

**MODELLO
B****“Avviso pubblico per la selezione di progetti, attività ed iniziative innovative in
favore dell’invecchiamento attivo”****SCHEDA DI PROGETTO****– Titolo del progetto**ATTIVAMENTE ANZIANI 2^a edizione**– Denominazione dell’Ente capofila**

COMUNE di CUNEO

– Esigenze e bisogni individuati e rilevati a livello territoriale

La prima edizione del progetto Attivamente Anziani ha permesso di gettare le basi per la strutturazione di attività e gruppi di referenti attivi rivolti al benessere delle persone anziane sul territorio di Cuneo. C’è stata infatti la possibilità di avviare e sperimentare gruppi di anziani attivi a partire dai Centri di incontri comunali: cinque i quartieri della città coinvolti con i rispettivi spazi di socialità. La fotografia dei centri di incontri prima del progetto “Attivamente Anziani” 2023/2024 era di spazi frequentati da gruppi di anziani prevalentemente concentrati sull’attività del gioco delle carte e quindi in una porzione di tempo limitata durante la settimana. Attraverso il progetto si sono attivati due gruppi di anziani attivi, in parte già frequentatori dei Centri di incontri, ma per la maggior parte nuovi fruitori attirati dalla possibilità di portare idee e innovazione negli spazi di socialità per anziani. In quattro Centri di incontro su cinque si sono formati gruppi di anziani attivi dai quali sono emerse, con la facilitazione e l’accompagnamento dell’educatrice, numerose iniziative di ricaduta per i loro pari e per altri target generazionali: caffè letterari, visite guidate alla Specola, passeggiate fotografiche, laboratori sul tema della natura e dei viaggi nelle scuole dell’infanzia e primarie. Di forte rilievo è stata la necessità di replicare alcuni appuntamenti più volte, per permettere alle numerose persone interessate di partecipare alle attività.

Altro elemento non previsto in fase progettuale ma che è emerso dalla propositività di alcuni anziani è la creazione di sportelli informativi per i servizi dedicati alle persone anziane: tale spazio è nato su disponibilità di alcuni over 65 che, per una volta a settimana, presidiano i centri di incontro dando informazioni relative alle attività o indirizzando l’anziano “disorientato” ad altri servizi istituzionali per rispondere a bisogni specifici (disbrigo pratiche sanitarie, pratiche attraverso lo sportello digitale, ecc).

L’accoglienza di queste prime iniziative da parte della popolazione anziana locale è quindi stata molto positiva, come si riscontra dall’aumento progressivo delle partecipazioni alle diverse attività proposte e la costituzione di nuovi gruppi. Inoltre, le valutazioni di gradimento raccolte e le attività di co-valutazione realizzate esplicitano tale soddisfazione verso il progetto anche per le numerose richieste di prosecuzione.

Benessere fisico e mentale si fondono con l’esigenza di aggregazione, in un momento in cui la ripresa di iniziative dedicate alla comunità anziana fa ancora fatica a ripartire dopo la lunga interruzione del Covid. L’apprezzamento e l’aspettativa di prosecuzione è stata inoltre espressa da soggetti di altre fasce di età che hanno a loro volta beneficiato delle attività intergenerazionali, come gli studenti delle scuole del territorio.

Di fronte a questo movimento di over 65 che sono stati attivati al fine di rivitalizzare i centri di incontro e proporre nuove iniziative, si riporta la necessità di dare continuità a tale processo per l'anno 2024/2025, per rispondere alle aspettative espresse di ulteriore strutturazione delle attività e di consolidamento dei gruppi di referenti che si sono creati. I gruppi di anziani attivi necessitano di figure educative che facilitino la relazione tra loro e l'organizzazione delle attività, per poter continuare a tenere viva l'offerta per gli over 65 nella città e per sviluppare nuove iniziative, alcune delle quali proposte direttamente dagli stessi gruppi.

La nuova proposta di progetto, quindi, ha l'obiettivo di consolidare e sviluppare ulteriormente questo processo partecipato e di empowerment, in modo da strutturare realtà di riferimento permanenti dedicate alla popolazione anziana di Cuneo.

La popolazione anziana residente nella città di Cuneo è numericamente consistente (14.569 over 65enni pari al 26% del totale residenti – Fonte: Istat 2023), di cui 9.733 nella fascia di età 65-79 anni, a cui il progetto si rivolge prioritariamente, spostando una logica promozionale e preventiva.

L'osservatorio partecipato dal Comune e dal terzo settore dedicato alla terza età ha individuato i seguenti bisogni a cui dare risposta con la presente edizione di progetto:

- incontro e socialità intra-generazionale, attraverso il rilancio dei Centri di Incontro Comunali e il supporto dei gruppi di “anziani attivi” presenti e da attivare;
- riconoscimento sociale e “messa in gioco” delle competenze della popolazione anziana attraverso il consolidamento del Servizio Civico Volontario;
- dialogo intergenerazionale fra anziani e nuove generazioni, valorizzando saperi ed esperienze di entrambi;
- utilizzo consapevole e proficuo delle nuove tecnologie digitali nella propria quotidianità;
- mantenimento del benessere e delle capacità fisiche e cognitive degli anziani, specie quelli più fragili, attraverso un ampliamento della partecipazione alle attività motorie, culturali e sociali.

