ASSOCIAZIONE ARIS APS
MIRAFIORI SUD, TORINO

AVVISO PUBBLICO PER LA SELEZIONE DI PROGETTI, ATTIVITÀ ED INIZIATIVE INNOVATIVE IN FAVORE DELL'INVECCHIAMENTO ATTIVO

SCHEDA DI PROGETTO

Titolo del progetto

MEMORIE IN MOVIMENTO

Anziani protagonisti della storia e del futuro di Mirafiori SUD

Denominazione dell'Ente:

ARIS APS



ARIS Associazione di Promozione Sociale
Strada Del Drosso 164/D | 10135 | Torino | CF: 97746850011
associazionearis@gmail.com

Esigenze e bisogni individuati e rilevati a livello territoriale

Il quartiere di **Mirafiori a Torino** è caratterizzato da una popolazione anziana in costante aumento, che rappresenta una sfida significativa per la coesione sociale e il benessere psicofisico degli individui.

L'area di Mirafiori SUD a Torino, in particolare il quadrilatero compreso tra Via Plava, Corso Unione Sovietica, strada del Drosso e Via Negarville, presenta una serie di esigenze e bisogni specifici che sono stati individuati attraverso un'analisi sistematica condotta dall'Associazione ARIS APS. Questa zona, caratterizzata da un alto tasso di invecchiamento della popolazione e da condizioni di isolamento sociale, necessita di interventi mirati per migliorare la qualità della vita dei suoi abitanti.

Isolamento e mancanza di aggregazione sociale

Uno dei principali problemi rilevati è l'isolamento sociale della popolazione anziana. Molti anziani vivono soli o in condizioni di scarsa interazione sociale, il che può portare a sentimenti di solitudine e depressione. La mancanza di spazi e occasioni di aggregazione sociale aggrava ulteriormente questo problema, rendendo difficile per gli anziani costruire e mantenere reti sociali di supporto.

Invecchiamento della popolazione

L'area di Mirafiori SUD presenta una popolazione significativamente anziana. Questo fenomeno comporta una serie di bisogni specifici legati alla salute, alla mobilità e alla partecipazione attiva nella comunità. Gli anziani hanno bisogno di servizi e attività che possano supportare il loro benessere fisico e mentale, oltre a opportunità di partecipazione che li coinvolgano attivamente nella vita comunitaria.

Carenza di proposte culturali e ricreative

È stata rilevata una carenza di proposte culturali e ricreative accessibili alla popolazione anziana. Le attività culturali, sportive e ricreative sono fondamentali per stimolare la mente e il corpo, ma spesso sono scarse o non adeguate alle esigenze degli anziani. Questa mancanza contribuisce all'isolamento e alla diminuzione della qualità della vita.

Difficoltà di connessione con il resto del tessuto cittadino

Un altro bisogno rilevato è la difficoltà di connessione con il resto del tessuto cittadino. Mirafiori SUD, essendo una zona periferica, soffre di scarsa accessibilità e collegamenti insufficienti con altre aree di Torino. Questo limita le opportunità di partecipazione degli anziani a eventi e servizi offerti in altre parti della città.

Inclusione della comunità straniera

Negli ultimi anni, l'area ha visto un aumento delle famiglie straniere residenti. L'inclusione di queste nuove comunità rappresenta una sfida e un'opportunità. È necessario sviluppare iniziative che favoriscano l'integrazione e il dialogo interculturale, coinvolgendo le donne e i giovani delle comunità straniere nelle attività del quartiere.

Recupero della memoria storica

Infine, vi è un forte bisogno di recuperare e valorizzare la memoria storica della comunità. Gli anziani di Mirafiori SUD rappresentano una risorsa inestimabile di storie ed esperienze che rischiano di andare perdute. La raccolta e la conservazione di queste memorie non solo

arricchiscono il patrimonio culturale del quartiere, ma favoriscono anche il dialogo tra generazioni diverse.

In sintesi, le esigenze e i bisogni individuati a livello territoriale per l'area di Mirafiori SUD comprendono la necessità di contrastare l'isolamento sociale degli anziani, offrire proposte culturali e ricreative adeguate, migliorare la connessione con il resto della città, promuovere l'inclusione della comunità straniera e valorizzare la memoria storica locale. Il progetto "Memorie in Movimento" è stato progettato per rispondere a questi bisogni, promuovendo un approccio integrato e partecipativo che coinvolge attivamente la comunità locale.

- **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**
  - ☑ **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 possibilità di viaggiare in modo autonomo e 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 -

Descrizione attività

Il progetto "Memorie in Movimento" prevede una serie di attività specifiche progettate per raggiungere gli obiettivi individuati, tra cui l'aumento delle occasioni di aggregazione sociale, il recupero della memoria storica, la promozione dell'attività fisica e la stimolazione della socialità e della partecipazione attiva degli anziani. Di seguito viene fornita una descrizione dettagliata di ciascuna attività prevista.

LABORATORI DI CREATIVITÀ ARTISTICA

I laboratori di creatività artistica mirano a favorire l'inclusione sociale e la partecipazione attiva degli anziani, stimolando la creatività e l'espressione artistica (pittura, modellaggio e manualità). In particolare, l'attività è rivolta alle donne anziane e alle donne della comunità straniera residente, promuovendo così l'inclusione interculturale. Gli incontri si terranno con cadenza settimanale presso la sede di ARIS APS e saranno guidati da un esperto d'arte, affiancato da volontari del quartiere. Circa 15 partecipanti per sessione saranno coinvolti, con priorità per gli anziani e le donne straniere. I benefici per i partecipanti includono il miglioramento della salute mentale, la riduzione dell'isolamento sociale e l'acquisizione di nuove competenze artistiche. Per la comunità, i laboratori creano uno spazio di aggregazione e rafforzano i legami comunitari, promuovendo la coesione sociale attraverso attività interculturali.

GRUPPI DI CAMMINO e NORDIC WALKING

I gruppi di cammino (verrà proposta anche la tecnica del Nordic Walking) sono progettati per promuovere l'attività fisica e il benessere tra gli anziani, favorendo la socializzazione e la creazione di legami tra i

partecipanti. Le sessioni, che si terranno con cadenza bisettimanale, utilizzeranno le ampie aree verdi del territorio di Mirafiori SUD. Gli incontri saranno animati da capigruppo volontari, formati appositamente per guidare i partecipanti nelle tecniche del Nordik Walking e garantire la sicurezza durante le camminate. Circa 10-12 anziani parteciperanno a ogni gruppo di cammino. Per i partecipanti, i benefici includono il miglioramento della salute fisica e mentale e la riduzione del rischio di isolamento sociale. Per la comunità, l'attività promuove uno stile di vita sano, incrementa la coesione sociale attraverso attività collettive e valorizza le risorse naturali del territorio.

YOGA E YOGA SULLA SEDIA

Lo yoga migliora la flessibilità, la forza, riduce lo stress e l'ansia, migliora la concentrazione, la consapevolezza, il rilassamento e il sonno. Lo yoga sulla sedia, accessibile a persone con mobilità ridotta, può essere praticato ovunque, aiutando a migliorare postura e circolazione, e riducendo tensioni muscolari e stress senza la necessità di stare sul tappetino. Incontri bisettimanali di 45 minuti.

SCUOLA DI COMPUTER

Corso per imparare a usare il computer, navigare su internet e usare i social media, aiutando gli anziani a rimanere connessi, indipendenti e aggiornati con le nuove tecnologie. Incontri settimanali.

GIOCO CARTE…NON SOLO BURRACO

Il gioco delle carte favorisce l'aggregazione tra gli anziani, creando opportunità di socializzazione e divertimento. L'iniziativa è aperta anche alle donne, che finora non hanno avuto uno spazio dedicato nel quartiere. Incontri organizzati una volta alla settimana, liberi gli altri giorni.

