MODELLO B

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

SCHEDA DI PROGETTO

Titolo del progetto

CENTO PRIMAVERE
Prevenire l'invecchiamento sociale e culturale

Denominazione dell'Ente capofila Circolo Terracorta a.p.s.

Esigenze e bisogni individuati e rilevati a livello territoriale

La **solitudine** è una delle criticità più sommerse e gravi nella nostra società. Riguarda molte persone e soprattutto molte persone anziane. Il quartiere in cui è situato il centro presenta una incidenza di persone anziane e anziane sole più alta dell'area.
La **disgregazione sociale**, le molteplici spinte all'individualismo e la **mancanza di luoghi di aggregazione "per tutti"** rompono i legami comunitari che sono alla base della salute sociale e degli individui.
In questo contesto le persone anziane o esterne al processo produttivo (ma di certo non a quello riproduttivo e di cura) rappresentano una enorme **ricchezza** perché hanno accumulato conoscenze e capacità lungo tutto il corso della vita e dispongono di tempo. Questa ricchezza non può esaurirsi fra le mura di casa, necessita di nutrire ancora altri ed il mondo che verrà. Questo "essere per" ed "essere con" gli altri è ingrediente fondamentale del senso e della serenità e **salute di tutti, anziani inclusi**. A tal fine servono centri di riferimento e prossimità, luoghi di incontro e dialogo fra persone e generazioni diverse.

Il Circolo Terracorta è stato valutato molto positivamente dalla Fondazione Compagnia di San Paolo – Bando Space - come centro di promozione della partecipazione attiva nelle annualità 2021-2023:
- contributo economico crescente (13000 euro nel 2021, 27000 nel 2023),
- percorso di capacity building per il rafforzamento della governance.

Obiettivi di carattere generale fissati dal Piano per l'invecchiamento attivo

- [x] **OB. 2: Sostenere e promuovere la salute attraverso l'adozione di stili di vita sani, stimolare l'attività fisica e contrastare la sedentarietà**
- [x] **OB. 3: Stimolare la partecipazione e l'impegno civico della popolazione anziana**
- [x] **OB. 6: favorire l'accesso e la fruizione culturale**

Dettaglio delle singole attività previste per il raggiungimento dell'obiettivo scelto *(da compilare per ogni singola macro attività prevista)*

Attività 1 Rassegna Culturale

Descrizione attività

1. La rassegna prevedrà **30 incontri su temi di attualità ed itinerari culturali nel territorio** con le seguenti caratteristiche:
    - organizzati per lo più da volontari anziani, in collaborazione con i lavoratori del centro;
    - circa metà (15) degli incontri avranno come relatore una persona over 65. Il principio base è la circolazione di competenze, anche di alto livello, sviluppate dalle persone in ambito professionale o come passione, "messe al servizio" della comunità di appartenenza.
    - la rassegna prevedrà incontri e itinerari alla scoperta del territorio, così come visite a musei ed altri luoghi di interesse nell'area metropolitana di Torino.
2. Si realizzeranno **10-15 interviste in profondità** ad anziani frequentanti il centro, con lo scopo di raccogliere, conservare e condividere la **memoria personale e del territorio** insita nelle loro storie di vita. Le interviste, che toccheranno diversi temi (lavoro, amore e famiglia, scuola….) verranno poi elaborate in forma di: cortometraggi, reel che verranno pubblicati sulle piattaforme social, incontri di condivisione e serate ad hoc.

Esempi di attività previste

- *SOSTENIBILITA' Il centro è caratterizzato da un impegno costante per lo sviluppo di pratiche e teorie per la sostenibilità:*
    - *Serate divulgative: docenti del Politecnico di Torino, Settore Energia condurranno 3-4 incontri sui temi dell'energia, per orientare le scelte dei cittadini. Con il suddetto Dipartimento il centro sta attivando un accordo formale di collaborazione, nell'ambito delle azioni per la Terza Missione dell'Università.*
    - *Laboratori Piano Offerta formativa: i laboratori per le scuole di Collegno a tema Orticoltura ed Educazione Ambientale vedranno la collaborazione fra diverse generazioni: gli allievi delle scuole e gli anziani del territorio depositari di conoscenze e coltivatori di orti casalinghi.*

- *EDUCAZIONE FINANZIARIA Incontri di informazione sul tema del risparmio: Conoscere le funzioni del Risparmio; Come creare un bilancio personale/famigliare analizzando entrate ed uscite; Apprendere le nozioni base del rapporto bancario; Formare il cittadino su principi base che regolano l'economia quotidiana; Conoscere gli aspetti previdenziali.*

Destinatari

- Tipologia

Persone, uomini e donne, residenti a Collegno nei comuni limitrofi della zona ovest di Torino

- Numero e fascia anagrafica

Circa 1500 persone totali; 800 over 65

- modalità per la loro individuazione

Mailing list del centro (oltre 1500 contatti); social; locandine e volantini in luoghi strategici della città; segnalazione da parte di medici di base e servizi Asl.