- Obiettivo di carattere generale fissato dal Piano per l'invecchiamento attivo

- ☐ OB. 1: Assicurare opportunità di apprendimento e aggiornamento lungo tutto l'arco della vita
- ☐ OB. 2: Sostenere e promuovere la salute attraverso l'adozione di stili di vita sani, stimolare l'attività fisica e contrastare la sedentarietà

X OB. 3: Stimolare la partecipazione e l'impegno civico della popolazione anziana

- ☐ OB. 4: Favorire la vita indipendente e la sicurezza
- ☐ OB. 5: garantire la mobilità autonoma con servizi accessibili ed adeguati
- ☐ OB. 6: favorire l'accesso e la fruizione culturale
- ☐ OB. 7: sostenere e promuovere il permanere a domicilio della persona anziana ed il lavoro di cura dei familiari.

- Dettaglio delle singole attività previste per il raggiungimento dell'obiettivo scelto

1. GRUPPI DI ANZIANI ATTIVI

Descrizione attività

Con la seconda edizione di Attivamente Anziani, si intende dare continuità ai due gruppi di anziani attivi aggregatisi in appoggio a 4 Centri di Incontro Comunali di quartiere (Cerialdo e Confreria da un lato, San Paolo e San Rocco Castagnaretta dall'altro) e attivare 1 nuovo gruppo presso il quartiere Cuneo Storica. Facendo leva sulla metodologia peer support, il progetto proseguirà l'opera di divulgazione, intercettazione e ingaggio di nuove persone interessate ad "animare" la vita dei Centri di incontri e dei quartieri limitrofi. L'educatrice referente curerà l'integrazione dei nuovi componenti all'interno dei gruppi, promuovendo la formulazione di nuove idee e valorizzando le competenze di tutte e di tutti per arricchire ulteriormente l'offerta di iniziative civiche sul territorio comunale.

Gli anziani attivi, in quanto vicini ai bisogni e alle sensibilità dei loro pari, saranno dunque i veri protagonisti del progetto, ideando e realizzando iniziative rivolte alla popolazione anziana residente e, in alcuni casi, all'intera comunità territoriale. I Gruppi coinvolgeranno, di volta in volta, i diversi attori della comunità, quali, a titolo esemplificativo e non esaustivo, i plessi delle Scuole d'Infanzia, Primarie e Secondarie di primo grado, le Forze dell'Ordine, la rete delle biblioteche civiche, ecc. A partire da quanto raccolto ed espresso dai Gruppi esistenti, il progetto intende dare proseguo ad alcune azioni specifiche nate dalla propositività degli anziani e che hanno avuto un ottimo successo:

- il Caffè letterario: appuntamento a cadenza settimanale per chiacchierare e socializzare tra over 65enni, con la facilitazione di un'educatrice professionale;
- lo Sportello amico, condotto da un anziano con la supervisione di un'educatrice professionale, per raccogliere necessità e desiderata da parte degli anziani, divulgare iniziative e indirizzare a servizi istituzionali per bisogni specifici (es. sportello di facilitazione digitale o altri);
- le attività intergenerazionali: incontri e spazi-tempo di scambio e dialogo tra gli over 65enni e i bambini delle scuole del territorio su passioni, mestieri, giochi e viaggi itineranti.

Inoltre, per incentivare ulteriormente la partecipazione degli over 65enni, si proporranno incontri a tema, su proposta degli anziani dei gruppi attivi, con il coinvolgimento di professionisti esterni. I temi saranno individuati dagli anziani ma verteranno su aspetti legati all'attivazione e al benessere nella terza età. Questa azione sarà utile per animare anche il quartiere in cui si sono incontrate maggiori difficoltà di coinvolgimento, ovvero Cuneo Storica, un'area in cui il numero di anziani è consistente ma manca il senso di appartenenza al quartiere e ai suoi luoghi di ritrovo (il centro di incontri comunale risulta infatti poco frequentato anche perché poco conosciuto).

Infine, quale momento a forte valenza aggregativa, gli anziani attivi hanno espresso il desiderio di organizzare una gita culturale "fuori porta", offrendone la partecipazione a tutti gli anziani residenti nei quartieri su cui incidono le loro azioni. Per tale ragione, si prevede la realizzazione di una visita culturale / artistica, che verrà definita da parte dei tre gruppi di anziani attivi congiuntamente.

Destinatari

X Tipologia:

- a) destinatari diretti sono i cittadini interessati e disponibili a partecipare ai Gruppi di Anziani Attivi

- b) destinatari indiretti sono tutti gli anziani over 65 anni e i cittadini del territorio che beneficeranno delle iniziative realizzate grazie al protagonismo e al coinvolgimento dei primi

X Numero e fascia anagrafica

- a) 10 Anziani attivi per ogni Gruppo (totale 30) – fascia di età: 65-80 anni;
b) 25 Anziani per ogni Centro d'incontro (totale 125) – fascia di età 70-85 anni; 50 alunni per ognuno dei 3 Gruppi attivati – fascia 3- 14 anni (totale 150)

X Modalità per la loro individuazione

Nei quartieri in cui risulta già attivo un Gruppo promotore, si prevede un'azione divulgativa mirata, tramite un incontro pubblico per "reclutare" nuovi cittadini interessati e tramite il passaparola agito dai senior del gruppo. Per il quartiere Cuneo Storica, in cui si intende promuovere la creazione di un nuovo gruppo, si prevede invece una divulgazione più capillare, tramite il presidio degli spazi di vita frequentati dai potenziali anziani attivi (mercati rionali, servizi pubblici, parrocchie, uscita dalle scuole, ecc.).

