Firmato digitalmente da:

NERINA DIRINDIN

MODELLO B

"Avviso pubblico per la selezione di progetti, attività ed iniziative innovative in favore dell'invecchiamento attivo"

SCHEDA DI PROGETTO

– Titolo del progetto *SILVER WELLNESS. Benessere integrato per percorsi di invecchiamento attivo*

– Denominazione dell'Ente capofila

CIPES - Centro d'Iniziativa per la Promozione della Salute e l'Educazione Sanitaria

– Esigenze e bisogni individuati e rilevati a livello territoriale

La presente proposta progettuale pone l'accento sul tema dell'invecchiamento attivo con la volontà di promuovere azioni che possano incentivare stili di vita sani e rispondere a bisogni territoriali rilevati nel corso del tempo e da esperienza maturata. In questo senso, sembra utile sottolineare i **cambiamenti socio demografici** vissuti nell'ultimo triennio a livello nazionale e regionale, con l'obiettivo di evidenziare il progressivo invecchiamento della popolazione residente nella regione Piemonte e il conseguente **aumento della longevità**. L'Indice di Dipendenza degli anziani dell'UE[1], definito come il rapporto esistente in una nazione fra il numero di persone anziane e il numero di soggetti in età lavorativa, segnala un drastico aumento dei primi negli ultimi anni, che varia dal 1 gennaio 2013 (27,7%) al 1 gennaio 2023 (33,4%) di 5,7 punti con particolare riferimento all'Italia che rientra fra i rapporti alti più registrati: 37,8%.

Lo scenario europeo risulta essere uno specchio del contesto nazionale e in particolare regionale, analisi Istat 2023 riportano un progressivo invecchiamento della popolazione attraverso dati significativi e concreti: considerando una popolazione di 58 milioni di residenti il 24% risulta essere di età over 65 e il 7,8% over 80. Scenari futuri prevedono un aumento significativo della popolazione over 65 fino ad arrivare secondo stime ad essere il 35% nel 2050 e rispettivamente il 14,1% le persone over 80.[2]

I dati riportati rilevano un aumento dell'aspettativa di vita che tende e tenderà ad aumentare sempre più, portando con sé diverse problematiche economiche, sociali e sociosanitarie. Aumentando l'aspettativa di vita, cresce il numero di anziani in condizioni di **fragilità socio sanitaria** e di conseguenza una possibile presa in cura da parte dei servizi sanitari locali. A fronte di quanto rilevato,

[1] Eurostat, *EU median age increased by 2.3 years since 2013*
https://ec.europa.eu/eurostat/en/web/products-eurostat-news/w/ddn-20240215-1

[2] M.R. Della Porta, *Invecchiamento attivo in Italia: con il decreto anziani attesi passi in avanti*, I-Com, Istituto per la Competitività,
https://www.i-com.it/2024/03/22/pubblicato-il-decreto-anziani-un-passo-in-avanti-per-la-garanzia-dell-invecchiamento-attivo-in-italia/#:~:text=In%20Italia%2C%20come%20nella%20maggior,%2C8%25%20era%20over%2080.

CIPES (Centro d'Iniziativa per la Promozione della Salute e l'Educazione Sanitaria), opera in accordo con le direttive dell'OMS, della UE e in linea con gli obiettivi prefissati dal PIA (Piano Invecchiamento Attivo), per diffondere la cultura della promozione della salute e nei diversi ambiti istituzionali e sociali della Città Metropolitana di Torino e attraverso azioni dedicate alla popolazione over 65.
In questo senso, nel tempo si sono sperimentati e consolidati servizi e attività volti alla partecipazione attiva alla vita di comunità con il focus relativo a progettualità che prevedano percorsi di invecchiamento attivi integrati e in sinergia con realtà territoriali esistenti e con cui l'Associazione collabora da anni al fine di generare e offrire momenti di inclusione e protagonismo sociale.

- 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 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 *(da compilare per ogni singola macro attività prevista)*

Descrizione attività

1. Attività di formazione psicoeducativa e di stimolazione cognitiva
Piano Invecchiamento Attivo_obiettivo 2.1 / 2.2 / 2.3

L'attività di formazione psicoeducativa e di stimolazione cognitiva si traduce attraverso incontri calendarizzati relativi alla psicoeducazione, strutturati a partire dalle emerse dall'edizione precedente del presente progetto. In particolare è stato pensato come attività laboratoriale, mettendo in campo competenze teoriche e pratiche e aiutando la stimolazione cognitiva ed emotiva dei partecipanti. Il laboratorio per l'invecchiamento attivo si concentra sullo sviluppo delle competenze cognitive ed emotive degli anziani e mira a prevenire e combattere la solitudine, favorendo la pro-socialità. Il laboratorio, sia teorico che esperienziale, si propone di migliorare la qualità della vita degli anziani

secondo il modello di salute bio-psico-sociale. Mira a sviluppare e potenziare capacità e risorse emotivo-relazionali e cognitive, creando uno spazio di riflessione e conoscenza di sé. Questo permette di dare un senso agli insegnamenti, suscitare emozioni significative e riflessioni sui vissuti dei partecipanti, stimolando la socializzazione e una lettura positiva della propria biografia e delle caratteristiche emotivo-cognitive individuali. Il programma prevede attività di informazione e formazione per lo sviluppo di competenze interpersonali, cognitive e sociali. Le tematiche trattate saranno: struttura e il funzionamento del cervello, Invecchiamento cognitivo attivo e riserva cognitiva, memoria, attenzione, funzioni esecutive, linguaggio, emozioni, gestione dello stress e sonno.