Tempi di realizzazione:
15 Settembre 2024- 31 Luglio 2025

Ambito territoriale coinvolto:
Collegno e area ovest Città metropolitana (AslTO3)

Ruolo di ciascun partner:
Non sono previsti partner formali ma gruppi e professionisti che collaboreranno al progetto e che hanno stilato una lettera che lo attesta.

Risultati attesi

- 30 Incontri/Itinerari/visite culturali
- 10-15 Interviste in profondità
- Cortometraggi e reel per social

Strumenti o indicatori di valutazione

- Partecipazione:
  - numero di eventi culturali organizzati
  - numero partecipanti agli eventi

- Creazione di una Rete di soggetti locali che collaborano al progetto – enti pubblici, terzo settore, aziende
  - numero di soggetti partecipanti al percorso
  - numero incontri collettivi o bilaterali

Collegamento con altre progettualità già attivate sul territorio
L'intero progetto sarà gestito in coordinamento con le progettualità del Comune di Collegno e dell'AslTO3. Finalità specifica di questa proposta è quella di introdurre una modalità differente di considerare il sostegno a processi di invecchiamento attivo, la quale possa servire da stimolo e confronto rispetto agli approcci più tradizionali e settoriali.
Il centro fa parte della Rete dei Centri d'Incontro del Comune di Collegno e di un Albo, istituito dal Comune stesso, di soggetti del terzo settore con competenze utili alla progettazione partecipata e congiunta sulle tematiche in questione.

Risorse umane destinate all'attività

	N° ore dedicate al progetto	**Qualifica**	**Tipo attività che verrà svolta**	**Ente di appartenenza**
1	240	Educatore, formatore	Organizzazione e gestione 30 incontri e itinerari culturali: o 4 ore organizzazione o 4 ore presenza Per incontro	Circolo Terracorta a.p.s.
2	120	Esperto comunicazione	Comunicazione e promozione o 4 ore per incontro	Circolo Terracorta a.p.s.
3	54	Esperto ricerca	Realizzazione 12 interviste ad anziani:	Circolo

		sociale	○ 5 ore complessive per definizione traccia e campione ○ 2 ore per realizzazione intervista ○ 25 ore complessive di creazione cortometraggi e contenuti social	Terracorta a.p.s.

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

- Il centro dispone di locali, videoproiettore, schermo e cassa acustica che verranno utilizzati per la rassegna.
- Materiali per comunicazione e promomzione

Costi presunti
Per i materiali di comunicazione: euro 638.

Attività 2 Laboratori e scambio fra generazioni

Si organizzeranno i seguenti **Laboratori** gratuiti:

- **attività manuali ed artigianali tradizionali** - cucito, maglia, orticoltura, manutenzione bicicletta, piccoli lavori in legno, cucina..... Saranno gestiti da anziani e rivolti a tutti, inclusi i giovani del territorio, per permettere loro la sperimentazione di attività appassionanti e lo sviluppo di una maggiore autonomia di vita e resilienza - saper fare, vivere con meno.
- **supporto allo studio** realizzato in gruppo;
- **orticoltura ed educazione ambientale** condotte in collaborazione anziani-giovani, anche nell'ambito del Piano Offerta Formativa (questi ultimi finanziati dal Comune di Collegno).

I giovani beneficiari finali delle azioni di cui sopra saranno sollecitati ad individuare **forme di "scambio",** "baratto", restituendo l'aiuto ricevuto tramite l'offerta di supporto rivolta agli anziani, favorendo così nuovi legami sociali:

- **formazione informatica di base** legata ai compiti quotidiani;
- **uso del telefono cellulare** di nuova generazione;
- pratiche on line e supporto per le attività quotidiane.

- *Esempio di attività prevista.*
  Gruppo DONNE AI FERRI CORTI: gruppo di donne appassionate al knit e crochet nato per valorizzare i saperi e promuovere la cultura delle donne, per combattere la solitudine, le discriminazioni e costruire una rete di relazioni amichevoli. Un toccasana per la salute. Il movimento ripetitivo della maglia fa si che il cervello rilasci endorfine, si riduca l'ansia, rallenti il declino delle capacità cognitive ed aumenti l'autostima.
  L'obiettivo del laboratorio " l'officina della creatività "è quello di intrecciare relazioni tra partecipanti per contrastare la solitudine. Cadenza settimanale: lavori a maglia uncinetto e altre tecniche di lavoro con i filati, spesso riciclati da scarti industriale, strategia di economia circolare.