Tempi di realizzazione

L'azione si articola nelle seguenti fasi consecutive:

- reclutamento di nuovi anziani attivi per rinforzare i gruppi esistenti e creare il nuovo gruppo;
- formazione / integrazione dei nuovi partecipanti al gruppo;
- co-progettazione delle iniziative civiche ed educative di quartiere;
- programmazione e realizzazione delle iniziative di quartiere;
- valutazione delle iniziative e della loro replicabilità.

Ambito territoriale coinvolto

Cinque quartieri di Cuneo (1° gruppo: Cerialdo e Confreria; 2° gruppo: San Paolo e San Rocco Castagnaretta; 3° gruppo: Cuneo Storica) in cui sono collocati i rispettivi Centri di Incontro comunali.

Ruolo di ciascun partner

Il Comune di Cuneo svolgerà la funzione di coordinamento generale dell'azione e di mediazione con i soggetti gestori e frequentatori dei Centri di Incontro, nonché di coinvolgimento degli Istituti Scolastici nelle iniziative civiche. La cooperativa sociale Emmanuele incaricherà un'educatrice professionale che si occuperà di:

- ampliare e formare i 3 gruppi di Anziani Attivi
- accompagnare, durante il periodo di progetto, i 3 gruppi di Anziani Attivi
- supportarli nell'organizzazione di iniziative civiche ed educative di quartiere.

Risultati attesi

1. Aumento della frequentazione dei Centri di Incontro da parte della popolazione anziana: + 20%
2. Realizzazione di almeno 2 iniziative culturali / aggregative all'interno di ognuno dei 3 Centri di Incontro, (caffè letterario e sportello amico)
3. Realizzazione di almeno 2 iniziative intergenerazionali (trasmissione mestieri, giochi e tradizioni; racconto di viaggi, ecc.), a cura degli Anziani Attivi, in ognuno dei 3 quartieri;

Strumenti o indicatori di valutazione

Oltre al monitoraggio quantitativo realizzato tramite i registri e il diario di attività, gli anziani attivi e alcuni beneficiari delle iniziative civiche da essi realizzati, verranno coinvolti nella Ricerca-Azione (si veda l'azione 5).

Collegamento con altre progettualità già attivate sul territorio

Si integra con il *Sistema Infanzia* promosso dal Comune di Cuneo, in quanto potenzia l'offerta educativa di attività rivolte ai bambini tramite: presentazione di antichi mestieri e di antichi giochi, racconti e letture legati

alla storia del territorio, visite di orti e giardini, ecc. Tale sistema prevede la collaborazione di tutti i servizi e delle scuole per l'infanzia statali e paritarie, al fine di offrire iniziative e servizi integrativi ai bambini e alle loro famiglie e promuovere in generale una cultura attenta ai bisogni dell'infanzia. Inoltre, si collegherà con i progetti scolastici degli Istituti Comprensivi cittadini che prevedono un ampliamento dell'offerta educativa (incontri intergenerazionali, ecc.).

Risorse umane destinate all'attività

	Numero di ore dedicate al progetto	Qualifica	Tipo attività che verrà svolta	Ente di appartenenza
1	60	Educatore	Reclutamento e formazione dei gruppi di Anziani Attivi	Emmanuele s.c.s.
2	210	Educatore	Accompagnamento dei gruppi di Anziani Attivi	Emmanuele s.c.s.
3	90	Educatore	Supporto all'organizzazione di iniziative civiche ed educative	Emmanuele s.c.s.

Risorse tecniche e strumentali necessarie per l'attuazione dell'attività

Si prevede l'acquisto di materiale di consumo per la realizzazione delle iniziative educative e civiche di quartiere, quale cancelleria, stampa foto o piccole attrezzature necessarie. Inoltre, si prevede l'acquisizione di servizi esterni finalizzati alla realizzazione di incontri pubblici tematici su benessere e cultura e alla realizzazione di una gita culturale fuori porta.

Costi presunti

11.960,00 euro

2. SERVIZIO CIVICO VOLONTARIO

Descrizione attività

Durante la prima edizione, il numero di volontari del servizio civico della Città di Cuneo è raddoppiato. Tale risultato è stato possibile grazie al lavoro di divulgazione e di tutoraggio svolto dall'Educatrice di progetto che ha presentato tale opportunità civica nei diversi quartieri cittadini, accompagnando poi i partecipanti nel loro servizio. Pertanto, si ritiene opportuno consolidare tale esperienza proseguendo l'attività di monitoraggio degli attuali volontari del Servizio Civico e lanciando una nuova campagna di "reclutamento" di nuovi volontari alla partecipazione attiva alla vita della città. Oltre alle aree tematiche ad oggi proposte:

- ambientale: cura del verde nei parchi e giardini della città e delle frazioni;
- socio-educativo: attività di socializzazione e piccoli laboratori nelle case di riposo per anziani; attività di trasmissione di antichi mestieri e saperi alle nuove generazioni;
- storico/turistico: visite guidate alla città, sorveglianza presso mostre cittadine, accompagnamento di gruppi e scolaresche;

si intende ampliare il coinvolgimento dei volontari del Servizio Civico in nuovi settori, come l'attività informativa presso specifici servizi indirizzati al cittadino (si veda l'esperienza degli sportelli informali attivati dai Gruppi di Anziani Attivi) e la cura e manutenzione dell'arredo urbano.