Destinatari

Tipologia:

Persone over 65 residenti nella Città Metropolitana di Torino a significativo rischio di disturbo cognitivo

- **numero e fascia anagrafica:**

Indicativamente 40 partecipanti durante il percorso che rientrino nella fascia d'età over 65

- **modalità per la loro individuazione:**

La modalità di individuazione dei singoli beneficiari avviene attraverso meccanismi di collaborazione pubblico-privato-terzo settore. In particolare le candidature al progetto saranno previa segnalazione di medici di medicina generale e attraverso la condivisione di beneficiari con altre associazioni e/o progetti presenti sul territorio di riferimento, nonché assistiti inviati da ASL TO3, in quanto partner di progetto e Associazione Castello di Rivoli Museo d'Arte Contemporanea.

Tempi di realizzazione: 8 mesi

Ambito territoriale coinvolto: Città Metropolitana di Torino

Ruolo di ciascun partner

Gruppo Arco s.c.s., partner del presente progetto e in continuità con l'edizione precedente (progetto "AttivaMente"), ha trattato il tema della stimolazione cognitiva attraverso il progetto Community Care Living Lab con ottimi risultati. In particolare, si mette a disposizione per la realizzazione dell'attività neuropsicologica le tecniche metodologiche sperimentate precedentemente, al fine di migliorare l'approccio sistemico al supporto cognitivo ed emotivo di persone over 65. Gruppo Arco S.C.S. mette a disposizione gli spazi nei quali poter accogliere i beneficiari e individua tramite il poliambulatorio POLIS e altre progettualità attive possibili beneficiari di progetto. In questo senso, ASL TO3, in quanto partner di progetto promuove le azioni descritte divulgando la proposta e inviando possibili utenti con l'obiettivo di intensificare la sinergie territoriali.

Risultati attesi

L'attività dedicata alla formazione psicoeducativa e ai temi relativi alla stimolazione cognitiva prevede un aumento della consapevolezza e di conseguenza dell'abilità riguardo al funzionamento cognitivo ed

emotivo del proprio organismo, tenendo conto degli inevitabili cambiamenti subiti nella fascia d'età dei partecipanti.

Strumenti o indicatori di valutazione

Gli indicatori utilizzati a valutare l'impatto e l'efficacia dell'attività proposta saranno:

- Presenze dei partecipanti: almeno 80% delle presenze;
- Svolgimento regolare degli esercizi: almeno 80% presenta un regolare svolgimento di esercizi consigliati;
- Questionario indice di gradimento: almeno 80% dei partecipanti risulta essere soddisfatto a fine percorso delle competenze acquisite;

Collegamento con altre progettualità già attivate sul territorio

La presente proposta progettuale vanta la possibilità di essere strutturata attraverso una lunga esperienza maturata sul territorio della Città Metropolitana di Torino grazie alle attività promosse dall'associazione CIPES. In particolare, strettamente interconnesso al progetto presentato si cita il progetto **AttivaMente**, in continuità con le azioni proposte e finanziato dalla Regione Piemonte, che ha la volontà di sviluppare percorsi di supporto alla costruzione della sfera emotiva e cognitiva della persona attraverso l'offerta di attività che prendano in considerazione diverse sfere di azione, da quella motoria a quella alimentare e non ultima quella cognitivo-relazionale. Nelle diverse progettualità promosse dall'Associazione CIPES il filo conduttore risulta essere la promozione del benessere e di percorsi di invecchiamento attivo che possano promuovere il contrasto alla marginalità sociale e stimolare meccanismi volti alla cura della popolazione over 65, diretti agli stessi beneficiari e ai rispettivi caregiver (**L'informazione di prossimità a sostegno della presa in carico delle cronicità nel quartiere Vallette** e **Facciamoci riconoscere**).

In questo senso, sembra utile far riferimento e collegare il progetto **Community Care Living Lab (CCLL)**, promosso da Gruppo Arco S.C.S., con l'idea di creare un'infrastruttura di comunità, diretta a persone over 65, e offrire la possibilità di seguire programmi innovativi e strutturati mediante nuove tecnologie che fondano la loro potenzialità in un approccio condiviso e di partecipazione attiva. Altre esperienze utili alla rilevazione di possibili bisogni territoriali e alla strutturazione del presente progetto sono riconducibili al progetto **Well Fare – Fare Bene AN.CO.RE. 2.0** e **Cittadella del Welfare**, entrambi promotori di meccanismi di welfare di comunità e solidarietà sociale riguardo a bisogni emersi dalla popolazione over 65. Gruppo Arco S.C.S., oltre alla collaborazione attivata da anni con CIPES, nel tempo si è reso partner di diverse realtà che operano nel settore dell'invecchiamento attivo e grazie a sinergie territoriali ha promosso diverse attività relative al benessere generale della popolazione over 65, in particolare si citano i progetti **Non è mai troppo tardi**, in cui è coinvolta l'associazione di volontariato Amici del Gruppo Arco. Inoltre, si sottolinea la continuità delle attività previste con azioni svolte dai partner di progetto **Associazione Castello di Rivoli Museo d'arte Contemporanea** e **ASL TO3** sul territorio di riferimento, con la possibilità di integrare e attivare reti territoriali sinergiche.