ASCOLTO MUSICA

L'ascolto insieme, anche guidato, di musica lirica, classica, jazz e musica amarcord migliora l'umore, stimola la memoria e favorisce il benessere emotivo degli anziani, promuovendo la socializzazione e l'aggregazione. Incontro quindicinale con presentazione dell'opera, eventuale supporto video, massimo 3 ore ogni quindici giorni.

CONVERSAZIONI IN LINGUA STRANIERA (INGLESE)

Un'opportunità per mantenere viva la pratica della lingua straniera acquisita durante il periodo lavorativo, che rischia di essere dimenticata con l'inattività del pensionamento. Abbiamo raccolto la richiesta di poter praticare e migliorare la conoscenza dell'inglese, vista come un'opportunità per un nuovo tipo di comunicazione con persone non italiane. Partecipare a queste conversazioni offre numerosi benefici: stimolazione mentale, aiutando a prevenire il declino cognitivo; socializzazione, favorendo l'incontro e lo scambio con altre persone, sia italiane che straniere, creando nuove amicizie e relazioni; arricchimento culturale, ampliando gli orizzonti culturali e permettendo di conoscere meglio altre culture e abitudini; miglioramento delle competenze linguistiche, facilitando i viaggi all'estero e la comunicazione con persone di diverse nazionalità; e soddisfazione personale, offrendo un senso di realizzazione nel continuare a imparare e migliorare una competenza importante. Questa iniziativa risponde alla necessità di non perdere le competenze linguistiche acquisite, trasformando il pensionamento in un periodo di crescita e nuove esperienze. 90 minuti una volta alla settimana.

BANCA DELLA MEMORIA

La "banca della memoria" è un laboratorio dedicato al riversaggio digitale di materiale fotografico e video in formato analogico, con l'obiettivo di recuperare e preservare la memoria storica della comunità anziana, creando un archivio digitale delle storie di vita e delle esperienze delle generazioni passate. Il laboratorio

sarà attivo con cadenza settimanale e vedrà il coinvolgimento attivo di circa 10 anziani e 5 giovani studenti stranieri per ogni sessione. Gli anziani porteranno il materiale da digitalizzare, mentre i giovani studenti, formati adeguatamente, si occuperanno del processo tecnico di digitalizzazione. I benefici per i partecipanti includono l'opportunità di condividere e preservare le proprie storie di vita, l'acquisizione di competenze tecniche legate alla digitalizzazione e la creazione di legami significativi tra giovani e anziani. Per la comunità, l'attività conserva la memoria storica locale, promuove il dialogo interculturale e intergenerazionale e arricchisce il patrimonio culturale della comunità.

GITE TURISTICHE

Le gite turistiche sono progettate per offrire agli anziani del territorio l'opportunità di esplorare località piemontesi e liguri, favorendo la socializzazione e l'inclusione. Le gite, organizzate con cadenza trimestrale, saranno pianificate per includere attività culturali e sociali, come visite a musei, partecipazione a eventi locali e momenti di convivialità. Circa 30 partecipanti per ogni gita, inclusi anziani e donne della comunità straniera residente, saranno coinvolti. Per i partecipanti, i benefici includono l'esperienza di nuove destinazioni e culture, l'opportunità di socializzare e creare nuovi legami e il miglioramento del benessere complessivo. Per la comunità, le gite rafforzano i legami interculturali, promuovono la coesione sociale e aumentano la partecipazione attiva nella vita comunitaria.

ATTENZIONE ALLA PARITÀ DI GENERE

Il progetto "**Memorie in Movimento**" pone grande attenzione alla parità di genere, promuovendo l'inclusione delle donne anziane e delle donne della comunità straniera residente nelle attività proposte. Questa attenzione è integrata in tutte le fasi del progetto, dalla pianificazione alla realizzazione, con l'obiettivo di creare un ambiente inclusivo e rispettoso delle diversità, che promuova la partecipazione attiva di tutti i membri della comunità.

- **Laboratori di creatività artistica**

  I laboratori di creatività artistica sono progettati per coinvolgere attivamente le donne anziane e le donne straniere, offrendo loro uno spazio sicuro e accogliente dove esprimere la propria creatività e condividere esperienze. Questi laboratori, guidati da un esperto d'arte e supportati da volontari del quartiere, favoriscono l'inclusione interculturale e il rafforzamento dei legami comunitari.

- **Gruppi di cammino e Nordic Walking**

  Le sessioni di Nordic Walking e i gruppi di cammino sono aperti a tutti, ma si presta particolare attenzione a garantire la partecipazione delle donne, che spesso possono sentirsi meno incoraggiate a partecipare ad attività fisiche. L'obiettivo è promuovere uno stile di vita sano e aumentare la coesione sociale attraverso attività collettive che valorizzano le risorse naturali del territori.

- **Banca della memoria**

  La "Banca della Memoria" favorisce il dialogo intergenerazionale e interculturale, coinvolgendo giovani donne e uomini in un progetto comune con gli anziani. Questa attività non solo preserva la memoria storica della comunità, ma promuove anche la parità di genere e l'inclusione, creando legami significativi tra giovani e anziani.

- **Gite turistiche**

  Le gite turistiche sono progettate per essere accessibili e inclusive, garantendo la partecipazione paritaria di uomini e donne, anziani e persone della comunità straniera. Queste gite offrono l'opportunità di esplorare nuove destinazioni e culture, rafforzando i legami interculturali e promuovendo la coesione sociale.

- **Altre attività**

  Anche le altre attività previste dal progetto, come lo yoga (anche sulla sedia), i corsi di computer, i giochi di carte, l'ascolto di musica, e le conversazioni in lingua straniera, sono progettate per essere inclusive e accessibili, con particolare attenzione alla partecipazione delle donne anziane e delle donne straniere. Queste attività offrono opportunità di socializzazione, apprendimento e benessere, contribuendo a creare un ambiente rispettoso delle diversità e inclusivo per tutti i partecipanti.

Destinatari

✗ **Tipologia**

Il progetto si rivolge alla **popolazione anziana della periferia SUD di Torino** con accessibilità anche all'area contigua della cintura metropolitana (Beinasco) in considerazione dell'ottima raggiungibilità del sito operativo anche tramite il trasporto pubblico locale.

✗ **Numero e fascia anagrafica**

Il progetto "**Memorie in Movimento**" si rivolge principalmente alla popolazione anziana (over 65 anni) residente nella periferia sud di Torino, con accessibilità anche all'area contigua della cintura metropolitana, come Beinasco. La scelta di questo target è motivata dalla necessità di rispondere ai bisogni di una comunità che soffre di isolamento e invecchiamento della popolazione residente, oltre che di difficoltà di connessione con il resto del tessuto cittadino e carenza di proposte aggregative.

- **Numero di beneficiari**

Si prevede di coinvolgere circa 60 anziani nell'ambito delle varie attività del progetto. Questo numero include partecipanti agli incontri settimanali dei laboratori di creatività artistica, ai gruppi di cammino e Nordic Walking, alle gite turistiche e alle sessioni della "Banca della Memoria". Inoltre, sarà coinvolta attivamente anche una rete di almeno 10 volontari che supporteranno le diverse iniziative.

- **Fascia anagrafica dei beneficiari**

I beneficiari appartengono principalmente alla fascia anagrafica degli over 65 anni. Tuttavia, il progetto prevede anche il coinvolgimento di giovani volontari e membri della comunità straniera residente, promuovendo così il dialogo intergenerazionale e interculturale. Le attività sono progettate per essere inclusive e accessibili, garantendo la partecipazione paritaria di uomini e donne, anziani e persone della comunità straniera.

✗ **Modalità per la loro individuazione**

L'individuazione dei beneficiari del progetto "**Memorie in Movimento**" segue un processo strutturato e attento, volto a garantire la partecipazione delle persone anziane (over 65 anni) residenti nell'area di Mirafiori SUD a Torino, e più precisamente nel quadrilatero compreso tra Via Plava, Corso Unione Sovietica, Strada del Drosso e Via Negherville. Questo processo tiene conto delle specificità territoriali e delle esigenze della popolazione target, assicurando che le attività proposte rispondano in modo efficace ai bisogni identificati.

