“Avviso pubblico per la selezione di progetti, attività ed iniziative innovative in favore dell’invecchiamento attivo”

SCHEDA DI PROGETTO*

– Titolo del progetto ANZIANI IN-FORMA 3^ EDIZIONE

– Denominazione dell’Ente capofila BORGO SAN DALMAZZO

– Esigenze e bisogni individuati e rilevati a livello territoriale

Il territorio interessato dal progetto coincide con la Valle Stura di Demonte, una valle alpina che si estende per oltre 60 km, dai 636 m di Borgo San Dalmazzo fino ai 1.996 m del Colle della Maddalena. L’area comprende 13 Comuni appartenenti alle fasce montane e pedemontane, con una popolazione complessiva di 19.881 abitanti, di cui 4.648 persone (pari al 23,38%) hanno un’età superiore ai 65 anni (Fonte: Anagrafe comunale al 31/12/2024).

Il territorio si caratterizza per una dinamica demografica di progressivo invecchiamento, aggravata da fenomeni di spopolamento e emigrazione della popolazione adulta, con conseguenti ricadute sull’equilibrio socioeconomico, sull’accessibilità ai servizi e sulla qualità della vita delle persone anziane.

Sulla base delle analisi effettuate e dei dati raccolti, le esigenze e i bisogni sono stati articolati in due macro-aree territoriali:

1. Città di Borgo San Dalmazzo

Per l’area urbana di Borgo San Dalmazzo, i bisogni e le priorità emergono dai focus group realizzati nell’ambito della precedente edizione del progetto “Anziani in-forma” (Unione Montana Valle Stura – Avviso regionale per l’invecchiamento attivo, annualità 2024 e 2025).
Le principali esigenze individuate sono:

- Creazione di una rete sociosanitaria integrata, che raccolga in un’unica sede i diversi servizi territoriali e favorisca la partecipazione attiva di gruppi di anziani di supporto agli operatori, con l’introduzione di strumenti digitali di accesso e comunicazione;

- Sviluppo di spazi di aggregazione per ampliare e diversificare l’offerta di attività culturali, ricreative e sociali;

- Contrasto alla solitudine e all’isolamento sociale mediante iniziative di socializzazione, gruppi di autoaiuto e momenti di incontro intergenerazionale;

- Formazione digitale e informazione sui servizi disponibili, al fine di promuovere l’autonomia e l’inclusione digitale;

- Percorsi di promozione del benessere fisico e mentale attraverso attività continuative di prevenzione, allenamento cognitivo e cura degli stili di vita.

2. Alta e bassa valle

L’analisi dei bisogni per quest’area è stata elaborata a partire dai report di restituzione di precedenti progettualità

dedicate all'invecchiamento attivo, tra cui *"I ragazzi della terza età"* (Insieme Diamoci una Mano OdV – bando regionale 2019) e *"Nuovi Mondi"* (C.S.A.C. – bando "Comunità 2030" della Fondazione CRC, operatività: 04/2021–05/2023), nonché dalle due annualità di progetto "Anziani In-forma" che hanno previsto la somministrazione di questionari e contatti diretti con i partecipanti alle iniziative.
Le principali esigenze rilevate riguardano:

- Miglioramento dell'accessibilità ai servizi, resa complessa dalla carenza di trasporti pubblici in termini di frequenza e capillarità, in particolare nelle aree di alta valle;

- Differenziazione delle attività di coinvolgimento rivolte alla popolazione anziana, calibrate sulle diverse fasce d'età, interessi e attitudini individuali;

- Incremento della formazione e informazione digitale, per favorire l'autonomia degli anziani nell'accesso ai servizi online e alle comunicazioni istituzionali;

- Supporto ai caregiver e volontari attraverso percorsi formativi e informativi sulle pratiche di cura e di benessere familiare;
- Promozione di stili di vita salutari, tramite attività integrate per il benessere psicofisico: esercizio fisico, allenamento cognitivo, alimentazione equilibrata e prevenzione.

In entrambe le aree — montana e urbana — emerge la necessità di rafforzare la connessione tra le realtà territoriali e di promuovere un approccio integrato all'invecchiamento attivo, che valorizzi partecipazione, cultura e relazioni. In particolare, si evidenzia un diffuso bisogno di conoscenza e messa in rete delle associazioni, dei gruppi informali e delle realtà che operano a favore della popolazione over 65, per costruire una comunità più coesa e collaborativa.

Accanto a ciò, si riscontra una carenza di conoscenza e di accesso alle opportunità di welfare culturale, ovvero di quelle iniziative — come visite a musei, mostre o eventi culturali — che già esistono o potrebbero essere attivate, ma che non sempre raggiungono la popolazione anziana a causa di limiti informativi, logistici o di mobilità.

- 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)*

1. GRUPPI DI ANZIANI ATTIVI

Descrizione attività

L'azione è finalizzata al coinvolgimento attivo delle persone anziane di Borgo San Dalmazzo e dei Comuni della Valle Stura nell'ideazione e realizzazione di iniziative dedicate alla salute e al benessere, attraverso la metodologia del "protagonismo accompagnato".

L'obiettivo è consolidare e potenziare i gruppi di "Anziani Attivi" già costituiti durante le precedenti edizioni del progetto, valorizzandone il ruolo nella promozione dell'invecchiamento attivo sui tre assi tematici di riferimento:

- attività psicomotoria;
- promozione di stili di vita sani;
- prevenzione delle patologie legate all'invecchiamento.

I gruppi rappresentano spazi di incontro, partecipazione e socialità fra pari, volti a contrastare le dinamiche di isolamento e i vissuti di solitudine che incidono negativamente sul benessere psicofisico della popolazione anziana.
La dimensione proattiva, data dall'organizzazione autonoma di iniziative insieme all'educatrice di progetto, stimola curiosità, apertura e senso di utilità sociale, favorendo la partecipazione alla vita di comunità e il mantenimento di una vita attiva e significativa.

In concreto, si prevede la prosecuzione di due gruppi di Anziani Attivi, uno con sede a Borgo San Dalmazzo e uno nella media Valle Stura, entrambi accompagnati da un'educatrice di progetto con comprovata esperienza nella promozione dell'invecchiamento attivo. Così come già avvenuto nel progetto "Anziani in-forma 2^", il progetto intende implementare la coesione e la collaborazione tra i due gruppi di anziani attivi. Verranno pertanto aumentate le occasioni di attività che includano simultaneamente i gruppi Valle Stura e Borgo San Dalmazzo.