Risorse umane destinate all'attività

	Numero di ore	Qualifica	Tipo attività che verrà svolta	Ente di appartenenza

	dedicate al progetto			
1	32	neuropsicologa	Attività di formazione psicoeducativa e di stimolazione cognitiva	-

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

Le risorse necessarie alla realizzazione dell'attività saranno in parte messe a disposizione dalla neuropsicologa e l'attività verrà svolta presso i locali messi a disposizione dal partner di progetto Gruppo Arco S.C.S.

Costi presunti

Il costo previsto per l'attività di formazione psicoeducativa e di stimolazione cognitiva è indicativamente di € 1920, comprensivo delle prestazioni di una neuropsicologa per la realizzazione dell'attività in gruppi.

Descrizione attività

2. Attività di screening neuropsicologico

Piano Invecchiamento Attivo_obiettivo 2.2 / 2.3

Un valido metodo per individuare la presenza di eventuali deficit delle principali funzioni cognitive è rappresentato dallo screening neuropsicologico che permette di effettuare un'ipotesi diagnostica in tempi rapidi e di consigliare ai pazienti e ai loro familiari l'iter corretto da intraprendere, favorendone, così, una rapida presa in carico.

Lo screening neuropsicologico viene effettuato da un Neuropsicologo o da uno Psicologo esperto in Neuropsicologia e permette di rilevare precocemente un MCI (Mild Cognitive Impairment), ossia un deficit Cognitivo Lieve o eventuali patologie neurodegenerative in stadio iniziale.

La seduta di screening neuropsicologico viene effettuata attraverso la somministrazione di test i cui risultati daranno il profilo globale di funzionamento cognitivo della persona, evidenziando i punti di forza e quelli di fragilità, e permette, inoltre, anche di proporre e predisporre un percorso clinico e preventivo che sia il più possibile "su misura" dell'utente.

L'esame neuropsicologico che verrà effettuato ad una parte di beneficiari del progetto è suddiviso principalmente in tre fasi: raccolta anamnestica (che comprende anche un breve colloquio con i familiari), valutazione cognitiva (somministrazione di test), restituzione (vengono spiegati i risultati dei test ed esposto l'eventuale piano di intervento). Il vantaggio dello screening neuropsicologico è dato, senza dubbio, dal rilevare con maggiore esattezza possibile, quale sia il grado di compromissione delle funzioni cognitive in modo tale da intervenire nel più breve tempo possibile e in maniera mirata a seconda dei casi.

Destinatari

Tipologia

Persone over 65 residenti nella Città Metropolitana di Torino a significativo rischio di disturbo cognitivo

- **numero e fascia anagrafica Indicativamente**

Indicativamente 60 partecipanti, di età over 65, durante il percorso che rientrino nella fascia d'età over 65

- **modalità per la loro individuazione**

La modalità di individuazione dei singoli beneficiari avviene attraverso meccanismi di collaborazione pubblico-privato-terzo settore. In particolare le candidature al progetto saranno previa segnalazione di medici di medicina generale e attraverso la condivisione di beneficiari con altre associazioni e/o progetti presenti sul territorio di riferimento, nonché assistiti inviati da ASL TO3, in quanto partner di progetto e Associazione Castello di Rivoli Museo d'Arte Contemporanea.

Tempi di realizzazione: 12 mesi

Ambito territoriale coinvolto: Città Metropolitana di Torino

Ruolo di ciascun partner

Gruppo Arco s.c.s., partner del presente progetto e in continuità con l'edizione precedente (progetto "AttivaMente"), ha trattato il tema della stimolazione cognitiva attraverso il progetto Community Care Living Lab con ottimi risultati. In particolare, si mette a disposizione per la realizzazione dell'attività neuropsicologica le tecniche metodologiche sperimentate precedentemente, al fine di migliorare l'approccio sistemico al supporto cognitivo ed emotivo di persone over 65. Gruppo Arco S.C.S. mette a disposizione gli spazi nei quali poter accogliere i beneficiari e individua tramite il poliambulatorio POLIS e altre progettualità attive possibili beneficiari di progetto. In questo senso, ASL TO3, in quanto partner di progetto promuove le azioni descritte divulgando la proposta e inviando possibili utenti con l'obiettivo di intensificare la sinergie territoriali.

Risultati attesi

L'attività di screening neuropsicologici offre la possibilità di valutare e rilevare precocemente un deficit cognitivo e di conseguenza iniziare un percorso diagnostico prima che possa essere posta diagnosi di demenza, quando il deficit cognitivo e il suo riverbero sulle attività di vita quotidiana non sono così marcati da porre diagnosi di demenza. I risultati attesi fanno riferimento alla possibilità di rilevare precocemente diagnosi relative a deficit cognitivo e/o comportamentale e poter intervenire tempestivamente offrendo un'ottimizzazione della gestione medica, la riduzione dei rischi che il deficit ne consegue e un miglioramento relativo all'accesso ai servizi con ricaduta positiva sull'outcome medico.

Strumenti o indicatori di valutazione

Gli strumenti con cui si intende valutare e monitorare lo stato di avanzamento dell'attività possono riguardare un generale andamento dell'azione prevista attraverso:

- Richiesta dei partecipanti: almeno 60 persone richiedenti;

- Questionario restituzione percorso screening neuropsicologico: almeno 80% dei partecipanti risulta essere soddisfatto della valutazione effettuata.