- **Analisi del contesto territoriale**

Il primo passo per l'individuazione dei beneficiari consiste in un'analisi approfondita del contesto territoriale. Questa analisi include la raccolta di dati demografici e sociali relativi alla popolazione anziana residente nell'area di Mirafiori SUD e nell'area contigua della cintura metropolitana, come Beinasco. L'obiettivo è identificare le caratteristiche principali della popolazione target, tra cui l'età, il livello di isolamento sociale, le condizioni di salute e la presenza di comunità straniere.

- **Collaborazione con enti locali e associazioni**

Il progetto si avvale della collaborazione con enti locali, associazioni e organizzazioni non profit già attive sul territorio. Questi partner forniscono preziose informazioni sulla popolazione anziana e aiutano a identificare i potenziali beneficiari attraverso le loro reti di contatto. La collaborazione con centri culturali, servizi sociali, associazioni di volontariato e altri attori locali è fondamentale per raggiungere un ampio numero di anziani e garantire la loro partecipazione alle attività.

- **Coinvolgimento diretto della comunità**

Un altro elemento chiave per l'individuazione dei beneficiari è il coinvolgimento diretto della comunità. Vengono organizzati incontri informativi e sessioni di presentazione del progetto presso i centri culturali e civici del quartiere, le parrocchie, i mercati rionali e altri luoghi di aggregazione. Questi incontri permettono di informare gli anziani sulle opportunità offerte dal progetto e di raccogliere le adesioni direttamente sul campo. Inoltre, viene distribuito materiale informativo attraverso canali tradizionali (brochure, volantini) e digitali (sito web, social media) per raggiungere il maggior numero possibile di potenziali beneficiari.

- **Selezione e priorità**

La selezione dei beneficiari avviene in base a criteri di priorità che tengono conto del livello di isolamento sociale, delle condizioni di salute e della presenza di comunità straniere. Viene data priorità agli anziani che mostrano maggiori segni di isolamento e che potrebbero beneficiare significativamente delle attività proposte. Particolare attenzione è rivolta alle donne anziane e alle donne della comunità straniera residente, in linea con l'obiettivo del progetto di promuovere l'inclusione sociale e la parità di genere.

- **Monitoraggio e adattamento**

Il processo di individuazione dei beneficiari è dinamico e prevede un monitoraggio continuo per valutare l'efficacia delle modalità adottate e apportare eventuali adattamenti. Vengono raccolti feedback dai partecipanti e dai partner locali per migliorare l'accesso alle attività e assicurare che il progetto risponda in modo adeguato alle esigenze della popolazione target. Questo approccio flessibile permette di ottimizzare le risorse e di raggiungere un numero crescente di beneficiari nel corso del progetto.

Tempi di realizzazione

Il progetto avrà la durata di **12 mesi** a decorrere dalla data di approvazione del contributo regionale, concludendosi indicativamente entro il 31/07/2025 e, in ogni caso, entro il 30/09/2025. Sulla base della data di effettivo avvio saranno calendarizzate le pause per i periodi feriali e festivi.

Ambito territoriale coinvolto

Il progetto "**Memorie in Movimento**" si svolge principalmente nel quartiere di Mirafiori SUD, situato nella città di Torino. Questo quartiere, situato nella parte meridionale della città, è delimitato da importanti arterie stradali e comprende una vasta area residenziale e industriale.

POSIZIONE GEOGRAFICA

Mirafiori SUD si trova nella zona sud-ovest di Torino e confina con i quartieri Mirafiori Nord, Lingotto e Santa Rita. La sua posizione strategica lo rende facilmente accessibile sia dal centro città che dalle periferie, grazie alla presenza di importanti vie di comunicazione come la Tangenziale Sud di Torino e la Strada del Drosso.

CARATTERISTICHE TERRITORIALI

Il quartiere di Mirafiori SUD è caratterizzato da una combinazione di aree residenziali, industriali e commerciali. Storicamente noto per ospitare gli stabilimenti della Fiat, il quartiere ha subito una trasformazione significativa negli ultimi decenni, con la riqualificazione di molte aree industriali e lo sviluppo di nuovi complessi residenziali e spazi pubblici.

Ruolo del proponente

ASSOCIAZIONE ARIS APS

Leadership e Gestione del Progetto: ARIS APS svolge il ruolo di leader del progetto " **Memorie in Movimento**". Si occupa della gestione generale del progetto, inclusa la pianificazione, l'implementazione e il monitoraggio delle attività.

Coordinamento e Collaborazione: assicura la collaborazione efficace tra tutti i soggetti territoriali coinvolti nel progetto, facilitando la comunicazione e il flusso di informazioni. Coordina gli incontri regolari con i partner e gestisce la risoluzione di eventuali problematiche.

Promozione e Sensibilizzazione: si impegna nella promozione del progetto e nella sensibilizzazione della comunità locale e dei potenziali partecipanti. Utilizza i suoi canali di comunicazione e reti sociali per raggiungere un ampio pubblico.

Valutazione e Reporting: effettua la valutazione dell'impatto del progetto, raccogliendo feedback e dati per la redazione di report periodici da presentare ai finanziatori e agli stakeholder.

Risultati attesi

Il progetto "**Memorie in Movimento**" mira a ottenere una serie di risultati significativi che avranno un impatto positivo sulla comunità di Mirafiori SUD, con particolare attenzione alla popolazione anziana e alla promozione dell'inclusione sociale e del dialogo intergenerazionale. Di seguito vengono descritti i risultati attesi per ciascuna delle attività previste.

AUMENTO DELL'AGGREGAZIONE SOCIALE

Uno dei principali risultati attesi è l'aumento delle occasioni di aggregazione sociale per la popolazione anziana. Attraverso i laboratori di creatività artistica, i gruppi di cammino e le gite turistiche, si prevede di creare spazi e momenti di incontro che riducano l'isolamento sociale e favoriscano la costruzione di reti di supporto. Si stima che circa 100 anziani parteciperanno regolarmente alle attività, migliorando la loro qualità della vita e il loro benessere psicologico.

RECUPERO E VALORIZZAZIONE DELLA MEMORIA STORICA

Un altro risultato atteso è il recupero e la valorizzazione della memoria storica della comunità anziana. Attraverso la "banca della memoria", si prevede di digitalizzare almeno 500 fotografie e video storici, creando un archivio digitale accessibile alle future generazioni. Questa attività non solo preserva le storie di vita degli anziani, ma promuove anche il dialogo intergenerazionale, coinvolgendo circa 30 anziani e 20

giovani studenti stranieri.

PROMOZIONE DELL'ATTIVITÀ FISICA E DEL BENESSERE

I gruppi di cammino con la tecnica del Nordik Walking contribuiranno a promuovere l'attività fisica e il benessere tra gli anziani. Si prevede che circa 100 anziani parteciperanno regolarmente alle sessioni di cammino, migliorando la loro salute fisica e riducendo il rischio di malattie croniche. L'attività fisica regolare avrà anche effetti positivi sul benessere mentale, riducendo lo stress e l'ansia.

STIMOLO ALLA SOCIALITÀ E ALLA PARTECIPAZIONE ATTIVA

Le gite turistiche rappresentano un'opportunità per gli anziani di esplorare nuove destinazioni e di socializzare, contribuendo a ridurre l'isolamento e a migliorare la qualità della vita. Si prevede di organizzare almeno 4 gite turistiche durante l'anno di progetto, coinvolgendo circa 30 partecipanti per ogni gita. Queste esperienze arricchenti stimoleranno la socialità e promuoveranno la partecipazione attiva degli anziani nella vita comunitaria.