Una rappresentanza di ciascun gruppo prenderà parte ai tavoli territoriali mensili di coordinamento delle iniziative rivolte alla terza età, rispettivamente sul territorio vallivo e nel Comune di Borgo San Dalmazzo, iniziative che verranno realizzate in collaborazione con gli Enti locali di riferimento, il Consorzio Socio-Assistenziale del Cuneese, l'ASL CN1 e le Associazioni partner del progetto (*Insieme Diamoci una Mano OdV*, *Centro Don Luciano Pasquale OdV e Associazione Santuario di Monserrato*).

I tavoli consentiranno di raccogliere e analizzare periodicamente i bisogni emergenti della popolazione anziana, di coordinare e ottimizzare l'offerta di iniziative sul territorio e di migliorarne la fruibilità e l'impatto sociale.

Tale azione in Valle Stura proseguirà con un lavoro di responsabilizzazione di alcuni membri dei gruppi di anziani attivi, suddivisi tra Bassa Valle e Media–Alta Valle, che già oggi stanno assumendo ruoli di riferimento all'interno dei propri contesti e diventando punti di appoggio per gli altri over 65 e di collegamento con l'educatrice referente di progetto.

Per quanto riguarda Borgo San Dalmazzo, territorio con una storia più recente di progettazione sull'invecchiamento attivo, si procederà nella direzione di coinvolgere alcuni anziani come figure di peer e di riferimento, ampliando al contempo la partecipazione delle associazioni locali. Il tessuto associativo di Borgo San Dalmazzo, infatti, è particolarmente ricco e dinamico: risulta quindi strategico valorizzare le realtà già strutturate affinché possano diventare punti di riferimento per specifiche attività e facilitare la partecipazione dei cittadini anziani.

L'azione assume una valenza trasversale rispetto alle altre azioni tematiche del progetto, poiché ne sostiene la realizzazione, le connette tra loro e ne verifica la coerenza con i bisogni rilevati sul territorio.

Durante l'arco di svolgimento del progetto si prevede di seguire le modalità emerse dal lavoro di modellizzazione svolto in "Anziani in-forma 2^" che permette così la replicabilità delle best practices realizzate complessivamente nei due anni di progetto precedenti.

Sono previsti inoltre due momenti aperti alla cittadinanza. Il primo, organizzato a metà progetto, sarà un evento dedicato a favorire la conoscenza e l'incontro tra le associazioni, le realtà e i gruppi informali che promuovono iniziative rivolte agli over 65 nei territori di Borgo San Dalmazzo e della Valle Stura, con l'obiettivo di metterli in relazione tra loro e con la comunità. L'iniziativa sarà aperta a istituzioni, cittadini, caregiver, volontari e persone anziane, che potranno esplorare e conoscere più da vicino le opportunità e le risorse presenti sul territorio.

Inoltre verrà realizzato un evento finale di restituzione al territorio dell'esperienza maturata nel triennio di lavoro, promuovendone la sostenibilità e la possibile prosecuzione futura.

Destinatari

- Tipologia

Anziani residenti nel Comune di Borgo San Dalmazzo e nei Comuni della Valle Stura disponibili a incontrarsi per progettare e realizzare iniziative di salute per la terza età.
Enti locali entro la cui territorialità ricade il progetto

- numero e fascia anagrafica

Anziani over-65.
30 "anziani attivi" e 200 anziani coinvolti in iniziative organizzate dai gruppi di anziani attivi e/o dalle associazioni territoriali
13 comuni

- modalità per la loro individuazione

I gruppi di anziani attivi sono individuati in quelli già costituiti con le prime due edizioni del progetto. Il coinvolgimento di nuovi partecipanti avverrà attraverso le iniziative per la salute, gli incontri sul territorio e la diffusione dell'iniziativa attraverso i canali dei partner.

Tempi di realizzazione

I gruppi di anziani saranno attivi per l'intera durata del progetto.

Ambito territoriale coinvolto

- Borgo San Dalmazzo
- Valle Stura

Ruolo di ciascun partner

Il Comune di Borgo San Dalmazzo e l'Unione Montana Valle Stura, tramite i Comuni associati, mettono a disposizione i locali per gli incontri dei gruppi di anziani attivi e curano, attraverso i propri Uffici, l'espletamento delle pratiche necessarie allo svolgimento delle attività e all'incarico dei professionisti coinvolti nell'azione descritta.
L'Associazione Don Luciano Pasquale ODV, l'Associazione Santuario di Monserrato e l'Associazione Insieme Diamoci una mano ODV si occupano di intercettare il target sui territori, rispettivamente, di Borgo SD e della media Valle Stura.
Il CSAC di Cuneo e l'ASL CN 1 si occupano di favorire l'ampliamento territoriale del target grazie alla promozione dell'iniziativa sui propri canali.
La Cooperativa sociale Emmanuele, tramite le figure educative incaricate nei due territori di progetto, svolge la funzione di facilitazione e di accompagnamento dei gruppi di Anziani Attivi.
Eclectica+, tramite le figure di sociologi, si occupa di monitorare e valutare gli interventi di promozione dell'invecchiamento attivo, oltre a costruire e coordinare l'evento di presentazione delle Associazioni del territorio.

Risultati attesi

- Coinvolgimento attivo degli anziani di Borgo San Dalmazzo e dei Comuni della Valle Stura nell'ideazione e realizzazione di iniziative per la salute
- + 20% partecipanti ai gruppi di anziani attivi rispetto all'edizione 2
- Mantenimento e consolidamento di 2 gruppi di Anziani Attivi (Borgo e Valle Stura)
- Miglioramento delle condizioni di vita degli anziani in termini di socialità e pro-attività
- 4 Tavoli di lavoro con Enti locali nell'anno di progetto
- Evento per favorire la conoscenza delle realtà del territorio che promuovono iniziative per gli over 65
- Evento di restituzione del progetto

Strumenti o indicatori di valutazione

- N. iniziative proposte e realizzate dai gruppi di anziani attivi di Borgo SD e della Valle Stura
- N. anziani coinvolti nei gruppi e nelle attività da essi proposte
- Questionario di valutazione del miglioramento di vita in termini di socialità e pro-attività
- N. Tavoli di lavoro con Enti locali realizzati nell'anno di progetto
- Replicabilità delle best practices raccolte nell'edizione 1 e 2 del progetto

Collegamento con altre progettualità già attivate sul territorio

L'azione è direttamente collegata con le prime due edizioni di "Anziani In-forma" e si pone come proseguimento e implementazione della stessa. Sul territorio si integra e crea sinergie con le iniziative e policy locali rivolte specificatamente agli anziani, come l'operato delle due associazioni partner Don Luciano Pasquale ODV e Insieme Diamoci una mano ODV e di terze (es: parrocchia, centri incontro etc.). L'azione si integra anche con il progetto "Semi di cura", finanziato dalla Fondazione CRC, che prevede, tra il resto, percorsi ludico-formativi e laboratori aggregativi.