Collegamento con altre progettualità già attivate sul territorio

La presente proposta progettuale vanta la possibilità di essere strutturata attraverso una lunga esperienza maturata sul territorio della Città Metropolitana di Torino grazie alle attività promosse dall'associazione CIPES. In particolare, strettamente interconnesso al progetto presentato si cita il progetto **AttivaMente**, in continuità con le azioni proposte e finanziato dalla Regione Piemonte, che ha la volontà di sviluppare percorsi di supporto alla costruzione della sfera emotiva e cognitiva della persona attraverso l'offerta di attività che prendano in considerazione diverse sfere di azione, da quella motoria a quella alimentare e non ultima quella cognitivo-relazionale. Nelle diverse progettualità promosse dall'Associazione CIPES il filo conduttore risulta essere la promozione del benessere e di percorsi di invecchiamento attivo che possano promuovere il contrasto alla marginalità sociale e stimolare meccanismi volti alla cura della popolazione over 65, diretti agli stessi beneficiari e ai rispettivi caregiver (**L'informazione di prossimità a sostegno della presa in carico delle cronicità nel quartiere Vallette** e **Facciamoci riconoscere**).

In questo senso, sembra utile far riferimento e collegare il progetto **Community Care Living Lab (CCLL)**, promosso da Gruppo Arco S.C.S., con l'idea di creare un'infrastruttura di comunità, diretta a persone over 65, e offrire la possibilità di seguire programmi innovativi e strutturati mediante nuove tecnologie che fondano la loro potenzialità in un approccio condiviso e di partecipazione attiva. Altre esperienze utili alla rilevazione di possibili bisogni territoriali e alla strutturazione del presente progetto sono riconducibili al progetto **Well Fare – Fare Bene AN.CO.RE. 2.0** e **Cittadella del Welfare**, entrambi promotori di meccanismi di welfare di comunità e solidarietà sociale riguardo a bisogni emersi dalla popolazione over 65. Gruppo Arco S.C.S., oltre alla collaborazione attivata da anni con CIPES, nel tempo si è reso partner di diverse realtà che operano nel settore dell'invecchiamento attivo e grazie a sinergie territoriali ha promosso diverse attività relative al benessere generale della popolazione over 65, in particolare si citano i progetti **Non è mai troppo tardi**, in cui è coinvolta l'associazione di volontariato Amici del Gruppo Arco. Inoltre, si sottolinea la continuità delle attività previste con azioni svolte dai partner di progetto **Associazione Castello di Rivoli Museo d'arte Contemporanea** e **ASL TO3** sul territorio di riferimento, con la possibilità di integrare e attivare reti territoriali sinergiche.

Risorse umane destinate all'attività

	Numero di ore dedicate al progetto	Qualifica	Tipo attività che verrà svolta	Ente di appartenenza
1	60	neuropsicologa	Attività di screening neuropsicologico	-

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

Le risorse necessarie alla realizzazione dell'attività saranno in parte messe a disposizione dalla neuropsicologa ed è prevista, come dettagliato dal quadro economico di progetto, la spesa per l'acquisto di un programma per lo screening neuropsicologico .

Costi presunti

Il costo previsto per l'attività di stimolazione cognitiva è indicativamente di € 3600, comprensivo delle prestazioni di una neuropsicologa per la realizzazione dell'attività di screening.

Descrizione attività

3. Attività di sani stili di vita

Piano Invecchiamento Attivo_obiettivo 2.1 / 2.2 / 2.3

Diversi fattori contribuiscono alla malnutrizione in terza età e se non presi in considerazione questi possono condurre ad uno stato di fragilità nutrizionale, da aggiungersi ad ulteriori problematiche cognitive e relazionali. Seguire una corretta alimentazione in terza età consente di migliorare lo stato di salute, prevenire la comparsa di patologie e, di conseguenza, prolungare l'aspettativa di vita, nonché stimolare percorsi di invecchiamento attivo con conseguente consapevolizzazione delle scelte intraprese dalla persona stessa.

Le conferenze nutrizionali si pongono come obiettivo quello di sensibilizzare ed informare su come la corretta alimentazione in terza età unitamente ad un adeguato stile di vita, possano influenzare non solo la salute individuale ma anche l'ambiente in cui viviamo;

Ad ogni conferenza farà seguito uno spazio di condivisione: momento fondamentale, in occasione del quale gli uditori potranno richiedere approfondimenti su argomenti trattati durante la presentazione ponendo domande ed interagendo in maniera diretta con il relatore.

Destinatari

Tipologia:

Persone over 65 residenti nella Città Metropolitana di Torino.

- **numero e fascia anagrafica:**

Indicativamente 50 partecipanti ad incontro, di età over 65, data la capienza massima della sala dove si svolgeranno le conferenze relative a sani stili di vita insieme che potranno essere previste sul territorio della Città Metropolitana di Torino.

- **modalità per la loro individuazione**

La modalità di individuazione dei singoli beneficiari avviene attraverso meccanismi di collaborazione pubblico-privato-terzo settore. In particolare le candidature al progetto saranno previa segnalazione di medici di medicina generale e attraverso la condivisione di beneficiari con altre associazioni e/o progetti presenti sul territorio di riferimento, nonché assistiti inviati da ASL TO3, in quanto partner di progetto e Associazione Castello di Rivoli Museo d'Arte Contemporanea.