RAFFORZAMENTO DELLA COESIONE SOCIALE

Il progetto nel suo complesso mira a rafforzare la coesione sociale nel quartiere di Mirafiori SUD, promuovendo l'inclusione e il dialogo interculturale. Le attività proposte coinvolgeranno non solo gli anziani ma anche le donne della comunità straniera residente, favorendo la costruzione di legami interculturali e intergenerazionali. Si prevede che circa 200 membri della comunità parteciperanno agli eventi di restituzione e alle attività pubbliche, contribuendo a creare un senso di appartenenza e solidarietà.

SOSTENIBILITÀ E REPLICABILITÀ

Infine, un risultato atteso è la sostenibilità e la replicabilità del progetto. L'esperienza acquisita e i modelli di intervento sviluppati potranno essere replicati in altre aree della città di Torino o in altri contesti simili. La documentazione e la valutazione continua delle attività permetteranno di identificare le best practices e di migliorare costantemente l'approccio adottato, garantendo un impatto duraturo e positivo.

In sintesi, il progetto "Memorie in Movimento" mira a creare un impatto significativo sulla comunità di Mirafiori SUD, promuovendo l'inclusione sociale, il benessere fisico e mentale degli anziani, il recupero della memoria storica e il dialogo intergenerazionale. I risultati attesi includono un aumento dell'aggregazione sociale, la valorizzazione delle storie di vita degli anziani, la promozione di uno stile di vita sano, il rafforzamento della coesione sociale e la sostenibilità del progetto nel tempo.

Strumenti o indicatori di valutazione

La valutazione dell'impatto del progetto "**Memorie in Movimento**" sarà effettuata utilizzando una combinazione di strumenti qualitativi, quantitativi e monetari, che permetteranno di misurare l'efficacia delle attività proposte e il raggiungimento degli obiettivi prefissati. Di seguito vengono descritti i principali strumenti e indicatori di valutazione che saranno utilizzati.

INDICATORI QUANTITATIVI

Questi indicatori permettono di valutare in modo oggettivo e misurabile i risultati ottenuti rispetto agli obiettivi prefissati. Di seguito vengono descritti i principali indicatori quantitativi che verranno utilizzati per la valutazione del progetto.

Numero di partecipanti alle attività

Uno dei principali indicatori quantitativi è il numero di partecipanti alle diverse attività previste dal progetto. Questo include:

- **Laboratori di creatività artistica**: numero di anziani e donne della comunità straniera coinvolti nelle sessioni settimanali.
- **Gruppi di cammino e Nordic Walking**: numero di anziani partecipanti alle sessioni bisettimanali.
- **Yoga e yoga sulla sedia**: numero di anziani partecipanti agli incontri bisettimanali.
- **Scuola di computer**: numero di anziani iscritti e partecipanti alle lezioni settimanali.
- **Giochi di carte**: numero di anziani coinvolti nelle sessioni settimanali.
- **Ascolto musica**: numero di partecipanti agli incontri quindicinali.
- **Conversazioni in lingua straniera (inglese)**: numero di anziani partecipanti alle sessioni settimanali.
- **Banca della memoria**: numero di anziani e giovani studenti stranieri partecipanti alle sessioni settimanali.
- **Gite turistiche**: numero di anziani e donne della comunità straniera partecipanti alle gite trimestrali.

Frequenza di partecipazione

La frequenza di partecipazione alle attività è un altro indicatore quantitativo importante. Questo misura la costanza con cui i beneficiari partecipano alle attività, indicando il livello di coinvolgimento e interesse. Ad esempio, il numero medio di partecipazioni per ogni anziano alle sessioni di Nordic Walking o ai laboratori di creatività artistica.

Raggiungimento degli obiettivi di partecipazione

Gli indicatori quantitativi includono anche il raggiungimento degli obiettivi di partecipazione stabiliti all'inizio del progetto. Questo comprende il confronto tra il numero di partecipanti previsto e quello effettivamente raggiunto per ciascuna attività.

Quantità di materiale digitalizzato

Nel contesto della "Banca della Memoria", un indicatore quantitativo chiave è la quantità di materiale fotografico e video digitalizzato. Questo può essere misurato in termini di numero di fotografie e video convertiti in formato digitale, nonché di ore di registrazioni audio e video raccolte e archiviate.

Numero di collaborazioni attivate

Un altro indicatore quantitativo è il numero di collaborazioni attivate con enti locali, associazioni e organizzazioni non profit. Questo comprende il numero di partner coinvolti nel progetto e il numero di volontari che partecipano attivamente alle attività.

Feedback e questionari di valutazione

Pur essendo prevalentemente qualitativi, i feedback e i questionari di valutazione distribuiti ai partecipanti possono generare dati quantitativi. Ad esempio, il numero di questionari compilati e il punteggio medio di soddisfazione espresso dai partecipanti possono essere utilizzati per misurare l'efficacia delle attività.

INDICATORI QUALITATIVI

I seguenti indicatori permettono di cogliere aspetti più sottili e complessi che non possono essere misurati solo attraverso dati numerici. Di seguito vengono descritti i principali indicatori qualitativi utilizzati per la valutazione del progetto.

Miglioramento della qualità della vita

Uno degli indicatori qualitativi più rilevanti è il miglioramento percepito nella qualità della vita dei partecipanti. Questo include aspetti come il benessere psicologico, la riduzione dell'isolamento sociale, l'aumento della fiducia in se stessi e il senso di appartenenza alla comunità. Il feedback raccolto attraverso interviste e questionari qualitativi permette di valutare l'impatto delle attività del progetto sulla vita quotidiana degli anziani.

Inclusione sociale e interculturale

L'inclusione sociale e interculturale è un altro indicatore qualitativo cruciale. Si tratta di valutare in che misura il progetto riesce a promuovere l'interazione tra diverse generazioni e culture, riducendo le barriere sociali e culturali. Questo può essere misurato attraverso osservazioni dirette delle dinamiche di gruppo nei laboratori di creatività artistica e nelle attività della "Banca della Memoria", nonché attraverso testimonianze dei partecipanti.

Coinvolgimento e partecipazione attiva

Il livello di coinvolgimento e partecipazione attiva degli anziani nelle attività proposte è un altro indicatore qualitativo importante. Questo può essere valutato osservando l'entusiasmo e la motivazione dei partecipanti durante le attività, nonché la loro disponibilità a contribuire attivamente e a condividere le proprie esperienze e competenze.

Conservazione della memoria storica

La qualità e l'importanza del materiale storico raccolto e digitalizzato nella "Banca della Memoria" rappresentano un indicatore qualitativo significativo. Questo include la rilevanza delle storie di vita e delle esperienze condivise dagli anziani, nonché la qualità della digitalizzazione e la conservazione del patrimonio culturale della comunità.

Rafforzamento dei legami comunitari

Un altro indicatore qualitativo riguarda il rafforzamento dei legami comunitari e il senso di coesione sociale. Questo può essere misurato attraverso la creazione di nuove amicizie e relazioni tra i partecipanti, il supporto reciproco e la collaborazione tra diverse generazioni e culture. Le osservazioni durante le attività e i feedback dei partecipanti forniscono informazioni preziose su come il progetto contribuisce a creare una comunità più unita e solidale.

Incremento e mantenimento delle competenze personali

L'impatto del progetto sulle competenze personali degli anziani, come le abilità artistiche, tecniche e linguistiche, è un altro indicatore qualitativo rilevante. Questo può essere valutato attraverso l'osservazione dei progressi individuali nei laboratori di creatività artistica, nei corsi di computer e nelle conversazioni in lingua straniera. Interviste e questionari qualitativi possono fornire ulteriori informazioni su come le attività del progetto contribuiscono alla crescita personale dei partecipanti.

INDICATORI DI SOSTENIBILITÀ

Di seguito vengono descritti i principali indicatori di sostenibilità utilizzati per la valutazione del progetto.