Risorse umane destinate all'attività

	Numero di ore dedicate al progetto	**Qualifica**	**Tipo attività che verrà svolta**	**Ente di appartenenza**
1	20	Segretario Comune BSD	Tavoli istituzionali di programmazione e valutazione interventi di promozione invecchiamento attivo	Comune Borgo San Dalmazzo
2	10	Direttore UMVS	Tavoli istituzionali di programmazione e valutazione interventi di promozione invecchiamento attivo	Unione Montana Valle Stura
3	10	Funzionario UMVS	Tavoli istituzionali di programmazione e valutazione interventi di promozione invecchiamento attivo	Unione Montana Valle Stura
4	10	Funzionario comunale	Tavoli istituzionali di programmazione e valutazione interventi di promozione invecchiamento attivo	Comune di Borgo San Dalmazzo
5	30	Assistente sociale CSAC	Tavoli istituzionali di programmazione e valutazione interventi di promozione	Consorzio Socio-Assistenziale del Cuneese

			invecchiamento attivo	
6	10	Sociologo	Tavoli istituzionali di programmazione e valutazione interventi di promozione invecchiamento attivo	Eclectica+
7	120	Educatore professionale	Accompagnamento gruppi di anziani attivi	Cooperativa Sociale Emmanuele
8	30	Sociologo	Evento di presentazione delle associazioni del territorio	Eclectica+

Risorse tecniche e strumentali necessarie per l'attuazione dell'attività
Locali comunali per la realizzazione degli incontri dei gruppi di anziani attivi e dei tavoli di programmazione e valutazione interventi di promozione invecchiamento attivo, nonché per gli eventi previsti nell'azione.
Educatori per la conduzione dei gruppi di anziani attivi e sociologi per il monitoraggio e la restituzione.
Canali istituzionali dei partner per il coinvolgimento di nuovi anziani nei gruppi e per la diffusione dell'iniziativa.

Costi presunti
8.800 €

2. ATTIVITÀ PSICOMOTORIA

Descrizione attività

L'attività psicomotoria rappresenta una componente fondamentale del progetto, in quanto finalizzata alla promozione della salute e del benessere psicofisico della popolazione anziana. Essa agisce su due livelli complementari:

- la prevenzione del decadimento delle competenze motorie, cognitive e relazionali;

- la cura e il sostegno nei casi di riduzione iniziale delle funzionalità personali, fisiche o mentali.

Il movimento — corporeo e mentale — costituisce un fattore determinante per il mantenimento della salute e dell'autonomia delle persone anziane, favorendo l'attivazione, la vitalità e la motivazione personale. La pratica regolare contribuisce inoltre a prevenire l'insorgenza di malanni cronici e di stati emotivi depressivi, spesso legati alla sedentarietà e all'isolamento sociale.

L'azione si caratterizza per la dimensione di gruppo, che rappresenta un valore aggiunto sul piano relazionale: la condivisione dell'esperienza motoria tra pari consente di rafforzare i legami sociali, promuovere il sostegno reciproco e mantenere attiva la partecipazione comunitaria.

Per tali motivi, l'attività psicomotoria costituisce un asse centrale del progetto, capace di incidere in modo significativo sulla qualità della vita degli anziani, migliorandone equilibrio, mobilità, autostima e benessere globale.

Di seguito si riportano le principali attività previste nei due territori di intervento (Borgo San Dalmazzo e Valle Stura):

A. **Laboratorio corporeo permanente**, finalizzato al rilassamento delle tensioni muscolari, articolari ed emotive e alla ricerca di una consapevolezza psico-motoria, alla base della ricerca di una condizione di armonia personale. Il laboratorio, proposto nella precedente edizione di progetto, ha avuto molto

successo tra gli anziani, nonostante fosse una pratica poco conosciuta. L'attività offrirà ai partecipanti anche strumenti ed esercizi semplici da poter praticare in autonomia presso la propria abitazione. Il laboratorio sarà condotto da un'operatrice con competenze di counseling olistico e bioenergetico.

B. **Corsi di attività a bassa soglia di ginnastica dolce**, orientati all'acquisizione di tecniche e pratiche utili al mantenimento del benessere psicofisico e alla prosecuzione autonoma delle attività nella vita quotidiana. I corsi, ed i rispettivi consulenti esterni, saranno selezionati dai Gruppi di Anziani attivi, in coerenza con i bisogni e gli interessi emersi nei diversi territori.

C. **Gruppi di cammino e Cammini escursionistici.**
In ottica di continuità dall'edizione precedente, si darà proseguo ai gruppi di cammino nati a Borgo San Dalmazzo e in bassa Valle Stura. Tali gruppi, co-condotti su Borgo San Dalmazzo dalle infermiere dell'ASLCN1 e dall'educatrice di progetto, hanno avuto un ottimo riscontro e pertanto si lavorerà nell'ottica di prosieguo delle attività e di sviluppo di una sostenibilità futura delle azioni.
Per favorire la sostenibilità e l'autonomia del gruppo, è prevista la ricerca e il coinvolgimento di figure volontarie, che possono essere partecipanti stessi al gruppo, oppure studenti universitari dei corsi di scienze motorie, scienze dell'educazione, servizio sociale, membri associazioni giovanili, che possano affiancare gli anziani durante le uscite garantendo supporto logistico e relazionale. L'obiettivo è quello di rendere progressivamente più autonomo il gruppo. Tale presenza rappresenta un elemento essenziale, in quanto, pur essendoci partecipanti con adeguate capacità fisiche, mancano spesso le competenze relazionali necessarie a mantenere l'equilibrio e la coesione del gruppo.
In parallelo verranno organizzate delle uscite più tecniche, realizzabili alternativamente all'interno del territorio di progetto o all'esterno, che verranno ideate e progettate dai Gruppi di Anziani attivi, raccogliendo i desideri degli anziani residenti. Le attività assumono una valenza di attivazione della curiosità ("esplorare il mondo"), della socialità, del movimento e dei rapporti intergenerazionali. Il contesto territoriale del progetto si presta particolarmente per la ricchezza di punti di interesse naturalistici.