Destinatari

- Tipologia

Persone, uomini e donne, residenti a Collegno nei comuni limitrofi della zona ovest di Torino

- Numero e fascia anagrafica:
  - circa 300 anziani
  - circa 250 giovani e bambini
- modalità per la loro individuazione

Mailing list del centro (oltre 1500 contatti); social; locandine e volantini in luoghi strategici; segnalazione da parte di medici di base e servizi Asl.

Tempi di realizzazione
1 Ottobre 2024- 31 Agosto 2025

Ambito territoriale coinvolto:
Collegno e area ovest Città metropolitana (AslTO3)

Ruolo di ciascun partner:

Non sono previsti partner formali ma gruppi e professionisti che collaboreranno al progetto e che hanno stilato una lettera che lo attesta. In questa azione: Donne ai Ferri Corti

Risultati attesi

- Oltre 100 ore di laboratori ed attività gratuite

Strumenti o indicatori di valutazione

- Partecipazione:
  - ore di laboratorio o attività formativa
  - numero di partecipanti
  - numero di "scambi" giovani-anziani

- Creazione di una rete di soggetti locali che collaborano al progetto – enti pubblici, terzo settore, aziende
  - numero di soggetti partecipanti al percorso
  - numero incontri collettivi o bilaterali

Collegamento con altre progettualità già attivate sul territorio
Vedi Attività1

Risorse umane destinate all'attività

	Numero di ore dedicate al progetto	**Qualifica**	**Tipo attività che verràsvolta**	**Ente di appartenenza**
1	100	O.S.S. con esperienza di gestione laboratori manualità	Animazione, supporto logistico, presenza 2,5 ore a settimana laboratori manualità	Circolo Terracorta a.p.s.
2	100	Educatrice	Organizzazione e presenza 2,5 ore a settimana per attività supporto allo studio	
3				

Risorse tecniche e strumentali necessarie per l'attuazione dell'attività
Il centro dispone di locali e strumentazioni idonee per lo svolgimento delle attività di cui sopra.

Costi presunti
Potranno essere necessari materiali per laboratori specifici. Verranno recuperati o acquistati dai partecipanti e, se necessario, dal circolo.

Attività 3 Promozione della Salute

Questo obiettivo verrà perseguito, in accordo con il nuovo concetto dell'OMS di salute fisica, psicologica, sociale, attraverso:

- **corsi per il benessere** appositamente studiati per persone anziane e con problematiche di mobilità (es. ginnastiche fisioterapiche e ginnastiche da svolgersi sulla sedia);
- **attività di aggregazione** come contrasto alla solitudine ed alla conseguente depressione: il centro dispone quotidianamente di personale con competenze specifiche (educatore, OSS, scienziato motorio) idonee a questo fine; già oggi alcuni medici e psichiatri segnalano il circolo ad alcuni utenti per favorire la socializzazione. Luogo non stigmatizzante - presenza di tutte le generazioni;
- alcune **serate culturali** della rassegna saranno dedicate a temi connessi con la salute: movimento, alimentazione, postura….anche grazie al coinvolgimento di professionisti del settore - fisioterapista, medici, psicologi….

- *Esempio di attività prevista.*
  Il gruppo VELONAUTA, che ha sede presso il centro e collabora in modo strutturale alle attività dello stesso, è un gruppo di appassionati ciclisti, esploratori del territorio, che promuovono la bicicletta come mezzo principale, ecologico e pratico, per gli spostamenti quotidiani e per l'attività sportivo - ricreativa.
  Uno dei membri del gruppo, Fabio Surra, psicologo del lavoro e formatore per adulti e coach certificato, collaborerà al presente progetto tramite la progettazione e realizzazione di 4 workshop di sensibilizzazione e formazione su tematiche dedicate e strettamente connesse al Piano per l'Invecchiamento Attivo.

Destinatari

- Tipologia

Persone, uomini e donne, residenti a Collegno nei comuni limitrofi della zona ovest di Torino

- Numero e fascia anagrafica:

- 200 anziani beneficiari di corsi ed attività di aggregazione ad hoc
- 15000 passaggi negli orari di apertura del centro di aggregazione (circa la metà over 65)-riferiti all'intero progetto.

- modalità per la loro individuazione

Mailing list del centro (oltre 1500 contatti); social; locandine e volantini in luoghi strategici; segnalazione da parte di medici di base e servizi Asl.