Tempi di realizzazione: 12 mesi

Ambito territoriale coinvolto: Città Metropolitana di Torino

Ruolo di ciascun partner

Gruppo Arco s.c.s e ASL TO3, al fine di promuovere l'obiettivo specifico dell'attività in questione, mettono a disposizione gli spazi dove poter realizzare gli incontri, tenuti da relatori specializzati con affiancamento di personale educativo. La figura dell'educatore, prevista come sostegno e supporto durante gli appuntamenti fissati, verrà individuata nel personale dipendente della Cooperativa Gruppo Arco.

Risultati attesi

Gli incontri relativi a sani stili di vita dedicati a persone over 65 mirano a promuovere il miglioramento della salute fisica in terza età mediante l'adozione di un adeguato regime alimentare e particolare attenzione alla sfera motoria, diffondendo informazioni nutrizionali utili a prevenire le malattie ed a favorire un processo di invecchiamento naturale e sollecitare il confronto, nonché momenti dedicati socializzazione.

Strumenti o indicatori di valutazione

Gli indicatori utilizzati a valutare l'impatto e l'efficacia dell'attività proposta saranno:
- Presenze dei partecipanti: almeno 80% delle presenze

Collegamento con altre progettualità già attivate sul territorio

La presente proposta progettuale vanta la possibilità di essere strutturata attraverso una lunga esperienza maturata sul territorio della Città Metropolitana di Torino grazie alle attività promosse dall'associazione CIPES. In particolare, strettamente interconnesso al progetto presentato si cita il progetto **AttivaMente**, in continuità con le azioni proposte e finanziato dalla Regione Piemonte, che ha la volontà di sviluppare percorsi di supporto alla costruzione della sfera emotiva e cognitiva della persona attraverso l'offerta di attività che prendano in considerazione diverse sfere di azione, da quella motoria a quella alimentare e non ultima quella cognitivo-relazionale. Nelle diverse progettualità promosse dall'Associazione CIPES il filo conduttore risulta essere la promozione del benessere e di percorsi di invecchiamento attivo che possano promuovere il contrasto alla marginalità sociale e stimolare meccanismi volti alla cura della popolazione over 65, diretti agli stessi beneficiari e ai rispettivi caregiver (**L'informazione di prossimità a sostegno della presa in carico delle cronicità nel quartiere Vallette** e **Facciamoci riconoscere**).

In questo senso, sembra utile far riferimento e collegare il progetto **Community Care Living Lab (CCLL)**, promosso da Gruppo Arco S.C.S., con l'idea di creare un'infrastruttura di comunità, diretta a persone over 65, e offrire la possibilità di seguire programmi innovativi e strutturati mediante nuove tecnologie che fondano la loro potenzialità in un approccio condiviso e di partecipazione attiva. Altre esperienze utili alla rilevazione di possibili bisogni territoriali e alla strutturazione del presente progetto sono riconducibili al progetto **Well Fare – Fare Bene AN.CO.RE. 2.0** e **Cittadella del Welfare**, entrambi promotori di meccanismi di welfare di comunità e solidarietà sociale riguardo a bisogni emersi dalla popolazione over 65. Gruppo Arco S.C.S., oltre alla collaborazione attivata da anni con CIPES, nel tempo si è reso partner di diverse realtà che operano nel settore dell'invecchiamento attivo e grazie a

sinergie territoriali ha promosso diverse attività relative al benessere generale della popolazione over 65, in particolare si citano i progetti **Non è mai troppo tardi**, in cui è coinvolta l'associazione di volontariato Amici del Gruppo Arco. Inoltre, si sottolinea la continuità delle attività previste con azioni svolte dai partner di progetto **Associazione Castello di Rivoli Museo d'arte Contemporanea** e **ASL TO3** sul territorio di riferimento, con la possibilità di integrare e attivare reti territoriali sinergiche.

Risorse umane destinate all'attività

	Numero di ore dedicate al progetto	Qualifica	Tipo attività che verrà svolta	Ente di appartenenza
1	15	relatori specializzati	Incontri di promozione di piani alimentari sani e stili di vita salutari	-
2	25	Educatore	Organizzazione, e supporto negli incontri di promozione di piani alimentari sani e stili di vita salutari	Gruppo Arco s.c.s

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

Le risorse necessarie per l'attuazione dell'attività, oltre ai locali messi a disposizione per gli incontri dai partner di progetto (Gruppo Arco S.C.S. e ASL TO3), comprenderanno anche possibile materiale divulgativo delle conferenze calendarizzate e se necessario materiale di cancelleria utile alla realizzazione degli incontri.

Costi presunti

Il costo previsto per l'attività di sani stili di vita è indicativamente di € 3393, comprensivo del cofinanziamento previsto, delle prestazioni di relatori specializzati e il supporto di un educatore nelle fasi di organizzazione, diffusione e creazione del materiale utile alla realizzazione delle conferenze.