Destinatari

× Tipologia

Anziani over 65, residenti nelle aree di intervento.

× numero e fascia anagrafica

28 anziani over-65 coinvolti nell'attività a.
35 anziani over-65 coinvolti nell'attività b.
65 anziani over-65 coinvolti nell'attività c.

× modalità per la loro individuazione

Divulgazione tramite i canali comunicativi comunali, il porta a porta, i gruppi whatsapp, la copertura dei luoghi di frequentazione degli anziani, il coinvolgimento delle associazioni che vedono tra i beneficiari proprio la popolazione anziana e la messa in opera dell'attività SmartLab prevista nel presente progetto.

Tempi di realizzazione

Le attività saranno distribuite nell'arco dell'annualità di progetto seguendo una programmazione co-costruita con i gruppi di Anziani Attivi (si veda azione 1) e con le Amministrazioni comunali. I cammini escursionistici si concentreranno per ragioni metereologiche nella bella stagione.

Ambito territoriale coinvolto

- Borgo San Dalmazzo
- Valle Stura

Ruolo di ciascun partner

Il Comune di Borgo San Dalmazzo, attraverso i propri Uffici di competenza, si occupa di individuare e incaricare i professionisti, sulla base delle segnalazioni dei gruppi attivi, necessari allo svolgimento di ciascun percorso psicomotorio e, insieme all'Unione Montana Valle Stura, mette i locali di proprietà a disposizione delle azioni descritte.

L'Associazione Don Luciano Pasquale ODV e l'Associazione Insieme Diamoci una mano ODV partecipa alla programmazione partecipata dei percorsi e collabora nell'intercettazione di nuovi partecipanti sui territori, rispettivamente, di Borgo SD e della media Valle Stura.

L'Associazione Santuario di Monserrato partecipa alla programmazione partecipata dei percorsi e collabora nell'intercettazione di nuovi partecipanti in particolare sul territorio di Borgo San Dalmazzo. Inoltre inserirà nel calendario delle attività di progetto quanto l'Associazione già offre sul territorio di Borgo anche alla potenziale platea della Valle Stura, come ad esempio camminate naturalistiche ed escursioni sul territorio borgarino.

Il CSAC di Cuneo e l'ASL CN 1 si occupano di raggiungere il target anche al di fuori della circoscrizione territoriale del progetto, grazie alla promozione dell'iniziativa sui propri canali nella provincia di Cuneo. Inoltre l'ASLCN1 continuerà la collaborazione sull'affiancamento al gruppo di cammino su Borgo San Dalmazzo, nell'ottica di una progressiva autonomia dell'attività.

La cooperativa sociale Emmanuele, tramite le figure educative incaricate nei due territori di progetto, svolge la funzione di programmazione e divulgazione generale delle attività, nonché di conduzione del laboratorio corporeo permanente.

Eclectica+, attraverso la figura del sociologo, costruisce, somministra e valuta i questionari previsti per il monitoraggio dell'azione.

Risultati attesi

- Rallentamento del decadimento delle competenze personali dei partecipanti ai percorsi
- Aumento della psicomotricità dei partecipanti ai percorsi
- Introduzione delle buone pratiche psicomotorie apprese nei percorsi nella quotidianità dei partecipanti
- + 10% anziani coinvolti nei percorsi psicomotori rispetto alla seconda edizione

Strumenti o indicatori di valutazione

- N. iniziative proposte e realizzate dai gruppi di anziani attivi di Borgo SD e della Valle Stura
- N. anziani coinvolti nei gruppi e nelle attività da essi proposte
- Questionario di valutazione del miglioramento di vita in termini di socialità e pro-attività
- N. Tavoli di lavoro con Enti locali realizzati nell'anno di progetto
- Replicabilità delle best practices raccolte nell'edizione 1 e 2 del progetto

Collegamento con altre progettualità già attivate sul territorio

L'azione è direttamente collegata con le prime due edizioni di "Anziani In-forma" e si pone come proseguimento e implementazione della stessa. Sul territorio si integra e crea sinergie con le iniziative e policy locali rivolte specificatamente agli anziani, come l'operato delle due associazioni partner Don Luciano Pasquale ODV e Insieme Diamoci una mano ODV e di terze (es: parrocchia, centri incontro etc.). L'azione si integra anche con il progetto "Semi di cura", finanziato dalla Fondazione CRC, che prevede, tra il resto, percorsi ludico-formativi e laboratori aggregativi. L'azione si integra inoltre con i gruppi di cammino promossi dalle infermiere dell'ASLCN1 sul territorio del distretto sanitario.

Risorse umane destinate all'attività

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

1	80	Educatore professionale	Programmazione, organizzazione e divulgazione percorsi psicomotori	Cooperativa sociale Emmanuele
2	60	Counselor olistico e bioenergetico	Conduzione laboratorio corporeo permanente	Cooperativa sociale Emmanuele
3	20	Sociologo	Valutazione percorsi mediante questionari	Eclectica+
4	20	Funzionario UMVS	Coordinamento azione	Unione Montana Valle Stura
5	40	Funzionario comunale	Coordinamento azione	Comune Borgo San Dalmazzo

Risorse tecniche e strumentali necessarie per l'attuazione dell'attività
Consulenti e tecnici conduttori delle attività psicomotorie e dei percorsi.
Locali comunali per la realizzazione dei percorsi.
Materiale di consumo per i corsi di attività a bassa soglia di ginnastica dolce.
Canali istituzionali dei partner per il coinvolgimento di nuovi anziani nei gruppi e per la diffusione dell'iniziativa.

Costi presunti
8.390 €

3. STILI DI VITA SANI

Descrizione attività

L'azione è finalizzata ad avvicinare la popolazione anziana residente nella Valle Stura e nel Comune di Borgo San Dalmazzo all'adozione di stili di vita sani e sostenibili, volti al miglioramento della qualità della vita e alla prevenzione delle principali patologie correlate all'invecchiamento.