Con gli anziani iscritti al Servizio Civico, verrà attivata un'azione di tutoraggio periodico dei gruppi coinvolti nei 4 ambiti con la funzione di accompagnare e sostenere l'esperienza e il ruolo attivo dei partecipanti. Tale tutoraggio consente agli anziani di rileggere e di valorizzare la propria esperienza civica e al contempo di affrontare, in un contesto collettivo e guidato, i nodi critici incontrati nel proprio servizio, migliorando la gratificazione personale e il senso di presenza al servizio svolto.

Inoltre, al fine di dare il più ampio risalto possibile al Servizio Civico, si prevede la stampa di materiale informativo e divulgativo (locandine e flyers) da apporre nei locali di più elevata frequentazione da parte della popolazione anziana (mercati rionali, teatro e cinema comunale, università terza età, ecc.).

Destinatari

- X Tipologia: anziani disponibili a impegnare il proprio tempo in maniera continuativa a favore di iniziative civiche
- X Numero e fascia anagrafica: 75 anziani over 65enni aderenti al Servizio Civico Volontario
- X Modalità per la loro individuazione: divulgazione a livello cittadino (comunicati stampa; incontro cittadino in collaborazione con l'Università della Terza Età, diffusione di flyers e locandine nei luoghi di frequentazione da parte della popolazione anziana) che di quartiere (Incontri pubblici di presentazione del Servizio Civico Volontario nei Centri di incontro Comunali).

Tempi di realizzazione

L'azione si sviluppa per l'intera durata di progetto, prevedendo un tutoraggio a cadenza trimestrale. Le attività di servizio civico saranno temporalmente collocate sulla base dell'incrocio fra programmazione delle attività civiche comunali e le disponibilità espresse da parte degli anziani aderenti.

Ambito territoriale coinvolto

Coinvolge l'intero territorio comunale (altipiano e frazioni) e tutti gli ambiti di competenza del Servizio Civico Volontario. Per quanto riguarda l'ambito socio-educativo, verranno in particolare coinvolti i 5 Istituti Comprensivi Cittadini (Cuneo Corso Soleri, Cuneo Via Sobrero, Cuneo Viale Angeli, Cuneo Oltrestura, Cuneo

Borgo San Giuseppe) e i rispettivi gradi scolastici in essi presenti (Scuola d'Infanzia, Scuola Primaria, Scuola Secondaria di primo grado) per iniziative legate al mantenimento di aree verdi e dell'arredo urbano.

Ruolo di ciascun partner

Il Comune di Cuneo svolgerà un ruolo di coordinamento dell'azione e di inserimento dei nuovi "volontari" all'interno del Servizio Civico. La funzionaria del Settore Socio-educativo si interfacerà con gli altri settori comunali (in particolare con Cultura e Ambiente) per l'individuazione di attività confacenti alle disponibilità e competenze dei volontari. La cooperativa sociale Emmanuele si occuperà dell'azione di divulgazione del Servizio Civico sul territorio comunale e del tutoraggio continuativo degli anziani coinvolti, tramite una propria figura educativa con esperienza nell'accompagnamento di gruppi di cittadini attivi.

Risultati attesi

1. Incremento del numero di Volontari Civici + 50% (valore di partenza: 50)
2. Ampliamento delle attività previste dal Servizio Civico Volontario, in particolare in campo di cura dell'arredo urbano: + 1 settore di attività
3. Miglioramento della soddisfazione e del senso di utilità del proprio servizio da parte dei Volontari Civici.

Strumenti o indicatori di valutazione

Oltre al monitoraggio realizzato tramite la strutturazione di un registro delle attività realizzate dai Volontari Civici, gli Anziani ingaggiati nel Servizio saranno coinvolti nella survey di ricerca-azione (vedasi azione 5) al fine di rilevare le informazioni qualitative di processo utili a comprendere come favorire l'adesione e la permanenza di questo target nel Servizio Civico Volontario.

Collegamento con altre progettualità già attivate sul territorio

L'Azione 2 si integra con tutti i progetti Comunali di promozione del territorio e di valorizzazione del civismo, quali *Cuneo Città Alpina*, *Lungo le vie dell'Acqua*, candidatura a *Capitale Italiana del Libro*, manifestazione *Scrittori in città*, ecc.

Risorse umane destinate all'attività

	Numero di ore dedicate al progetto	Qualifica	Tipo attività che verrà svolta	Ente di appartenenza
1	100	Funzionario Comunale Area Anziani	Attivazione dei Servizi Civici volontari, in raccordo con i diversi Settori Comunali	Comune di Cuneo
2	75	Educatore	Divulgazione a livello cittadino e nei Centri di Incontro	Emmanuele s.c.s.
3	25	Funzionario Comunale Ufficio Stampa	Comunicati stampa e piattaforme on line del Comune (sito e social)	Comune di Cuneo
4	80	Educatore	Tutoraggio periodico degli anziani coinvolti n	Emmanuele s.c.s.

Risorse tecniche e strumentali necessarie per l'attuazione dell'attività

Si prevedono attività di comunicazione e di promozione, quali grafica e stampa di flyers e locandine.