Coinvolgimento e formazione dei volontari

Un indicatore chiave di sostenibilità è il livello di coinvolgimento e formazione dei volontari. Il progetto si avvale di almeno 10 volontari che supportano attivamente le diverse attività. La capacità di attrarre, formare e mantenere un gruppo stabile di volontari è essenziale per garantire la continuità delle attività nel lungo termine. Il numero di volontari formati e la loro partecipazione costante rappresentano un indicatore significativo di sostenibilità.

Collaborazioni e partenariati

La creazione di partenariati duraturi con enti locali, associazioni e organizzazioni non profit è un altro indicatore di sostenibilità cruciale. Questi partenariati possono fornire risorse aggiuntive, competenze e supporto logistico, contribuendo alla continuità del progetto. Il numero di collaborazioni attivate e la qualità delle relazioni instaurate con i partner locali sono indicatori importanti per valutare la sostenibilità del progetto.

Partecipazione e feedback dei beneficiari

La partecipazione attiva e il feedback positivo dei beneficiari sono indicatori di sostenibilità essenziali. La capacità del progetto di rispondere ai bisogni degli anziani e di mantenere un alto livello di soddisfazione tra i partecipanti contribuisce alla sua continuità. Il numero di beneficiari che continuano a partecipare alle attività e il feedback raccolto attraverso questionari di valutazione e interviste rappresentano indicatori di sostenibilità.

Impatto sulla comunità

L'impatto del progetto sulla comunità di Mirafiori SUD è un altro indicatore di sostenibilità. Questo include il miglioramento della coesione sociale, la riduzione dell'isolamento sociale degli anziani e la valorizzazione del patrimonio culturale locale. Il numero di eventi comunitari organizzati, il coinvolgimento della comunità nelle attività e il feedback positivo da parte dei membri della comunità sono indicatori dell'impatto sostenibile del progetto.

Innovazione e adattabilità

La capacità del progetto di innovare e adattarsi ai cambiamenti è un indicatore di sostenibilità fondamentale. Questo include l'introduzione di nuove attività, l'adattamento delle attività esistenti alle esigenze dei beneficiari e la capacità di rispondere a nuove sfide. La flessibilità e l'innovazione nelle attività del progetto rappresentano indicatori chiave della sua capacità di mantenersi nel tempo.

Collegamento con altre progettualità già attivate sul territorio

Il progetto "**Memorie in Movimento**" si inserisce in un contesto territoriale caratterizzato da numerose iniziative e progettualità già attivate, con le quali può creare sinergie e collaborazioni per massimizzare l'impatto e l'efficacia delle attività previste. Di seguito vengono descritti i principali collegamenti con altre progettualità presenti sul territorio di Mirafiori SUD e della città di Torino.

COLLABORAZIONE CON CENTRI CULTURALI E CIVICI

Il progetto può beneficiare della rete dei centri culturali e civici presenti nell'area SUD di Torino tra i quali la Casa nel Parco della Fondazione della Comunità di Mirafiori, che già operano nel campo della promozione culturale e della partecipazione civica. Questi centri possono offrire spazi e risorse per i laboratori creativi e le attività della "Banca della Memoria", favorendo il coinvolgimento di un pubblico più ampio e diversificato.

INTEGRAZIONE CON PROGETTI DI RIQUALIFICAZIONE URBANA

Le attività del progetto "Memorie in Movimento" possono integrarsi con i progetti di riqualificazione urbana in corso, che prevedono la valorizzazione degli spazi pubblici e la promozione di iniziative culturali e sociali. La collaborazione con partner istituzionali come la Città di Torino, la Compagnia di San Paolo e l'Università degli Studi di Torino, già coinvolti in questi progetti, può facilitare l'accesso a risorse e competenze aggiuntive.

SINERGIE CON PROGETTI DI COESIONE SOCIALE

Il progetto può trovare punti di contatto con altre iniziative volte a promuovere la coesione sociale e territoriale, come quelle sviluppate nell'ambito del Documento Programmatico Annuale 2024 della Compagnia di San Paolo. L'obiettivo di sviluppare sistemi di offerta abitativa sociale diffusa e modelli di housing inclusivi può essere complementare alle attività di "Memorie in Movimento", che mira a ridurre l'isolamento sociale degli anziani e a promuovere l'inclusione interculturale.

COLLABORAZIONE CON PROGETTI DI VALORIZZAZIONE DELLA MEMORIA STORICA

Il progetto "Memorie in Movimento" può integrarsi con altre iniziative locali che mirano alla valorizzazione della memoria storica e del patrimonio culturale, come quelle promosse dalla Fondazione Scuola dei Beni e delle Attività Culturali. La creazione della "Banca della Memoria" può beneficiare della collaborazione con enti e istituzioni che già operano nel campo della conservazione e digitalizzazione del patrimonio storica quale il Polo del '900.

Risorse umane destinate all'attività

Il progetto "**Memorie in Movimento**" prevede l'impiego di diverse risorse umane, ciascuna con specifiche competenze e ruoli, per garantire l'efficace realizzazione delle attività previste. Di seguito viene fornita una descrizione dettagliata delle risorse umane coinvolte.

COORDINAMENTO

Il coordinamento del progetto è affidato a una figura professionale con competenze specifiche nella gestione di progetti sociali e culturali. Il coordinatore avrà il compito di supervisionare tutte le attività del progetto, garantire il rispetto delle tempistiche e degli obiettivi, e facilitare la comunicazione tra i vari soggetti coinvolti. Il coordinatore lavorerà per un totale di 80 ore, con un costo orario di € 25, per un totale di € 2.000.

ANIMATORI DEI LABORATORI CREATIVI E ARTISTICI

I laboratori di creatività artistica saranno gestiti da animatori con competenze in arti visive e manuali. Questi professionisti avranno il compito di coinvolgere gli anziani e le donne della comunità straniera residente in attività di pittura, maglieria e altre forme di espressione artistica. Gli animatori dei laboratori creativi lavoreranno per un totale di 60 ore, con un costo orario di € 20, per un totale di € 1.240.

INSEGNANTE DI YOGA

L'insegnante di YOGA coordinerà le sedute anche per l'attività di YOGA sulla sedia promuovendo un approccio inclusivo e attento alle diverse attitudini, capacità e sensibilità dei partecipanti. È previsto un monte impegno di 30 h con un costo orario di 20 € e un totale di 600 €.

ANIMATORI DEI GRUPPI DI CAMMINO, GIOCO CARTE E GITE SOCIALI

I gruppi di cammino, le sedute di gioco carte e le gite turistiche saranno guidati da animatori con competenze specifiche nell'organizzazione di attività fisiche all'aperto e nella gestione di gruppi. Questi animatori avranno il compito di incentivare la partecipazione degli anziani e garantire la sicurezza durante le camminate e le escursioni. Gli animatori dei gruppi di cammino e delle gite sociali lavoreranno per un totale di 300 ore, con un costo orario di € 15, per un totale di € 4.500.

TECNICI PER I LABORATORI DELLA "BANCA DELLA MEMORIA"

I laboratori della "Banca della Memoria" saranno supportati da tecnici con competenze specifiche nella digitalizzazione e nella gestione di materiali fotografici e video. Questi tecnici avranno il compito di assistere gli anziani e i giovani studenti stranieri nel processo di digitalizzazione dei materiali storici, garantendo la qualità e la conservazione dei contenuti. I tecnici per i laboratori della "Banca della Memoria" lavoreranno per un totale di 300 ore, con un costo orario di € 10, per un totale di € 3.000.

ANIMATORE GRUPPI DI CONVERSAZIONE IN INGLESE

Come per i laboratori della "Banca delle Memoria", anche per i "Gruppi di conversazione in inglese" saranno attivamente coinvolti i giovani studenti universitari stranieri presenti sul territorio consentendo non solo la valorizzazione delle loro competenze, ma anche sviluppando un processo di integrazione e rinforzo dei legami comunitari e di confronto intergenerazionale. È previsto un impegno di complessive60 h con un costo del rimborso orario pari a 10 € e un conseguente totale di 600 € di budget.