L'intervento promuove comportamenti salutari e consapevoli attraverso attività di informazione, sensibilizzazione e sperimentazione pratica, con particolare attenzione, ad esempio, a un'alimentazione equilibrata e corretta adeguata alle diverse fasce d'età, la gestione consapevole dei farmaci e dei rimedi naturali o un uso sicuro e responsabile delle tecnologie digitali come strumenti di benessere, comunicazione e autonomia quotidiana.
L'adozione di stili di vita salutari è favorita dal lavoro in gruppo, che costituisce una vera e propria "comunità di prassi": uno spazio di apprendimento condiviso, in cui la sperimentazione collettiva facilita l'acquisizione di nuove abitudini e ne sostiene la trasformazione in comportamenti quotidiani duraturi.
La dimensione di gruppo, oltre a rafforzare le competenze individuali, genera benessere relazionale, senso di appartenenza e motivazione reciproca, contribuendo così alla salute complessiva della comunità.

Tra gli ambiti di intervento rientra anche l'attività psicomotoria (descritta in modo specifico nell'Azione 2), che rappresenta una componente essenziale della promozione del benessere psico-fisico. Questa attività verrà integrata con la valorizzazione del patrimonio storico-artistico-culturale locale attraverso l'azione di welfare culturale.

Un altro tema introdotto in questa terza annualità di progetto è il welfare sociale: grazie all'ingresso del nuovo partner di progetto CISL Cuneo, si dedicheranno degli incontri al tema dell'inclusione sociale, delle politiche sociali, della previdenza e del fisco con l'obiettivo di diffondere una cultura della prevenzione sociale ed economica, evidenziando come la conoscenza e la corretta gestione delle risorse personali e collettive rappresentino componenti fondamentali di uno stile di vita sano, sostenibile e attivo. Inoltre, la stessa organizzazione si è resa disponibile a dare supporto informativo periodico attraverso sportelli sul territorio.

A. SmartLab

Questa attività si suddivide in due parti.

- Laboratorio di comunicazione digitale (creazione video newsletter del progetto). Prevede la creazione di mini video, reel e interviste di pochi minuti per documentare e promuovere le attività del progetto, contenuti che confluiranno in una newsletter-video distribuita digitalmente sul territorio. Questi contenuti catturano momenti salienti degli incontri e delle sessioni formative, mostrando la partecipazione attiva degli Anziani nella loro realizzazione, supportati da esperti che li accompagnano con spunti educativi e consigli pratici, unendo documentazione e formazione. In questo modo, lo SmartLab si presta ad essere uno spazio di apprendimento tecnologico e sociale, ma anche uno strumento di comunicazione innovativa, valorizzando il progetto e favorendo la diffusione delle competenze acquisite. Inoltre, l'attività prevede l'integrazione con le nuove generazioni nella creazione dei contenuti, così come già avvenuto nell'edizione 2025 del progetto. Lo SmartLab si configura quindi come laboratorio dinamico e interattivo, che crea una rete di condivisione tra partecipanti, esperti e comunità. L'obiettivo è di realizzare durante l'anno di progetto almeno 4 newsletter nonché di formare i gruppi di anziani in modo che possano proseguire l'attività anche alla fine dello stesso.
- Laboratorio intergenerazionale. In questa attività gli alunni delle scuole secondarie di I grado di Demonte e di Borgo San Dalmazzo avranno la veste di "formatori" all'utilizzo di app e social. Inoltre, sarà l'occasione per dialogare, fra giovani generazioni e anziani, rispetto a gestione e mutamento del tempo con l'utilizzo delle nuove tecnologie digitali.

B. Pillole di benessere

Contempla sia la realizzazione di un ciclo di incontri pubblici, i cui temi saranno definiti dai Gruppi di Anziani attivi sulla base dei loro interessi e di ciò che più stimola la loro curiosità, ovviamente, trattando temi a tutela degli anziani (quali ad esempio l'alimentazione, la digitalizzazione, la medicina alternativa e la sensibilizzazione su temi di interesse e tutela per gli anziani, come prevenzione delle truffe e sicurezza personale) che un momento di restituzione del percorso alla cittadinanza alla chiusura dell'annualità di progetto. Gli incontri pubblici sono aperti e rivolti in particolare alla popolazione anziana ma saranno fruibili anche dai caregiver e dalla popolazione in generale.

C. Welfare culturale

L'attività si declina in due tipologie di momenti culturali:

- Visite culturali e percorsi guidati nel territorio limitrofo a quello di progetto, finalizzati alla valorizzazione del patrimonio storico, artistico e culturale locale. Queste esperienze permettono agli anziani di scoprire e approfondire le risorse culturali del proprio territorio, favorendo al contempo la mobilita', la socialità e il senso di consapevolezza storica negli anziani. Le visite, organizzate in gruppo e accompagnate da figure di riferimento, rappresenteranno un'occasione sia di movimento sia di stimolo della curiosità.
- Il "Caffè Culturale al Santuario", una serie di incontri durante l'annualità di progetto presso il Santuario di Monserrato, durante i quali un esperto guida conversazioni su temi culturali, testi, storia, arte e questioni contemporanee. L'obiettivo è valorizzare il Santuario come luogo di cultura e comunità, creare sinergia tra le attività dell'Associazione Santuario di Monserrato e quelle del presente progetto e favorire uno scambio informale e partecipato tra i presenti che potrà proseguire anche oltre il progetto stesso.

D. Welfare sociale

L'attività prevede l'organizzazione di 4 serate informative e di confronto dedicate ai temi dell'inclusione sociale, delle politiche sociali, della previdenza e del fisco. Questi incontri, rivolti in particolare alla popolazione anziana della Valle Stura e del Comune di Borgo San Dalmazzo, hanno l'obiettivo di promuovere una maggiore consapevolezza dei propri diritti e delle opportunità offerte dal sistema di welfare, inteso come strumento di benessere e sicurezza nella vita quotidiana.

Attraverso un linguaggio accessibile e momenti di dialogo con esperti, la CISL Cuneo intende favorire la partecipazione attiva dei cittadini, rafforzando la coesione sociale e sostenendo l'inclusione delle persone più fragili. Le tematiche trattate contribuiranno a diffondere una cultura della prevenzione sociale ed

economica, evidenziando come la conoscenza e la corretta gestione delle risorse personali e collettive rappresentino componenti fondamentali di uno stile di vita sano, sostenibile e attivo.
Inoltre la Cisl intende rafforzare il ruolo degli sportelli sul territorio, già presente a Borgo San Dalmazzo, implementando le aperture allo scopo di dare maggiore informazioni alla popolazione anziana riguardo l'argomento attraverso anche le attività progettuali.