Costi presunti

7.371,00 euro

3. ALFABETIZZAZIONE DIGITALE

Descrizione attività

Nella seconda edizione di progetto, si intende dare continuità al lavoro di formazione digitale della popolazione anziana frequentante i Centri di Incontro Comunali, attraverso due azioni:

- *Incontri formativi di aggiornamento*, a rinforzo delle competenze già acquisite, a cura di esperti del web. Nella seconda edizione di progetto si prevedono 3 incontri di 2 ore cadauno nei 5 Centri di incontri comunali, finalizzati ad un upgrade sulle App utili a migliorare la qualità di vita degli anziani (comunicazione interpersonale, orientamento spaziale, sicurezza personale, ecc.). I temi verranno scelti, in ogni Centro, sulla base dei bisogni emersi durante il precedente ciclo di incontri. Tali incontri saranno condotti da tecnici esterni, intercettati dall'Associazione Digita Libera OdV.
- *Gruppo di confronto sulle Nuove Tecnologie digitali* e le loro applicazioni nella vita quotidiana, a cura di una figura educativa con funzioni di stimolazione culturale e di facilitazione del dialogo. Obiettivo di tale gruppo è di favorire una riflessione sull'impatto delle tecnologie digitali nella vita dei partecipanti, in direzione dell'acquisizione di una consapevolezza critica rispetto alle funzionalità utili e alle "ridondanze" del web che rischiano di sottrarre tempo ad ambiti ritenuti vitali dagli stessi. I gruppi verranno realizzati in 3 Centri di Incontro, valorizzando le interazioni e la prossimità geografica di alcuni di essi, come segue nell'elenco qui sotto riportato:
 - Cuneo Storica
 - San Paolo + San Rocco Castagnaretta
 - Cerialdo + Confreria

La continuità di tali gruppi (che potrebbero avere indicativamente una cadenza mensile) consente un accompagnamento degli anziani nel tempo rispetto a questa tematica che spesso resta di difficile comprensione, dando sostegno al percorso di alfabetizzazione digitale realizzata dai tecnici.

Inoltre, si intende dare continuità e sviluppo alla collaborazione con lo Sportello di Facilitazione Digitale del Consorzio Socioassistenziale del Cuneese con il quale sono stati realizzati degli appuntamenti di "sportello itinerante" nei diversi centri di incontro comunali al fine di favorire la conoscenza dei servizi dello Sportello in termini di facilitazione al disbrigo di pratiche documentali online.

Destinatari

- X Tipologia: anziani residenti nel territorio cittadino.
- X Numero e fascia anagrafica: 150 anziani over 65 anni (indicativamente 30 per ogni Centro di Incontro)
- X Modalità per la loro individuazione: azione divulgativa in collaborazione con i Centri di Incontro e i gruppi di Anziani Attivi esistenti. Gli incontri di aggiornamento digitale dedicati saranno ad accesso libero, mentre per partecipare ai gruppi di confronto sarà necessario iscriversi.

X

Tempi di realizzazione

L'Azione 3 si sviluppa per l'intera durata del progetto.

Ambito territoriale coinvolto

Cinque quartieri di Cuneo (1° gruppo: Cerialdo e Confreria; 2° gruppo: San Paolo e San Rocco Castagnaretta; 3° gruppo: Cuneo Storica) in cui sono collocati i rispettivi Centri di Incontro comunali.

Ruolo di ciascun partner

Il Comune di Cuneo svolgerà un ruolo di coordinamento generale dell'azione e di interfaccia con il Consorzio Socio Assistenziale del Cuneese (Rete di Servizi di facilitazione digitale) e con la Prefettura e le Forze dell'Ordine per quanto concerne l'azione preventiva delle truffe ai danni degli anziani.

La cooperativa sociale Emmanuele si occuperà della programmazione e divulgazione degli incontri di alfabetizzazione digitale all'interno dei Centri di Incontro, nonché della conduzione dei tre gruppi di confronto.

Risultati attesi

1. Rinforzare le competenze digitali nella popolazione anziana nell'acquisire informazioni online, conoscere il funzionamento dei social e dei servizi di messaggistica, produrre contenuti di base, gestire i propri dati in sicurezza, conoscere e utilizzare app utili per la propria vita quotidiana.
2. Facilitare l'accesso, da parte della popolazione anziana, agli Sportelli di Facilitazione Digitale per il disbrigo di pratiche online
3. Favorire un confronto relativo alle possibilità di utilizzo delle nuove tecnologie digitali e delle relative app, riflettendo in modo critico e condiviso sulle funzionalità e sulla pervasività delle stesse.

Strumenti o indicatori di valutazione

Oltre al monitoraggio tramite la redazione di registri di attività da parte degli operatori referenti delle azioni, gli Anziani partecipanti ai Gruppi di confronto saranno coinvolti nella survey di ricerca-azione (vedasi azione 5) al fine di rilevare informazioni qualitative relative agli apprendimenti e ai bisogni informativi e di riflessione a cui il progetto ha potuto rispondere.

Collegamento con altre progettualità già attivate sul territorio

Si prevede uno stretto collegamento con il *PNRR: Rete di servizi di facilitazione digitale*, che ha permesso al Consorzio Socio-Assistenziale (partner di progetto) di attivare una rete di Sportelli di facilitazione digitale per tutti i cittadini, a cui gli anziani possono accedere per risolvere problemi tecnici legati a pratiche online, la navigazione sicura, la gestione dei dati personali, ecc.

Inoltre, proseguirà l'interfaccia con il Progetto di prevenzione e contrasto delle truffe ai danni degli anziani, implementata dal Comune di Cuneo in collaborazione con la Prefettura di Cuneo 2023 e del 2024. Attivamente Anziani usufruirà dunque del materiale comunicativo e divulgativo (locandine, video-spot e totem) prodotto dal progetto Anti-truffa per diffondere gli atteggiamenti utili alla prevenzione di truffe.