VOLONTARI

Un elemento fondamentale del progetto è la partecipazione attiva di almeno 10 volontari, che saranno coinvolti nel corso delle varie attività. Questi volontari avranno ruoli di supporto, facilitazione e animazione,

contribuendo a creare un ambiente accogliente e stimolante per i partecipanti. La loro presenza è essenziale per garantire il buon funzionamento delle attività, favorire l'interazione sociale e supportare il lavoro degli animatori e dei tecnici. Non è previsto alcun costo a carico del progetto per la partecipazione dei volontari.

TOTALE RISORSE UMANE

Le risorse umane destinate all'attività del progetto "Memorie in Movimento" comprendono:

- **Coordinatore**: 80 ore a € 25 l'ora, per un totale di € 2.000.
- **Animatore laboratori creativi e artistici**: 60 ore a € 20 l'ora, per un totale di € 1.200.
- **Insegnante di yoga**: 30 ore a € 20 l'ora, per un totale di € 600.
- **Animatore gruppi di conversazione in inglese**: 30 ore a € 20 l'ora, per un totale di € 600.
- **Animatore gruppi di cammino, gite sociali e gioco carte**: 300 ore a € 15 l'ora, per un totale di € 4.500.
- **Tecnici per laboratori "Banca della Memoria"**: 300 ore a € 10 l'ora, per un totale di € 3.000.

Il totale delle spese di personale ammonta a € 11.900, rappresentando il 47,6% del totale dei costi del progetto. Queste risorse umane, con le loro competenze specifiche e l'impegno dedicato, sono fondamentali per garantire il successo delle attività previste e il raggiungimento degli obiettivi del progetto.

H	Qualifica	Tipo attività che verrà svolta	ENTE
80	Coordinatore	Gestione complessiva del progetto, monitoraggio dei progressi e coordinamento tra i vari attori	ARIS APS
60	Animatore laboratori creativi e artistici	Guida degli anziani e delle donne della comunità straniera nelle attività artistiche	ARIS APS
30	Insegnante di yoga	Conduzione delle sessioni di yoga e yoga sulla sedia	ARIS APS
30	Animatore gruppi di conversazione in inglese	Facilitazione delle sessioni settimanali di conversazione in inglese	ARIS APS
300	Animatore gruppi di cammino, gite sociali e gioco carte	Conduzione dei gruppi di cammino, delle gite sociali e delle sessioni di gioco di carte	ARIS APS
300	Tecnici per laboratori "Banca della Memoria"	Digitalizzazione del materiale fotografico e video della "Banca della Memoria"	ARIS APS

Volontari

Oltre alle risorse umane elencate, il progetto prevede la partecipazione attiva di almeno 10 volontari, che saranno coinvolti nel corso delle varie attività. Questi volontari avranno ruoli di supporto, facilitazione e animazione, contribuendo a creare un ambiente accogliente e stimolante per i partecipanti. La loro presenza è essenziale per garantire il buon funzionamento delle attività, favorire l'interazione sociale e supportare il lavoro degli animatori e dei tecnici.

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

Il progetto "**Memorie in Movimento**" richiede una serie di risorse tecniche e strumentali per garantire l'efficace realizzazione delle attività previste. Queste risorse sono essenziali per supportare il personale e i volontari nelle diverse fasi del progetto e per assicurare che le attività si svolgano in modo fluido e produttivo.

MATERIALI DI CONSUMO PER I LABORATORI CREATIVI

Per i laboratori di creatività artistica, saranno necessari vari materiali di consumo, tra cui pennelli, colori, tele, tessuti, filati e altri strumenti di artigianato. Questi materiali permetteranno agli anziani e alle donne della comunità straniera di esprimere la loro creatività attraverso attività di pittura, maglieria e altre forme d'arte manuale. L'acquisto di questi materiali è previsto con un budget di € 1.500.

SUPPORTI DIGITALI PER LA "BANCA DELLA MEMORIA"

I laboratori della "Banca della Memoria" richiedono supporti digitali specifici per il riversaggio e la conservazione dei materiali storici. Tra questi supporti figurano scanner ad alta risoluzione, hard disk esterni, schede di memoria e software di gestione dei dati digitali. Questi strumenti consentiranno di digitalizzare fotografie e video, preservando la memoria storica della comunità anziana. Il budget destinato a questi supporti digitali è di € 1.000.

ATTREZZATURE INFORMATICHE

Per la realizzazione dei laboratori della "Banca della Memoria", sarà necessario noleggiare attrezzature informatiche come computer, scanner e stampanti. Queste attrezzature sono fondamentali per il processo di digitalizzazione e per garantire la qualità dei contenuti digitali. Il noleggio delle attrezzature informatiche è previsto con un budget di € 1.550.

SERVIZI DI AUTOTRASPORTO PER VIAGGI SOCIALI

Le gite turistiche e i viaggi sociali richiedono l'organizzazione di servizi di autotrasporto per garantire la mobilità dei partecipanti. È necessario disporre di veicoli adeguati e confortevoli per il trasporto di gruppi di anziani verso le diverse destinazioni. Questi servizi di autotrasporto sono essenziali per facilitare l'accesso alle attività e promuovere la partecipazione attiva. Il budget destinato ai servizi di autotrasporto è di € 3.500.

MATERIALE DI COMUNICAZIONE

Per le attività promozionali e divulgative del progetto, sarà necessario disporre di materiale di comunicazione, tra cui brochure, volantini, manifesti e contenuti digitali. Questi materiali saranno utilizzati per informare la comunità sulle attività del progetto e per coinvolgere un ampio pubblico. Il budget destinato al materiale di comunicazione è di € 1.000.

DIVISE E VESTIARIO

Per garantire la sicurezza e la riconoscibilità del personale e dei volontari coinvolti nelle attività del progetto, sarà necessario acquistare divise e vestiario adeguato. Questi articoli includono t-shirt, giacche, cappellini e altri indumenti personalizzati con il logo del progetto. Il budget destinato a divise e vestiario è di € 1.800.

Come indicato analiticamente nell'allegato schema di budget (MODELLO C) il costo complessivo del progetto è di 25.000 €.

Codice di costo	Descrizione voce di costo	UM	€/cd	Q.ta	Importo	% su Totale costi
1	**Spese di personale** (coinvolto direttamente nelle attività) – indicare numero, qualifica professionale, tipologia rapporto, costo orario (ad es. contratto a tempo determinato, incarico professionale, ecc..)				**€ 11.900**	**47,6%**
	Coordinamento	H	€ 25	80	€ 2.000	17%
	Animatore laboratori creativi e artistici	H	€ 20	60	€ 1.200	10%
	Insegnante YOGA	H	€ 20	30	€ 600	5%
	Animatore gruppi di conversazione in inglese	H	€ 10	60	€ 600	5%
	Animatore gruppi di cammino, gite sociali e gioco carte	H	€ 15	300	€ 4.500	38%
	Tecnici per laboratori "BANCA DELLA MEMORIA"	H	€ 10	300	€ 3.000	25%
2	**Spese per acquisto di piccole attrezzature (max 500 € cad.), materiale di consumo, beni strumentali - indicare tipologia e numero:**				**€ 2.500**	**10,0%**
	Materiali di consumo per laboratori creativi	Forfait	€ 1.500	1	€ 1.500	60%
	Supporti digitali per rivesaggi "BANCA DELLA MEMORIA"	Forfait	€ 1.000	1	€ 1.000	40%
3	**Spese per prestazioni e acquisto di servizi** (comprensivo di personale se fornito da terzi):				**€ 5.050**	**20,2%**
	Servizi di autotrasporto per viaggi sociali	Forfait	€ 3.500	1	€ 3.500	69%
	Noleggi attrezzature informatiche per laboratori "BANCA DELLA MEMORIA"	Forfait	€ 1.550	1	€ 1.550	31%
4	**Spese per attività di promozionali e divulgative** (max 10% del costo totale del progetto)				**€ 2.500**	**10%**
	Attività di comunicazione	Forfait	€ 1.500	1	€ 1.500	60%
	Materiale di comunicazione	Forfait	€ 1.000	1	€ 1.000	40%
5	**Spese per l'acquisto di divise, vestiario ed altre attrezzature personali correlate all'attuazione del progetto**	Forfait	€ 1.800	1	**€ 1.800**	**7,2%**
6	**Spese generali** (progettazione, coordinamento, amministrazione, rendicontazione, ecc…) (max. 5% del costo totale del progetto)	Forfait	€ 1.250	1	**€ 1.250**	**5,0%**
		TOTALE COSTI PROGETTO (a)			**€ 25.000**	**100%**
		di cui, a titolo di cofinanziamento (b)			**€ 5.000**	**20%**
		CONTRIBUTO RICHIESTO (a - b)			**€ 20.000**	**80%**

Le voci sottostanti si riferiscono alla totalità del progetto (non più alle singole macroattività)

In cosa consiste l'innovatività della proposta progettuale

Il progetto "Memorie in Movimento" si distingue per la sua forte componente innovativa, che si manifesta a vari livelli, integrando diversi approcci e metodologie che rispondono in modo efficace alle esigenze della comunità di Mirafiori SUD.