E. Laboratori creativi
L'attività, proposta all'interno del progetto dal nuovo partner "Associazione Santuario di Monserrato", prevede la realizzazione di una serie di laboratori creativi (come ad es. fotografia, pittura, cucito, ecc.) al fine di sviluppare socialità, manualità e occasioni di stimolo. Le attività si svolgeranno tendenzialmente presso gli spazi dell'Associazione in modo tale da portare a conoscenza dei gruppi attivi, sia di Borgo che della Valle Stura, questa importante realtà del territorio.

Destinatari

× Tipologia
Anziani over 65, residenti nelle aree di intervento.

× numero e fascia anagrafica
25 anziani over-65 coinvolti nell'attività a.
50 anziani over-65 coinvolti nell'attività b.
50 anziani over-65 coinvolti nell'attività c.

× modalità per la loro individuazione
Divulgazione tramite i canali comunicativi comunali, il porta a porta, i gruppi whatsapp, la copertura dei luoghi di frequentazione degli anziani, il coinvolgimento delle associazioni che vedono tra i beneficiari proprio la popolazione anziana e la messa in opera dell'attività SmartLab prevista nel presente progetto.

Tempi di realizzazione

Le attività saranno così distribuite nell'arco dell'annualità di progetto:
- L'attività di Smartlab si svolgerà durante tutta la durata del progetto. Per le attività che prevedono il coinvolgimento dei ragazzi, gli appuntamenti verranno calendarizzati in accordo con i Dirigenti scolastici degli Istituti Comprensivi presenti sul territorio.
- Le Pillole di Benessere si svolgeranno durante tutto l'arco dell'anno di progetto: gli incontri pubblici saranno calendarizzati alla luce delle decisioni emerse nella progettazione partecipata che avverrà entro i 2 mesi dall'inizio del progetto.
- Le attività previste nella voce "Welfare culturale" verranno realizzate, in accordo con i gruppi di anziani attivi, durante l'autunno.
- Le attività previste nella voce "Laboratori creativi" verranno realizzate durante tutto l'arco di progetto.
- I 4 incontri sul welfare sociale si svolgeranno a cadenza trimestrale, mentre lo sportello sarà attivo nel corso dell'annualità di progetto

Ambito territoriale coinvolto
- Borgo San Dalmazzo
- Valle Stura

Ruolo di ciascun partner

Il Comune di Borgo San Dalmazzo, attraverso i propri Uffici di competenza, si occupa di individuare e incaricare i professionisti necessari allo svolgimento di ciascun percorso e, insieme all'Unione Montana Valle Stura, mette i locali di proprietà a disposizione delle azioni descritte e organizza la programmazione degli Smartlab in accordo con gli Istituti Comprensivi rispettivamente di Demonte e di Borgo SD.

L'Associazione Don Luciano Pasquale ODV e l'Associazione Insieme Diamoci una mano ODV partecipa alla programmazione partecipata dei percorsi e collabora nell'intercettazione di nuovi partecipanti sui territori, rispettivamente, di Borgo SD e della media Valle Stura.

L'Associazione Santuario di Monserrato partecipa alla programmazione partecipata dei percorsi e collabora nell'intercettazione di nuovi partecipanti in particolare sul territorio di Borgo San Dalmazzo. Inoltre inserirà nel calendario delle attività di progetto quanto l'Associazione già offre sul territorio di Borgo anche alla potenziale platea della Valle Stura, come ad esempio corsi di pittura, fotografia, cucito, ecc.

Il partner di progetto CISL Cuneo parteciperà all'azione *"Stili di vita sani"* attraverso l'apertura degli sportelli e l'organizzazione di una serie di serate informative e di confronto dedicate ai temi dell'inclusione sociale, delle politiche sociali, della previdenza e del fisco.

Il CSAC di Cuneo e l'ASL CN 1 si occupano di raggiungere il target anche al di fuori della circoscrizione territoriale del progetto, grazie alla promozione dell'iniziativa sui propri canali nella provincia di Cuneo.

La cooperativa sociale Emmanuele, tramite le figure educative incaricate nei due territori di progetto, svolge la funzione di programmazione e divulgazione generale delle attività, nonché di cura della rete per la realizzazione dello Smart-lab.

Risultati attesi

- N. 2 plessi/spazi aggregativi coinvolti negli Smartlab per un totale di 30 alunni coinvolti
- Incremento delle capacità di utilizzo dei dispositivi tecnologici da parte degli anziani partecipanti
- Almeno n. 6 incontri pubblici sul benessere realizzati nell'anno di progetto
- Almeno n. 4 newsletter video
- Almeno n. 2 uscite culturali sul territorio
- Almeno n. 4 serate sul welfare sociale e n. 15 ingressi allo sportello

Strumenti o indicatori di valutazione

- L'incremento delle capacità di utilizzo dei dispositivi tecnologici da parte degli anziani partecipanti sarà valutato attraverso la somministrazione di un test pratico a fine percorso al quale si sottoporranno un campione di partecipanti e un gruppo di controllo di non partecipanti. Agli studenti che avranno svolto il ruolo di facilitatori digitali sarà inoltre somministrato un questionario di gradimento per indagare gli eventuali benefici che i giovani possono trarre dallo scambio con gli anziani
- Il successo delle Pillole di benessere sarà valutato attraverso il numero e la natura dei partecipanti agli incontri
- L'impatto del percorso di welfare culturale sarà valutato attraverso il numero di partecipanti e il numero di uscite.
- L'impatto del percorso di welfare sociale sarà valutato attraverso il numero di partecipanti, il numero di incontri e la percentuale di fruitori dello sportello sul totale dei partecipanti agli incontri.

Collegamento con altre progettualità già attivate sul territorio

Smartlab si connette con il progetto PNRR "Rete Di Servizi Di Facilitazione Digitale" (M1-C1-Asse 5-C2-I1.2 Misura 1.7.2) attuato dal CSAC per l'accrescimento delle competenze digitali e l'uso autonomo, consapevole e responsabile delle nuove tecnologie. Per le attività intergenerazionali saranno inoltre coinvolti i progetti dedicati al target 11/17 anni presenti sul territorio: lo Spazio Giovani di Demonte (progetto Palestr3 finanziato da Fondazione CRC) e il centro aggregativo di Borgo San Dalmazzo (progetto Spaziare finanziato da Con i Bambini). Il "Caffè Culturale al Santuario" si inserisce in continuità con le iniziative culturali già attivate dall'Associazione Santuario di Monserrato che contribuiscono ad animare il territorio, avvicinare nuovi pubblici e popolare il calendario dell'Associazione.