Descrizione attività

3. Attività culturali, ricreative e artistiche

Piano Invecchiamento Attivo_obiettivo 6.1

A fronte dei più recenti studi, è sempre più evidente che salute e benessere psico-fisico sono correlati a uno stile di vita che contempli anche la frequentazione e la pratica dell'arte, della cultura e della bellezza. In tal senso, il Dipartimento Educazione del Castello di Rivoli Museo d'Arte Contemporanea lavora da quarant'anni per promuovere e diffondere la conoscenza dell'arte e della cultura del nostro tempo attraverso azioni volte alla crescita, al benessere, alla formazione lungo l'arco di tutta la vita con il coinvolgimento attivo delle persone. A tal proposito, il Dipartimento Educazione ha avviato partnership con terzo settore, enti culturali e di formazione, istituzioni scolastiche del territorio inteso

in senso ampio, nazionale e internazionale, ideando e realizzando progetti e attività educative, workshop, percorsi interdisciplinari, incontri ed esperienze attraverso le arti, attraverso una metodologia partecipata. Nell'ambito del progetto, le azioni proposte sono volte al sostegno all'invecchiamento attivo favorendo il benessere psico-fisico e la partecipazione alla vita sociale delle persone over 65 anche attraverso la creazione di una rete di relazioni tra generazioni nell'incontro tra anziani e giovani per promuovere una maggiore coesione sociale. Le attività avranno come obiettivo quello di avvicinare gli over 65 alla pratica dell'arte in modo creativo e coinvolgente, stimolando la riflessione, il dialogo e il confronto.

Destinatari

Tipologia:

Persone over 65 residenti nella Città Metropolitana di Torino.

- **numero e fascia anagrafica:**

Indicativamente 20 partecipanti ad incontro che rientrino nella fascia d'età over 65.

- **modalità per la loro individuazione**

La modalità di individuazione dei singoli beneficiari avviene attraverso meccanismi di collaborazione pubblico-privato-terzo settore. In particolare le candidature al progetto saranno previa segnalazione di medici di medicina generale e attraverso la condivisione di beneficiari con altre associazioni e/o progetti presenti sul territorio di riferimento, nonché assistiti inviati da ASL TO3, in quanto partner di progetto e Associazione Castello di Rivoli Museo d'Arte Contemporanea.

Tempi di realizzazione: 12 mesi

Ambito territoriale coinvolto: Città Metropolitana di Torino

Ruolo di ciascun partner

Il Dipartimento Educazione del Castello di Rivoli Museo d'Arte Contemporanea, in collaborazione con i partner di progetto, prevede la realizzazione delle attività culturali, da esperienza maturata nel settore, investe le sue risorse per facilitare l'accesso alla fruizione culturale e artistica, in un'ottica socio educativa, della popolazione residente sul territorio di riferimento, con particolare attenzione nei confronti delle persone over 65, stimolando reti socializzanti e percorsi di partecipazione attiva alla vita socio culturale della Città Metropolitana di Torino.

Risultati attesi

Il Dipartimento Educazione è il cuore pulsante della vita del Castello di Rivoli: con le sue molteplici attività rende evidente e tangibile l'idea di museo inteso come Agorà che si apre alla collettività, fucina del pensiero contemporaneo, centro di ricerca e di sperimentazione. Qui l'incontro con l'arte diventa per tutti i pubblici un'avventura emozionante, un vero e proprio "viaggio" di scoperta grazie al lavoro delle Artenaute, che viaggia nel mondo dell'arte e opera per mettere in pratica un processo di inclusione sociale rivolto a tutti, incentrato sulla relazione tra la persona e l'arte, in una prospettiva di continua ricerca e apprendimento che contribuisce a favorire lo sviluppo integrale delle persone.

Le attività culturali, ricreative e artistiche previste hanno la volontà di rendere fruibile il patrimonio culturale territoriale alla cittadinanza di riferimento, con particolare attenzione alle persone in fascia d'età over 65, incoraggiare la sperimentazione di diverse forme d'arte e fornire un canale per l'espressione di emozioni individuali e collettive. Trasversalmente all'arricchimento culturale e artistico si mira a stimolare processi di inclusione e socializzazione, favorendo il contrasto e la riduzione all'isolamento sociale specifico rischio della popolazione in terza età.

Strumenti o indicatori di valutazione

Gli indicatori utilizzati a valutare l'impatto e l'efficacia dell'attività proposta saranno:
- Presenze dei partecipanti: almeno 80% delle presenze