APPROCCIO INTEGRATO E PARTECIPATIVO

L'innovatività del progetto risiede innanzitutto nel suo approccio integrato e partecipativo. "Memorie in Movimento" non si limita a proporre singole attività, ma adotta una visione olistica che coinvolge attivamente la popolazione anziana, le donne della comunità straniera e i giovani, creando un dialogo intergenerazionale e interculturale. Questo approccio partecipativo garantisce che le attività siano realmente rispondenti alle esigenze dei beneficiari, favorendo una maggiore inclusione e coesione sociale.

RECUPERO E VALORIZZAZIONE DELLA MEMORIA STORICA

Un altro aspetto innovativo del progetto è rappresentato dalla "banca della memoria", un'iniziativa che mira a recuperare e digitalizzare materiale fotografico e video in formato analogico. Questa attività non solo preserva le storie di vita degli anziani, ma le rende accessibili alle future generazioni, creando un archivio digitale che arricchisce il patrimonio culturale della comunità. La combinazione di tecnologie digitali e narrazione orale rappresenta un'innovazione significativa nel campo della conservazione della memoria storica.

PROMOZIONE DEL BENESSERE FISICO E MENTALE

L'introduzione dei gruppi di cammino con la tecnica del Nordik Walking rappresenta un'innovazione nel promuovere l'attività fisica tra gli anziani. Questa attività non solo migliora la salute fisica, ma favorisce anche la socializzazione e la creazione di legami tra i partecipanti. L'utilizzo delle aree verdi del territorio di Mirafiori SUD per queste attività sottolinea un approccio sostenibile e accessibile alla promozione del benessere.

INCLUSIONE INTERCULTURALE E DI GENERE

Il progetto pone particolare attenzione all'inclusione delle donne, sia anziane che della comunità straniera, offrendo loro spazi sicuri e accoglienti dove esprimere la propria creatività e partecipare attivamente alla vita comunitaria. Questa attenzione alla parità di genere e all'inclusione interculturale rappresenta un elemento di forte innovazione, in quanto promuove una partecipazione equilibrata e rispettosa delle diversità.

SOSTENIBILITÀ E REPLICABILITÀ

Infine, l'innovatività del progetto "Memorie in Movimento" risiede nella sua capacità di generare un impatto duraturo e di essere replicato in altri contesti. L'esperienza acquisita e i modelli di intervento sviluppati potranno essere adattati e implementati in altre aree della città di Torino o in altri contesti simili, garantendo la sostenibilità delle iniziative e la diffusione delle best practices.

In sintesi, l'innovatività del progetto "Memorie in Movimento" si manifesta in un approccio integrato e partecipativo, nel recupero e valorizzazione della memoria storica, nella promozione del benessere fisico e mentale, nell'inclusione interculturale e di genere, e nella sostenibilità e replicabilità delle iniziative. Questi elementi combinati rendono il progetto un modello innovativo e di successo per la promozione dell'inclusione sociale e del dialogo intergenerazionale nella comunità di Mirafiori SUD.

Possibili effetti moltiplicatori (potenzialità di riproducibilità e di sviluppo)

Il progetto "**Memorie in Movimento**" presenta notevoli potenzialità di riproducibilità e sviluppo, grazie alla sua struttura modulare e all'approccio integrato che ne facilita l'adattamento a diversi contesti territoriali e sociali. Di seguito vengono descritti i principali effetti moltiplicatori del progetto, sia in termini di potenzialità di riproducibilità che di sviluppo futuro.

RIPRODUCIBILITÀ DEL MODELLO

Il progetto "Memorie in Movimento" è stato concepito con una struttura flessibile e adattabile, che ne permette la replicabilità in altre aree urbane e rurali con caratteristiche simili a quelle di Mirafiori SUD. Gli elementi chiave del progetto, come i laboratori di creatività artistica, i gruppi di cammino con Nordik Walking, la banca della memoria e le gite turistiche, possono essere facilmente implementati in altri contesti, con adattamenti minimi alle specificità locali. La metodologia partecipativa e inclusiva adottata nel progetto garantisce che le attività siano efficaci e rispondenti alle esigenze dei beneficiari in qualsiasi contesto.

SOSTENIBILITÀ E CONTINUITÀ DELLE ATTIVITÀ

Uno degli effetti moltiplicatori più significativi è la sostenibilità delle attività proposte. Il coinvolgimento di volontari e partner locali assicura la continuità delle iniziative anche oltre la durata del finanziamento iniziale. La formazione dei volontari e la creazione di reti di supporto locali favoriscono la perpetuazione delle attività nel tempo, garantendo un impatto duraturo sulla comunità. La documentazione delle best practices e la condivisione dei risultati con altre organizzazioni permettono di diffondere il modello e di incoraggiare la replicazione delle iniziative.

POTENZIALITÀ DI SVILUPPO

Il progetto "Memorie in Movimento" ha un forte potenziale di sviluppo, grazie alla sua capacità di adattarsi e crescere in risposta alle esigenze emergenti della comunità. Le attività proposte possono essere ampliate e arricchite con nuovi contenuti e modalità di intervento. Ad esempio, i laboratori di creatività artistica potrebbero includere nuove forme d'arte e artigianato, mentre la banca della memoria potrebbe espandersi per includere storie e testimonianze registrate in formato audio e video. Le gite turistiche potrebbero essere estese a destinazioni più lontane, coinvolgendo un numero maggiore di partecipanti.

EFFETTI A LUNGO TERMINE SULLA COMUNITÀ

A lungo termine, il progetto può contribuire a creare una comunità più coesa e inclusiva, migliorando la qualità della vita degli anziani e favorendo il dialogo intergenerazionale e interculturale. La valorizzazione della memoria storica e la promozione della partecipazione attiva degli anziani possono avere un effetto positivo sulla percezione della propria identità e del proprio ruolo nella società, rafforzando il senso di appartenenza e di solidarietà comunitaria. Inoltre, la promozione dell'attività fisica e del benessere può ridurre il carico sulle strutture sanitarie locali, grazie a una popolazione anziana più sana e attiva.

COLLABORAZIONI E RETI

Il progetto ha il potenziale di stimolare collaborazioni e reti tra diverse organizzazioni e istituzioni, sia a livello locale che nazionale. La condivisione delle esperienze e dei risultati con altre realtà può favorire la creazione di partenariati strategici, che contribuiscano alla diffusione del modello e al miglioramento continuo delle pratiche adottate. Inoltre, la partecipazione a reti e piattaforme di scambio può facilitare l'accesso a ulteriori risorse e opportunità di finanziamento, sostenendo lo sviluppo e l'espansione del progetto.

