <u>direttamente</u> coinvolti nell'organizzazione e realizzazione del progetto (Attenzione: l'elenco nominativo degli associati coinvolti nel progetto, con indicazione del tempo dedicato all'intervento specificato in ore complessive e l'attività svolta, deve essere tenuto a disposizione presso la sede dell'Associazione richiedente il contributo per eventuali controlli)	

PIANO ECONOMICO DEL PROGETTO DI UTILITA' SOCIALE

(Costo totale del progetto (A) € 14.450)

<u>SPESE AMMISSIBILI</u>	IMPORTO (in Euro)	<u>ENTRATE</u>	IMPORTO (in Euro)
Compensi a professionisti esterni e agli associati per prestazioni di servizi (art. 7, comma 2, lett. a) regolamento)	4.300 (max 30% di A)	Importo del contributo regionale richiesto (massimo 80% spesa ammessa) (art. 2, comma 1, lett. e) Regolamento)	10.000 (max 80% di A – B)
Spese di viaggio, vitto e alloggio nel territorio regionale degli associati coinvolti nel progetto (art. 7, comma 2, lett. b) regolamento)	500		
Spese di affitto, sale e noleggio di materiali e attrezzature (art. 7, comma 2, lett. c) regolamento)	6.850/6.450		
Spese per produzione e divulgazione di materiale informativo e promozionale (art. 7, comma 2, lett. d) regolamento)	500 (max 10% di A)	Altri contributi pubblici/privati (specificare) _____	(B)
Spese per cancelleria, tipografiche, postali, beni consumabili (art. 7, comma 2, lett. e) regolamento)	1.000/1.400 (max 10% di A)		
Spese per il personale dell'associazione coinvolto nel progetto (art. 7, comma 2, lett. f) regolamento)	1.000 (max 30% di A)	Fondi propri	4500
Spese per assicurazione stipulata per il progetto e relativa ai soli associati (art. 7, comma 2, lett. g) regolamento)	300		

COSTO TOTALE PROGETTO*	= EURO (A) 14.450	ENTRATE TOTALI PROGETTO	= EURO (A) 14.450
-------------------------------	----------------------	--------------------------------	----------------------

* Il costo del progetto deve risultare **pari** al totale delle voci di spesa indicate, ed essere altresì **pari** al totale delle entrate riportate nella colonna di destra

I costi sono riconosciuti entro i seguenti limiti:

- max 80,00 euro lordi orari o 400,00 euro lordi per giornata intera (6-8 ore) per prestazioni di professionisti (esterni o associati);
- max 20,00 euro a pasto, max 80,00 euro a pernottamento e di 1/5 del costo di un litro di benzina per km percorso solo per gli associati.

Luogo e data

TIMBRO

firma leggibile del legale rappresentante o del
soggetto legittimato