Collegamento con altre progettualità già attivate sul territorio

La presente proposta progettuale vanta la possibilità di essere strutturata attraverso una lunga esperienza maturata sul territorio della Città Metropolitana di Torino grazie alle attività promosse dall'associazione CIPES. In particolare, strettamente interconnesso al progetto presentato si cita il progetto **AttivaMente**, in continuità con le azioni proposte e finanziato dalla Regione Piemonte, che ha la volontà di sviluppare percorsi di supporto alla costruzione della sfera emotiva e cognitiva della persona attraverso l'offerta di attività che prendano in considerazione diverse sfere di azione, da quella motoria a quella alimentare e non ultima quella cognitivo-relazionale. Nelle diverse progettualità promosse dall'Associazione CIPES il filo conduttore risulta essere la promozione del benessere e di percorsi di invecchiamento attivo che possano promuovere il contrasto alla marginalità sociale e stimolare meccanismi volti alla cura della popolazione over 65, diretti agli stessi beneficiari e ai rispettivi caregiver (**L'informazione di prossimità a sostegno della presa in carico delle cronicità nel quartiere Vallette** e **Facciamoci riconoscere**).
In questo senso, sembra utile far riferimento e collegare il progetto **Community Care Living Lab (CCLL)**, promosso da Gruppo Arco S.C.S., con l'idea di creare un'infrastruttura di comunità, diretta a persone over 65, e offrire la possibilità di seguire programmi innovativi e strutturati mediante nuove tecnologie che fondano la loro potenzialità in un approccio condiviso e di partecipazione attiva. Altre esperienze utili alla rilevazione di possibili bisogni territoriali e alla strutturazione del presente progetto sono riconducibili al progetto **Well Fare – Fare Bene AN.CO.RE. 2.0** e **Cittadella del Welfare**, entrambi promotori di meccanismi di welfare di comunità e solidarietà sociale riguardo a bisogni emersi dalla popolazione over 65. Gruppo Arco S.C.S., oltre alla collaborazione attivata da anni con CIPES, nel tempo si è reso partner di diverse realtà che operano nel settore dell'invecchiamento attivo e grazie a sinergie territoriali ha promosso diverse attività relative al benessere generale della popolazione over 65, in particolare si citano i progetti **Non è mai troppo tardi**, in cui è coinvolta l'associazione di volontariato Amici del Gruppo Arco. Inoltre, si sottolinea la continuità delle attività previste con azioni svolte dai partner di progetto **Associazione Castello di Rivoli Museo d'arte Contemporanea** e **ASL TO3** sul territorio di riferimento, con la possibilità di integrare e attivare reti territoriali sinergiche.

Risorse umane destinate all'attività

	Numero di ore dedicate	Qualifica	Tipo attività che verrà svolta	Ente di appartenenza

	al progetto			
1	da definire a seconda delle inclinazioni dei partecipanti e delle attività strutturate in itinere a seguito della coprogettazione di riferimento	Educatori e operatori culturali	Attività culturali, ricreative ed artistiche	Associazione Castello di Rivoli Museo d'arte Contemporanea

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

Le risorse necessarie per l'attuazione dell'attività, oltre alla disponibilità eventuale di locali messi a disposizione dal partner di progetto (ASL TO3), comprenderanno materiale utile alla realizzazione delle attività ricreative e culturali con la possibilità di variare al fine di incontrare le principali inclinazioni dei partecipanti.

Costi presunti

Il costo previsto per l'attività di sani stili di vita è indicativamente di € 2200, comprensivo delle risorse utili alla realizzazione delle attività e del materiale utile alla realizzazione di attività artistiche ricreative e culturali.

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

- in cosa consiste l'innovatività della proposta progettuale

L'innovatività del progetto "Silver Wellness" risiede nella volontà, in continuità con le progettualità proposte e le linee guida perseguite dall'Associazione, di ridisegnare la fase della terza età e concentrare le proprie attività sulle tematiche della prevenzione e della partecipazione attiva alla vita di comunità. In accordo con gli obiettivi del Piano Invecchiamento Attivo e con un'idea di invecchiamento attivo multidimensionale si ha la volontà di garantire percorsi stimolanti dedicati a persone in terza età, in un'ottica di riappropriazione della propria quotidianità in quanto *diritto sociale,* conservando il ruolo della persona anziana in relazione al protagonismo vissuto, non solo nella sfera individuale, ma anche e soprattutto, all'interno di dinamiche relazionali. La riappropriazione di spazi e legami, vissuti in prima persona, sembra contribuire al mantenimento di un generale benessere che aiuta la persona anziana a migliorare le abitudini quotidiane e considerarsi cittadino attivo nella comunità in cui risiede. In particolare, citando gli obiettivi promossi dal Piano Invecchiamento attivo, con fondamento normativo nell'art.14 della Legge Regionale n. 17 del 09 aprile 2019, si sottolinea la condivisione dei seguenti principi, come fondamento per la progettualità proposta:

2.1 Realizzazione di campagne informative sulla promozione della salute, sinergiche al Piano regionale della prevenzione, approvato con D.G.R. n. 16-4469 del 29 dicembre 2021, ed ai relativi Piani locali, rivolte a istituzioni educative e datori di lavoro, reti e comunità locali. I temi maggiormente rilevanti si

possono così sintetizzare: contrasto al consumo di prodotti del tabacco, contrasto al consumo dannoso di alcol, riduzione dell'inattività fisica e della sedentarietà, contrasto all'obesità ed al sovrappeso, educazione al consumo di alimenti ritenuti più salutari quali frutta e verdure di stagione e conseguente educazione alla riduzione di alimenti considerati dannosi alla salute;

2.2 Iniziative volte a favorire lo stato di salute e di benessere generale attraverso attività e programmi (quali life skills education e peer education) che agiscano principalmente sul potenziamento dei fattori protettivi che ciascun individuo dispone naturalmente;

2.3 Divulgazione dei percorsi esistenti di medicina proattiva o d'iniziativa, nonché di follow up specifici per la prevenzione delle principali malattie dell'età anziana, e ridurre l'effetto cumulativo di fattori che aumentano il rischio di malattia e di perdita dell'autonomia nell'età avanzata, anche attraverso l'accrescimento dell'alfabetizzazione sanitaria nelle persone;

6.1 Iniziative volte a favorire e stimolare l'accesso delle persone anziane a eventi musicali, teatrali, cinema, mostre e musei, ma anche a laboratori che permettano lo sviluppo della manualità e della creatività;

Ulteriore elemento innovativo risiede nelle tematiche trattate nelle azioni riguardo ai concetti di psicoeducazione e stimolazione cognitiva, attività sperimentate nei percorsi proposti in diverse progettualità attivate sul territorio, che risultano essere strade efficaci per la promozione di interventi ex ante, potendo agire sulle potenzialità dei soggetti beneficiari degli interventi e sfruttare l'opportunità di una diagnosi precoce e ipotizzare una presa in carico ad hoc. La possibilità di generare benessere viene ulteriormente sottolineata dalla potenzialità della psicoeducazione e della formazione su uno stile di vita basato sul concetto di emotività positiva, consapevolezza individuale e una rete sociale attiva.