Il progetto "Memorie in Movimento" possiede quindi un elevato potenziale di riproducibilità e sviluppo, grazie alla sua struttura flessibile, alla sostenibilità delle attività, alla capacità di adattamento e crescita, agli effetti positivi a lungo termine sulla comunità e alla possibilità di stimolare collaborazioni e reti. Questi elementi combinati assicurano che il progetto possa generare un impatto duraturo e positivo, sia a livello locale che in altri contesti simili.

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

A fronte di un budget complessivo pari a **25.000 €** i **proponenti sosterranno una quota di costi pari a 5.000 €**, equivalente al **20% del costo complessivo di progetto** e con il **raddoppio** della quota di **co-finanziamento** prevista dall'avviso pubblico.

Attività di comunicazione previste

Le attività di comunicazione previste per il progetto "**Memorie in Movimento**" sono state progettate con l'obiettivo di garantire una diffusione capillare delle informazioni, coinvolgere attivamente la comunità e valorizzare i risultati raggiunti. Di seguito vengono descritte le principali strategie e strumenti di comunicazione che saranno utilizzati.

PREPARAZIONE DI MATERIALI INFORMATIVI

Uno degli elementi chiave delle attività di comunicazione sarà la preparazione di un esteso apparato informativo relativo alle attività del progetto. Questo includerà brochure, volantini e manifesti che descrivono le diverse iniziative, i benefici per i partecipanti e le modalità di adesione. Questi materiali saranno distribuiti in punti strategici del quartiere, come centri anziani, biblioteche, farmacie e luoghi di culto, per raggiungere il maggior numero possibile di persone.

COMUNICAZIONE DIGITALE E SOCIAL MEDIA

La comunicazione digitale giocherà un ruolo fondamentale nel promuovere il progetto e coinvolgere la comunità. Sarà creata una sezione dedicata al progetto sul sito web di ARIS APS, che conterrà informazioni dettagliate sulle attività, le storie dei partecipanti e gli aggiornamenti sullo stato di avanzamento del progetto. Inoltre, verranno utilizzati i social media per diffondere notizie, foto e video delle attività in corso, creando un'interazione continua con la comunità e stimolando la partecipazione attiva. Piattaforme come Facebook, Instagram e YouTube saranno utilizzate per raggiungere un pubblico più ampio e diversificato.

COMUNICAZIONE ISTITUZIONALE E STAMPA

La comunicazione istituzionale sarà un altro elemento cruciale per il successo del progetto. Verranno preparati comunicati stampa e articoli per i media locali, regionali e nazionali, al fine di dare visibilità al progetto e sensibilizzare l'opinione pubblica sulle tematiche affrontate. La collaborazione con giornali, radio e televisioni locali permetterà di raggiungere anche quelle fasce di popolazione meno avvezze all'uso delle tecnologie digitali.

EVENTI PUBBLICI E DI RESTITUZIONE

Saranno organizzati eventi pubblici e di restituzione per presentare i risultati del progetto e coinvolgere attivamente la comunità. Questi eventi includeranno mostre dei lavori creativi prodotti nei laboratori artistici, proiezioni delle storie digitalizzate nella banca della memoria e presentazioni delle esperienze vissute durante le gite turistiche. Gli eventi saranno momenti di condivisione e celebrazione, che permetteranno di rafforzare il senso di appartenenza alla comunità e di valorizzare il contributo di tutti i partecipanti.

COMUNICAZIONE INTERNA

Per garantire una gestione efficace delle attività e una comunicazione fluida tra tutti gli attori coinvolti, sarà rafforzata la comunicazione interna. Verranno organizzati incontri periodici tra il team di progetto, i volontari e i partner locali, per condividere aggiornamenti, feedback e pianificare le attività future. Saranno utilizzati strumenti digitali, come email, newsletter interne e piattaforme di collaborazione online, per mantenere tutti i membri del team informati e coinvolti.

TRASPARENZA E FIDUCIA

Infine, tutte le attività di comunicazione saranno guidate dai principi di trasparenza, fiducia e serietà. La Fondazione e i partner del progetto si impegneranno a comunicare in modo chiaro e accurato i risultati delle iniziative, l'uso delle risorse e l'impatto generato. Questo approccio non solo contribuirà a costruire e mantenere la fiducia della comunità, ma rafforzerà anche la credibilità e la reputazione del progetto.

Le attività di comunicazione previste per il progetto "**Memorie in Movimento**" includono pertanto la preparazione di materiali informativi, l'uso strategico dei social media, la comunicazione istituzionale e stampa, l'organizzazione di eventi pubblici e di restituzione, il rafforzamento della comunicazione interna e l'adesione ai principi di trasparenza e fiducia. Queste strategie combinate garantiranno una diffusione capillare delle informazioni, un coinvolgimento attivo della comunità e una valorizzazione dei risultati raggiunti.

Integrazione con il Piano locale della Prevenzione

Il progetto "**Memorie in Movimento**" si integra pienamente con il **Piano Locale della Prevenzione** (**PLP**) dell'**ASL Città di Torino**, rispondendo in maniera coerente e strutturata agli obiettivi strategici e alle azioni previste dal piano stesso. Di seguito vengono descritti i principali punti di integrazione.

PROMOZIONE DELLA SALUTE E DEL BENESSERE

Uno degli obiettivi fondamentali del PLP è la promozione della salute e del benessere della popolazione, con particolare attenzione alle fasce più vulnerabili, come gli anziani. Il progetto "Memorie in Movimento" contribuisce a questo obiettivo attraverso diverse iniziative che favoriscono il benessere fisico e mentale degli anziani. In particolare, i gruppi di cammino con la tecnica del Nordik Walking incoraggiano l'attività fisica regolare, riducendo il rischio di malattie croniche e migliorando la qualità della vita degli anziani.

INCLUSIONE SOCIALE E RIDUZIONE DELL'ISOLAMENTO

Il PLP pone grande enfasi sull'inclusione sociale e sulla riduzione dell'isolamento, soprattutto tra le persone anziane. Il progetto "Memorie in Movimento" risponde a questa esigenza creando spazi e momenti di aggregazione sociale attraverso i laboratori di creatività artistica, la banca della memoria e le gite turistiche. Queste attività offrono agli anziani l'opportunità di socializzare, sviluppare nuove competenze e partecipare attivamente alla vita comunitaria, contribuendo così a ridurre l'isolamento e a migliorare il benessere psicologico.

PREVENZIONE DELLA FRAGILITÀ E PROMOZIONE DELL'AUTONOMIA

Il PLP dell'ASL Città di Torino mira a prevenire la fragilità e a promuovere l'autonomia degli anziani. Il progetto "Memorie in Movimento" si inserisce in questo contesto offrendo attività che stimolano sia il corpo che la mente. I laboratori di creatività artistica, ad esempio, non solo permettono di esprimere la propria creatività, ma favoriscono anche la motricità fine e la concentrazione. La banca della memoria, invece, stimola la memoria e le capacità cognitive, contribuendo a mantenere attive le funzioni mentali degli anziani.

SVILUPPO DI RETI TERRITORIALI E COLLABORAZIONE INTERISTITUZIONALE

Il PLP sottolinea l'importanza di sviluppare reti territoriali e di promuovere la collaborazione interistituzionale per garantire un approccio integrato alla prevenzione e alla promozione della salute. Il progetto "Memorie in Movimento" è caratterizzato da una forte collaborazione con diverse realtà locali, tra cui associazioni, enti pubblici e privati, e volontari. Questa rete di collaborazioni permette di offrire un supporto più completo e integrato agli anziani, facilitando l'accesso alle risorse e ai servizi disponibili sul territorio.

VALORIZZAZIONE DELLA MEMORIA STORICA E DEL PATRIMONIO CULTURALE

Il PLP riconosce l'importanza di valorizzare la memoria storica e il patrimonio culturale come strumenti di coesione sociale e di promozione del benessere. La "banca della memoria" del progetto "Memorie in Movimento" risponde pienamente a questa visione, recuperando e digitalizzando materiale fotografico e video che racconta la storia della comunità anziana. Questa