Risorse umane destinate all'attività

	Numero di ore dedicate al progetto	Qualifica	Tipo attività che verrà svolta	Ente di appartenenza
1	40	Educatore	Programmazione e divulgazione incontri di alfabetizzazione digitale	Emmanuele s.c.s.
2	90	Educatore	Gruppo di confronto sulle N.T.D.	Emmanuele s.c.s.

Risorse tecniche e strumentali necessarie per l'attuazione dell'attività

Si prevede l'acquisizione di Servizi Esterni per la realizzazione degli incontri di alfabetizzazione digitale.

Costi presunti

4.430,00 euro

4. PERCORSI DI INVECCHIAMENTO ATTIVO

Descrizione attività

Durante la prima edizione di progetto, sono state messe a sistema le attività proposte separatamente dai soggetti partner di *Attivamente Anziani* (Comune di Cuneo, Consorzio Socio-Assistenziale del Cuneese e Unitre Cuneo), offrendo alla popolazione anziana residente un pacchetto complessivo e uniforme di iniziative culturali e motorie finalizzate alla promozione dell'invecchiamento attivo e al mantenimento del benessere psicofisico. Anche nella seconda edizione di progetto tali attività sono confermate, avendo riscontrato un buon successo in termini numerici e di gradimento:

- *Corsi "FISICOMENTE"*: finalizzati a favorire la socializzazione, il mantenimento delle capacità fisiche e il miglioramento della qualità di vita degli anziani autosufficienti. Tra le attività: corsi di yoga, pilates, ginnastica dolce, allenamento cognitivo, atelier di arteterapia, musica e benessere, escursionismo.
- *Università della Terza età*: conferenze e corsi dedicati a differenti saperi e discipline, con una programmazione settimanale dal lunedì al venerdì, curata dall'associazione di promozione sociale Unitre Cuneo.
- *Palestra di vita*: utilizzando la metodologia dell'auto mutuo aiuto, favorisce il mantenimento delle capacità cognitive e psicofisiche degli anziani, promuovendo al contempo la socializzazione fra pari e il miglioramento della qualità della vita dell'anziano. Tale azione è realizzata in collaborazione con il Consorzio Socio-Assistenziale del Cuneese che da anni promuove tale corso nei propri territori di appartenenza.
- *Gruppi di Cammino*: gruppi di anziani che si ritrovano settimanalmente per camminare insieme, al fine di promuovere l'attività fisica e migliorare la salute. La camminata è infatti un'attività socializzante e facile da praticare quotidianamente, in grado di contrastare l'obesità, il diabete, le malattie cardiovascolari.

Si prevede di coordinare l'attività comunicativa e divulgativa di tutte le attività del "Sistema Terza Età", in particolare attraverso la creazione di un catalogo di iniziative per la Promozione dell'Invecchiamento attivo.

Destinatari

- X Tipologia: anziani residenti nel territorio cittadino.
- X Numero e fascia anagrafica: 900 anziani over 70 anni.
- X Modalità per la loro individuazione: attraverso comunicati stampa e la divulgazione di locandine e flyers delle attività. Gli interessati accederanno alle differenti iniziative tramite iscrizione

Tempi di realizzazione

L'azione si sviluppa lungo l'intera durata del progetto.

Ambito territoriale coinvolto

L'intero territorio comunale (altipiano e frazioni).

Ruolo di ciascun partner

Il Comune di Cuneo svolgerà un ruolo di coordinamento generale dell'azione e di attivazione dei singoli percorsi di invecchiamento attivo. L'Associazione di promozione sociale Unitre-Cuneo ha come compito la calendarizzazione e attivazione degli incontri dell'Università della terza età e il raccordo con gli operatori di progetto per le iniziative informative di progetto. Il Consorzio Socio-Assistenziale ha una funzione di supervisione metodologica della *Palestra di vita* al fine di garantire la qualità dell'intervento realizzato da Consulenti esterne. Emmanuele scs contribuirà alla divulgazione, in particolare presso i gruppi di anziani attivi e i Centri di Incontro Comunali.

Risultati attesi

1. Incremento del numero di partecipanti alle attività fisico motorie proposte dal Comune (+15%)
2. Attivazione di almeno 2 Gruppi di Cammino
3. Creazione di un catalogo unico di attività di promozione dell'invecchiamento attivo

Strumenti o indicatori di valutazione

Oltre agli strumenti di rilevazione degli indicatori di risultato (registri presenze), è previsto il coinvolgimento dei partecipanti alla Palestra di Vita, ai Gruppi di Cammino e a Fisicomente alla ricerca-azione (vedasi azione 5). Inoltre, si prevedono tavoli periodici cittadini fra i diversi soggetti partner (Comune, Consorzio Socio-Assistenziale del Cuneese, Unitre, Emmanuele s.c.s.) per coordinare la programmazione e divulgazione delle attività e favorire sinergie fra le stesse, inclusi i gruppi di Anziani Attivi.

Collegamento con altre progettualità già attivate sul territorio

Tale azione si collega con il progetto *Communal Living*, finalizzato a creare una rete di servizi abitativi innovativi in grado di sostenere l'abitare indipendente degli anziani e aumentare la coesione sociale, incrementando il potenziale di offerta di servizi rivolti alla popolazione residente appartenente alla terza età.