Risorse umane destinate all'attività

	Numero di ore dedicate al progetto	Qualifica	Tipo attività che verrà svolta	Ente di appartenenza
1	80	Educatore professionale	Programmazione, organizzazione e divulgazione attività	Cooperativa Sociale Emmanuele
2	100	Educatore professionale	Organizzazione, coordinamento, co-conduzione laboratori SmartLab	Cooperativa Sociale Emmanuele
3	20	Funzionario UMVS	Coordinamento azione	Unione Montana Valle Stura
4	40	Funzionario Borgo San Dalmazzo	Coordinamento azione	Comune Borgo San Dalmazzo
5	15	Operatore Associazione Santuario di Monserrato	Organizzazione e conduzione laboratori creativi	Associazione Santuario di Monserrato
6	20	Operatore CISL	Organizzazione e conduzione incontri welfare sociale	CISL Cuneo
7	30	Operatore CISL	Sportello welfare sociale	CISL Cuneo
8	40	Esperto culturale	Organizzazione e conduzione Caffè Culturale al Santuario	Associazione Santuario di Monserrato

Risorse tecniche e strumentali necessarie per l'attuazione dell'attività
Locali comunali per lo svolgimento dei percorsi e degli incontri.
Professionisti ed educatori per la realizzazione dei percorsi e degli incontri.
Affitto di un mezzo di trasporto funzionale alle uscite previste dai percorsi.
Operatori per laboratori creativi.
Acquisto ticket ingressi a spazi culturali.
Canali istituzionali dei partner per il coinvolgimento di nuovi anziani nei gruppi e per la comunicazione dell'iniziativa.

Costi presunti
11.870 €

4. PREVENZIONE MIRATA

Descrizione attività
Obiettivo di tale azione è l'intercettazione e la prevenzione di condizioni di malessere psicofisico presso la popolazione anziana residente attraverso due azioni specifiche:

A. Studi sanitari

Al fine di intercettare e prevenire condizioni di deterioramento della salute e di consolidare il percorso già iniziato nella precedente edizione di "Anziani in-Forma", si prevedono alcune giornate di screening sanitario, realizzate dai professionisti dell'Associazione Don Luciano Pasquale ODV in collaborazione con i medici di base per la divulgazione dell'iniziativa ai propri pazienti. Durante tali giornate, gli anziani interessati potranno prenotare una visita medica in cui saranno anche rilevati, tramite questionari, l'anamnesi patologica e farmacologica, le attività quotidiane e le abitudini alimentari. Saranno valutate

le prestazioni fisiche, la pressione arteriosa e la frequenza cardiaca, peso corporeo, altezza e circonferenza della vita. A richiesta o in casi in cui lo si riterrà opportuno, potrà essere effettuato un elettrocardiogramma, la misurazione della saturazione di ossigeno (SpO2), la glicemia e l'esame urine, una valutazione del visus con tavola optometrica, una visita di prevenzione dentale e la somministrazione del questionario Mini Mental Status per valutare il livello di attenzione e di memoria. Nel caso in cui ne emerga la necessità, i fruitori dello screening potranno accedere, in un secondo momento, ad un consulto dietologico e/o ad un supporto psicologico attivati dalla rete di progetto. Gli screening sono rivolti alla popolazione over 65 anni e si realizzeranno, previa iscrizione da parte degli interessati, sia presso il Comune di Borgo San Dalmazzo (Ambulatorio Medico Sociale Don Luciano Pasquale) che in valle Stura. Il distretto sud-ovest dell'ASL CN1 sarà preliminarmente informato di tali giornate di screening così come i medici di base individuali saranno informati dell'esito e contattati in caso di rilevamento di nuove situazioni patologiche per integrarle all'interno dei percorsi di prevenzione e cura del Sistema Sanitario Territoriale.

B. Vicinato solidale

Nell'edizione di progetto "Anziani in-Forma 1^" sono state individuate e formate alcune "sentinelle di comunità", ovvero figure volontarie di prossimità che possono intercettare tempestivamente situazioni di bisogno e di difficoltà, specie degli anziani più fragili. L'edizione di progetto "Anziani in-forma 2^" ha consolidato l'azione dell'anno precedente attraverso incontri di supervisione formativa delle sentinelle e un accompagnamento concreto da parte di una figura educativa che garantisca loro spazi di confronto interno e di interfaccia con la rete di servizi sociosanitari. Le sentinelle hanno anche partecipato a tavoli territoriali dedicati alla Terza età al fine di apprendere la modalità per segnalare eventuali condizioni di isolamento e di depauperamento, in modo da accorciare i tempi di eventuale presa in carico. Inoltre, la rete di volontari, in collaborazione con le Associazioni Insieme diamoci una mano e Centro Don Luciano Pasquale ODV, si è attivata per azioni di prossimità, quali il caffè a domicilio, la spesa a casa etc., che hanno una prevalente funzione di tenuta relazionale.

L'edizione di "Anziani in-Forma 3" si inserisce in un contesto di Vicinato solidale già consolidato, caratterizzato da una pluriennale cultura del volontariato e da equilibri relazionali ben radicati sul territorio. L'obiettivo di questa fase del progetto è continuare il percorso di formazione delle sentinelle attraverso l'interfaccia con la rete di servizi sociosanitari e con i tavoli territoriali dedicati alla Terza età al fine di aggiornare e incrementare le competenza nel modus operandi dell'intercettazione di bisogni, con lo scopo di operare in modo informale e discreto, senza alterare gli equilibri già instaurati. Questo approccio mira a garantire che gli anziani più schivi o riservati nel chiedere aiuto possano accedere al sostegno necessario senza percepire barriere, mantenendo stabili le relazioni e la fiducia costruite negli anni tra volontari, comunità e destinatari del progetto. La formazione delle sentinelle di comunità sarà organizzata in moduli, affrontando aspetti pratici, organizzativi, psicologici e relazionali.