Tempi di realizzazione:
1 Settembre 2024- 31 Agosto 2025

Ambito territoriale coinvolto:
Collegno e area ovest Città metropolitana (AslTO3)

Ruolo di ciascun partner:
Non sono previsti partner formali ma gruppi e professionisti che collaboreranno al progetto e che hanno stilato una lettera che lo attesta. In questa azione:

- Gruppo Velonauta
- Renato Petiti, fisioterapista senior

Risultati attesi

- Almeno 200 ore – circa 5 a settimana- di attività di socializzazione e sostegno a cura di personale qualificato (OSS, educatori).

Strumenti o indicatori di valutazione

- Partecipazione:
  - numero di passaggi al centro durante le attività di aggregazione

- Creazione di una rete di soggetti locali che collaborano al progetto – enti pubblici, terzo settore, aziende
  - numero di soggetti partecipanti al percorso
  - numero incontri collettivi o bilaterali

Collegamento con altre progettualità già attivate sul territorio
Vedi Attività 1

Risorse umane destinate all'attività

	Numero di ore dedicate al progetto	**Qualifica**	**Tipo attività che verrà svolta**	**Ente di appartenenza**
1	264	Operatore socio sanitario con esperienza nell'assistenza anziani e disabili	Attività di aggregazione, socializzazione e sostegno: 5 ore/settimana	Circolo Terracorta a.p.s.
2	264	Educatrice, formatrice	Animazione, organizzazione e presenza durante attività aggregative- scacchi, giochi da tavola, carte… 7 ore/settimana	Circolo Terracorta a.p.s.
3	30	OSS Educatrice Scienziata Scienze motorie Fisioterapista	Co-progettazione attività ed approcci attività motoria ad hoc per anziani	Circolo Terracorta a.p.s. Liberi Professionisti

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

- Materiali per lo sviluppo di attività motorie dedicate
- Costi presunti euro 757,00

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

In cosa consiste l'innovatività della proposta

La principale innovazione della proposta risiede nel contesto della sua realizzazione: **il circolo non è un centro anziani ma un centro per tutti – dai 2 ai 98 anni. Già nelle premesse l'anziano non è segregato ma è parte di una comunità** cui partecipa dando e ricevendo dagli altri.

Questa è una grande innovazione rispetto ai centri esistenti al momento nel nostro territorio, sia i centri anziani, caratterizzati da popolazione omogena, sia l'Università della Terza Età, esperienza che valorizza le competenze delle persone anziane ma le rivolge esclusivamente alla stessa popolazione.

Il nostro centro rappresenta in questo senso una sperimentazione fortemente innovativa, che potrebbe diventare un modello trasferibile: si punta a ricostruire legami comunitari integrando le differenti persone che fanno parte della società odierna.

Possibili effetti moltiplicatori (potenzialità di riproducibilità e di sviluppo)

- I centri di aggregazione vivono da tempo una crisi profonda di trasformazione e molti servizi territoriali sanitari e sociali si sono ritirati dai territori a causa di progressivi tagli ai bilanci.
  I territori sono rimasti scarsamente presidiati. Servono nuove risposte per favorire la coesione sociale, fra cui le politiche per l'invecchiamento attivo.
  Il Circolo si propone come sperimentazione di un nuovo modello di welfare e cultura di prossimità.
- Il Comune di Collegno dispone di diversi stabili adibiti a centri di aggregazione. L'esperienza del circolo può essere trasferita in altre realtà, rivitalizzando un tessuto di partecipazione ed immobiliare che rischia il declino.
- Il percorso di rafforzamento della governance intrapreso dal centro è prova di un impegno serio volto al raggiungimento della sostenibilità economica di questa esperienza nel tempo.

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

14,72% totale= 4,72 oltre quella minima del 10%

Attività di comunicazione previste

Per permettere una comunicazione multidirezionale prevediamo l'utilizzo di diversi canali.

- Locandine

Per tutti gli eventi culturali e per le attività settimanali proposte. Verranno affisse sia negli spazi interni al Circolo, sia nei luoghi più frequentati della zona: centri anziani, studi medici, scuole e attività commerciali.

-Canali telematici

I circa 1500 contatti della mailing list del centro ed i 70 della lista broadcast WhatsApp verranno utilizzati per l'invio di aggiornamenti sul progetto.

-Banner pubblicitario.

Al fine di ampliare la visibilità del Circolo per i passanti, vorremmo applicare sul cancello esterno un Banner in PVC esplicativo delle attività proposte.

-Volantini e cartoline

Continuando a perseguire lo scopo di aumentare la partecipazione, volantini di presentazione del circolo con relativi contatti e informazioni utili verranno distribuiti nei luoghi di incontro del quartiere.

-Social Network

Sebbene i social Network non siano il canale preferenziale utilizzato dalla popolazione anziana, abbiamo riscontrato un aumento nell'utilizzo degli stessi anche in questa categoria. Facebook ed