Risorse umane destinate all'attività

	Numero di ore dedicate al progetto	Qualifica	Tipo attività che verrà svolta	Ente di appartenenza
1	100	Funzionario Comunale Area Anziani	Attivazione dei percorsi di invecchiamento attivo rivolti alla popolazione anziana	Comune di Cuneo
2	25	Funzionario Comunale Ufficio Stampa	Comunicati stampa e piattaforme on line del Comune (sito e social)	Comune di Cuneo

Risorse tecniche e strumentali necessarie per l'attuazione dell'attività

Psicologhe della Palestra di Vita

Materiali e attrezzature per attività Motoria Fisico-mente

Affitto Cinema Monviso per Università della Terza età

Editing e stampa di locandine e flyers

Costi presunti

12.380,00 euro

5. MONITORAGGIO E CO-VALUTAZIONE

Descrizione attività

L'azione 5 comprende le azioni trasversali del progetto che richiedono competenze tecnico-specifiche e, in particolare la funzione di monitoraggio e valutazione, l'intervento di un ente non coinvolto nella realizzazione delle azioni core. L'approccio adottato mira a rilevare non soltanto gli *outcome* di risultato (numero di partecipanti, di azioni attivate...) ma anche quelli di processo, che riguardano gli aspetti qualitativi: punti di forza e debolezza percepiti dai destinatari, livello di coinvolgimento, qualità delle relazioni create. Questo tipo di impianto valutativo implica almeno due vantaggi: 1) valorizza il ruolo dei destinatari quali co-valutatori del progetto, diventando esso stesso strumento di partecipazione e empowerment; 2) fornisce elementi chiave per comprendere gli elementi organizzativi, metodologici e contestuali necessari alla replicabilità e sostenibilità delle azioni nel tempo, nell'ottica di gettare le basi di un "Sistema Anziani Attivi" cittadino.

Il piano di valutazione include metodi e strumenti integrati quali questionari di gradimento, ricerca-azione e workshop di co-valutazione finale.

RICERCA-AZIONE

In linea con l'obiettivo di promuovere e stimolare la partecipazione, l'impegno civico e un ruolo attivo delle persone anziane sul territorio di Cuneo, la ricerca-azione individua e valuta i momenti del percorso più efficaci, a partire dalle loro esperienze. La modalità della ricerca-azione permette infatti di tradurre in pratica le conoscenze acquisite e svolgere un ruolo attivo e propositivo nel favorire lo sviluppo di idee, risorse e iniziative strutturate e continuative che sappiano cogliere le esigenze dal basso.

Le metodologie da attuare in questa azione possono essere molteplici, dal Photovoice, alla raccolta di storie, alla realizzazione di video-interviste. Il Photovoice permette alle persone di rappresentare e raccontare il vissuto dell'essere anziani e le riflessioni sull'esperienza di partecipazione al progetto, scattando e commentando fotografie in occasione delle diverse attività proposte, per fare emergere i cambiamenti e i punti di forza percepiti lungo il percorso. La raccolta di storie può prevedere il racconto autobiografico, o la partecipazione a interviste guidate. Infine, la realizzazione di video-interviste e altre riprese video può accompagnare le tappe dell'intero progetto. Queste metodologie facilitano la libertà di espressione, la collaborazione tra i partecipanti, la formazione di nuovi legami, l'attivazione e quindi l'empowerment delle persone.

I risultati di questo lavoro possono essere restituiti e valorizzati in occasione di un evento finale che possa essere sia istituzionale che comunitario, in modo da illustrare il percorso fatto nell'ambito del progetto all'intera cittadinanza.

Destinatari

X Tipologia: anziani che hanno preso parte alle diverse attività del progetto.

X Numero e fascia anagrafica: almeno 100 anziani over 65 anni.

X Modalità per la loro individuazione: tramite Educatori e attività di comunicazione.

Tempi di realizzazione

L'Azione 5 si sviluppa lungo l'intera annualità di progetto, prevedendo strumenti specifici per ogni attività specifica.

Ambito territoriale coinvolto

Verrà coinvolto l'intero territorio comunale (altipiano e frazioni).

Ruolo di ciascun partner

Eclectica+ è responsabile della costruzione degli strumenti di monitoraggio e valutazione, della ricerca-azione e della progettazione e organizzazione del workshop finale di co-valutazione.

Risultati attesi

1. Coinvolgimento diretto dei partecipanti nel percorso di co-valutazione in un'ottica di protagonismo attivo ed empowerment, attraverso la realizzazione di una ricerca-azione da presentare in occasione del workshop finale.
2. Creazione di questionari di valutazione (online e/o cartacei) relativi ai corsi (Digitalizzazione e Mente-Corpo).
3. Coinvolgimento dei partecipanti alle varie azioni nel workshop di co-valutazione finale.
4. Realizzazione di un Report finale che riassume l'esperienza fornendo anche le informazioni relative alle condizioni organizzative e contestuali per replicazione e la messa a sistema delle azioni.

Strumenti o indicatori di valutazione

1. Almeno 15 Anziani Attivi coinvolti nella ricerca-azione.
2. Almeno 150 questionari di gradimento compilati dai partecipanti alle attività formative.
3. Almeno 40 anziani che hanno partecipato a una o più azioni del progetto coinvolti nel workshop finale.

Collegamento con altre progettualità già attivate sul territorio

Le attività di monitoraggio e valutazione sono pensate per avviare e sostenere la creazione di un sistema integrato di offerta di servizi culturali, motorie e sociali rivolti agli anziani, che potrà integrare il Welfare comunale rivolto agli anziani. Tale "sistema anziani" si intreccia con i Servizi e le progettualità presenti e in divenire sul territorio, implementate dal Comune e dal Consorzio Socio Assistenziale del Cuneese, in risposta ad altre e connesse aree di bisogni, quali: la prima edizione del progetto Attivamente Anziani, l'abitare indipendente e il co-housing (progetto Communal Living), l'assistenza socio-sanitaria a domicilio (CSAC), ecc.