I processi sopra citati, prevedono la capacità di attivare reti territoriali sinergiche , con la possibilità di rispondere alla diversità di bisogni rilevati nel territorio di riferimento e aumentano il grado di innovazione introdotto poiché richiedono a tutte le realtà coinvolte di garantire un approccio costantemente aggiornato su tematiche specifiche e di competenza dei singoli enti.

- possibili effetti moltiplicatori (potenzialità di riproducibilità e di sviluppo)

L'attuale contesto socio demografico impone un ripensamento della progettazione di servizi e attività rivolti alle persone di età over 65, al fine di poter garantire una partecipazione di tutti i cittadini alla vita della comunità in cui risiedono. In questo senso, risulta fondamentale nella fase di rilevazione dei bisogni e della strutturazione di attività tenere in considerazione la sostenibilità e la replicabilità delle azioni pensate in termini di raggiungimento di obiettivi generali per poi poter essere tradotti in obiettivi specifici a seconda del contesto in cui deve intervenire. La rete di partenariato, le sinergie costruite nel tempo e la capacità di poter intessere legami sul territorio di riferimento, con l'obiettivo di ampliare e rendere maggiormente i servizi progettati, hanno reso il progetto in grado di manifestare un alto potenziale di replicabilità e flessibilità a seconda del bisogno rilevato, avendo come obiettivo il benessere generale della persona in un'ottica di invecchiamento attivo, con specifico focus sui temi della prevenzione e della socializzazione, nonché la partecipazione attiva alla vita di comunità.

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

La percentuale totale prevista per il cofinanziamento della presente proposta progettuale è il 11,18%.

- Attività di comunicazione previste

Le attività di comunicazione previste dal progetto vedono il coinvolgimento di professionisti specializzati per la realizzazione di materiale cartaceo e social da poter condividere con la comunità locale in un'ottica di partecipazione attiva e condivisione di buone prassi inclusive. L'associazione di promozione sociale CIPES e i partner di progetto si impegneranno nella divulgazione delle attività proposte, aggiornando in itinere i contenuti emersi dalle diverse fasi del progetto e ex post sarà utile dare feedback dei risultati ottenuti per future progettazioni fondate su bisogni concreti e rilevati dai beneficiari stessi e dalla comunità di riferimento. In particolare, le attività divulgative previste da progetto riguardano anche la possibilità, oltre ai canali segnalati nelle diverse attività sopracitate, di coinvolgere nuovi beneficiari e poter estendere la platea di utenti, sensibilizzando ulteriormente la popolazione di riferimento sulle tematiche legate all'invecchiamento attivo.

- Eventuale integrazione con il Piano locale della Prevenzione (indicare il riferimento dell'Azienda sanitaria)

Le attività proposte dal progetto *"Silver Wellness. Benessere integrato per percorsi di invecchiamento attivo"* e sviluppate sul territorio della Città Metropolitana di Torino perseguono trasversalmente le direttive dall'attuale Piano locale della Prevenzione in riferimento all'Azienda Sanitaria Locale TO3, nonché partner di progetto, e ne contribuiscono alla diffusione. In particolare, con specifico riferimento ai **Programmi 2 e 12 *"PL12 Setting sanitario: La promozione della salute nella cronicità" e "PP2 Comunità attive"***, si sottolinea la volontà progettuale di promuovere percorsi di partecipazione attiva al territorio, grazie alla sinergia proposta con i partner e a eventuali ulteriori collaborazioni territoriali, favorendo un'ottica di comunità attiva e una rete partecipata. In questo senso, si evidenzia il focus delle azioni proposte riguardo alle tematiche legate alla prevenzione e alla promozione di stili di vita salutari, con l'obiettivo di generare momenti di formazione individuale e comunitaria sulle buone prassi da seguire per consolidare e costruire percorsi di benessere fisico, emotivo e psicologico. La volontà di offrire valutazioni neuropsicologiche vuole consolidare buone pratiche relative al concetto di prevenzione, aiutando nella possibile diagnosi precoce di deficit cognitivi in terza età e accompagnare consapevolmente le persone anziane e i caregiver in un percorso di presa in carico tempestivo. Ulteriore aspetto accentuato dalle attività previste, oltre la formazione relativa a stili di vita salutari e attivi, è l'ambito culturale e di partecipazione attiva alla comunità di riferimento, promosso tramite le attività previste sul territorio di riferimento e accessibili alla popolazione target residente. Grazie alle azioni divulgative pensate e la possibilità di promuovere le attività si ha l'obiettivo di estendere le opportunità offerte e poter creare momenti inclusivi e socializzanti, utili alla costruzione di comunità partecipate.