Risorse umane destinate all'attività

	Numero di ore dedicate al progetto	Qualifica	Tipo di attività che verrà svolta	Ente di appartenenza
1	150	Ricercatori esperti in monitoraggio e valutazione.	Progettazione e realizzazione degli strumenti di monitoraggio (questionari, ricerca-azione), analisi dati e restituzione dei risultati.	Eclectica+ impresa sociale. Soggetto co-progettante.
2	50	Esperti in processi partecipati.	Progettazione, organizzazione, conduzione, report.	Eclectica+ impresa sociale. Soggetto co-progettante.
3	50	Ricercatori esperti in monitoraggio e valutazione.	Redazione report finale.	Eclectica+ impresa sociale. Soggetto co-progettante.

Costi presunti: 8.250 euro

Le voci sottostanti si riferiscono alla totalità del progetto (non più alle singole macroattività)**In cosa consiste l'innovatività della proposta progettuale**

I principali aspetti innovativi del progetto consistono:

- nell'applicazione della metodologia Peer Support al fine di aumentare significativamente la partecipazione degli anziani ad attività culturali, sociali e ricreative e a rafforzare il ruolo e la qualità delle attività dei Centri di Incontro;
- nel consolidare il trend positivo di crescita del Servizio Civico Volontario in quanto spazio continuativo di valorizzazione e di messa in azione delle competenze e delle esperienze di cui gli anziani sono portatori;
- nel coinvolgimento dei partecipanti come co-valutatori di un percorso di valutazione di processo in grado di generare empowerment nei partecipanti e fornire informazioni chiave per la messa a regime di attività finora erogate in forma "sparsa" e non continuativa;
- nella creazione di un sistema integrato dell'offerta dei servizi culturali, motori e ricreativi per gli anziani.

Possibili effetti moltiplicatori (potenzialità di riproducibilità e di sviluppo)

Come avvenuto nella prima edizione, ci attendiamo che la messa in rete delle diverse opportunità di partecipazione civica presenti sul territorio comunale (Gruppi di Anziani Attivi, Servizio Civico Volontario, Unitre, Corsi Fisicamente, ecc.) favorisca un processo di ampliamento di "possibilità" per i cittadini over 65 (attraverso un arricchimento di proposte) e un aumento dei numeri di anziani che ne usufruiscono.

Inoltre, la metodologia del "protagonismo accompagnato", che vede gli Anziani Attivi ideare e realizzare in proprio iniziative civiche, genera sui territori un effetto moltiplicatore e di "contagio" di altri coetanei interessati ad una partecipazione che fa dell'attivazione personale il centro metodologico. Le iniziative stesse realizzate dai Gruppi di Anziani Attivi, possono diventare nel tempo aree di Servizio Civico Volontario, nel momento in cui raggiungono un buon livello di strutturazione. La possibilità di replicare il modello e l'integrazione fra i Gruppi e il Servizio Civico per una seconda annualità, va idealmente a rinforzare un processo di replicabilità delle macro-azioni nel tempo, diventando parte integrante dell'offerta comunale di iniziative di promozione della partecipazione e dell'impegno civico da parte della popolazione appartenente alla cosiddetta terza età.

L'approccio valutativo è pensato infine per rilevare gli elementi metodologici, organizzativi e di contesto che costituiscono i requisiti per la realizzazione di interventi volti ad aumentare la partecipazione e il benessere degli anziani efficaci. Attraverso la ricerca-azione i partecipanti avranno modo di esprimere e condividere il proprio vissuto in un percorso virtuoso di contaminazione reciproca. Il workshop di co-valutazione finale coinvolgerà, oltre agli anziani, anche gli stakeholder, al fine di attivare un confronto proprio sui risultati della valutazione e dare avvio a un processo di co-programmazione di un sistema unico di offerta integrato e sostenibile.

Percentuale di cofinanziamento che si intende investire (aggiuntiva a quella minima obbligatoria)

La percentuale complessiva di cofinanziamento ammonta al 36,82%. La percentuale aggiuntiva alla quota obbligatoriamente prevista dal bando (30%) ammonta dunque al **6,82%**.

Attività di comunicazione previste

Si ipotizza il mantenimento dell'identità grafica creata durante la prima edizione, al fine di valorizzare la conoscenza pregressa ed il riconoscimento del progetto *Attivamente Anziani* da parte della popolazione residente. La proposta di mantenere il nome di progetto, con l'aggiunta della dicitura "2^a edizione", va nella stessa direzione.

In generale, la comunicazione di progetto è finalizzata a promuovere, sotto una medesima identità grafica, tutte le differenti attività rivolte agli anziani. Regia della diffusione istituzionale, è l'Ufficio Stampa del Comune di Cuneo, che posterà le locandine delle singole attività nei diversi canali di comunicazione cittadini. Inoltre, sarà cura dell'educatrice della Cooperativa Emmanuele, a partire da un format predefinito, editare le locandine delle iniziative civiche programmate dai gruppi di Anziani Attivi, per poi diffonderli nei principali luoghi di frequentazione.

Infine, quale esito duraturo, si intende creare un catalogo unico delle opportunità di partecipazione e di invecchiamento attivo rivolto alla popolazione anziana, che resterà patrimonio del Comune di Cuneo e che, negli anni successivi, potrà agevolmente aggiornare con le nuove iniziative.