<u>Destinatari</u>

× Tipologia

Screening sanitari: anziani over 65 anni residenti nelle aree di intervento

Vicinato solidale: anziani over 65 anni e volontari delle associazioni partner residenti nelle aree di intervento.

× numero e fascia anagrafica

45 anziani over 65 coinvolti nell'attività di screening

12 anziani over 65 coinvolti nell'attività di vicinato solidale

× modalità per la loro individuazione

Divulgazione tramite i canali comunicativi comunali, il porta a porta, i gruppi whatsapp, la copertura dei luoghi di frequentazione degli anziani, il coinvolgimento delle associazioni che vedono tra i beneficiari proprio la popolazione anziana e la messa in opera dell'attività SmartLab prevista nel presente progetto.

Per gli screening sanitari la divulgazione sarà effettuata tramite i canali comunicativi comunali, il porta a porta, i gruppi whatsapp, la copertura dei luoghi di frequentazione degli anziani, il coinvolgimento delle associazioni che

vedono tra i beneficiari proprio la popolazione anziana e la messa in opera dell'attività SmartLab prevista nel presente progetto.
Le persone coinvolte nel Vicinato solidale sono state individuate nelle precedenti edizioni del progetto e potranno esserne individuate di nuove per la 3^ edizione attraverso gli incontri.

Tempi di realizzazione
L'intera annualità di progetto

Ambito territoriale coinvolto
- Borgo San Dalmazzo
- Valle Stura

Ruolo di ciascun partner

Il Comune di Borgo San Dalmazzo provvede all'espletamento delle pratiche di affidamento incarichi ai professionisti coinvolti e, insieme all'Unione Montana Valle Stura, mette a disposizione i locali e le funzioni logistiche necessari alla programmazione e alla realizzazione dell'azione descritta.

Insieme Diamoci una mano ODV mette a disposizione la propria rete di Anziani Attivi in Valle Stura, strutturandosi come "organizzazione ombrello" per la realizzazione delle attività di vicinato solidale e di attivazione della comunità.

L'ass. Centro Don Luciano Pasquale ODV mette a disposizione il gruppo di professionisti per l'esecuzione degli screening sanitari e l'Ambulatorio Medico Sociale.

L'Associazione Santuario di Monserrato farà da tramite presso i propri associati per la promozione delle iniziative.

Il CSAC collabora nel coordinamento e partecipa all'équipe interdisciplinare con le Sentinelle di comunità.

L'ASL CN 1 collabora alla diffusione dell'azione anche al di fuori della circoscrizione territoriale del progetto, grazie alla promozione dell'iniziativa sui propri canali nella provincia di Cuneo.

La Cooperativa sociale Emmanuele, attraverso le figure educative incaricate sui due territori, svolge la funzione di organizzazione e accompagnamento delle Sentinelle di Comunità. Inoltre, si occuperà della divulgazione delle attività di Screening sanitario.

Eclectica+ si occupa della progettazione e conduzione delle formazioni di vicinato solidale dedicate agli anziani attivi, volontari e associazioni del territorio.

Risultati attesi
- N. 20 giornate di studio sanitario effettuate sui due territori di riferimento
- Mappatura dello stato di salute della popolazione over 65 sottoposta a studio sanitario nei due territori di riferimento
- Coinvolgimento di almeno 5 volontari delle Associazioni nelle pratiche di Vicinato solidale
- Mantenimento e ampliamento delle sentinelle di comunità
- Rafforzamento della tenuta relazionale e del senso di comunità degli anziani residenti sui due territori di riferimento

Strumenti o indicatori di valutazione
- Il numero di azioni di studio sanitario effettuate nell'anno di progetto sarà monitorato dalla raccolta dati a cura dei professionisti dell'Ass. Centro Don Luciano Pasquale ODV

- La mappatura dello stato di salute della popolazione over 65 nei due territori di riferimento sarà effettuata tramite l'anamnesi medica rilevata attraverso un'intervista/questionario sugli stili di vita personali e le condizioni di salute
- Il n. di volontari coinvolti sarà calcolato attraverso il registro di turnazione presso le abitazioni segnalate
- Il mantenimento e l'ampliamento delle sentinelle di comunità sarà calcolato sulla base del numero di nuove sentinelle attivate e sulla presenza di quelle dell'anno passato agli incontri di supervisione formativa
- L'impatto sul fattore relazionale e di comunità delle azioni di vicinato solidale saranno valutate attraverso un'intervista qualitativa agli interessati volta a indagare la loro percezione dell'azione sulla vita quotidiana

Collegamento con altre progettualità già attivate sul territorio

La presente proposta si connette con la prassi di integrazione socio-sanitaria sperimentata in Valle Stura grazie al progetto PNRR "Invecchiare meglio" del CSAC (a sua volta prosecuzione di un precedente PITER) che ha previsto la creazione di un'équipe interdisciplinare finalizzata all'intercettazione tempestiva di nuove situazioni di fragilità e alla co-costruzione di azioni integrate in risposta dei bisogni emergenti e partecipata da figure del welfare pubblico (Assistente Sociale, Infermiere di Valle, O.S.S. itinerante) e del terzo settore (Custodi di Comunità ed Educatrice facilitatrice dei percorsi di attivazione degli anziani e di coinvolgimento della comunità). Proprio la collaborazione tra le diverse professionalità, spesso già presenti e attive sui territori ma talvolta in scarso dialogo tra loro, e la presa in carico integrata sono il cuore della sperimentazione, al fine di migliorare la risposta ai bisogni e garantire a chi vive in montagna, in luoghi isolati, di invecchiare bene a casa propria, senza sentir venire meno l'appartenenza ad una comunità, anche attraverso la presenza costante dei volontari all'interno del gruppo di lavoro. Inoltre il progetto si integra con "semi di cura" che prevede delle attività di prevenzione e monitoraggio delle condizioni di salute della popolazione anziana nonché l'attivazione di presidi informativi che avranno la possibilità di promuovere "Anziani In-forma".

Risorse umane destinate all'attività

	Numero di ore dedicate al progetto	**Qualifica**	**Tipo attività che verrà svolta**	**Ente di appartenenza**
1	30	Sociologo	Formazione sentinelle di comunità sui 2 territori	Eclectica+
2	100	Educatore professionale	Accompagnamento e supervisione vicinato solidale	Coop. sociale Emmanuele
3	10	Assistente sociale	Coordinamento e partecipazione a équipe interdisciplinare	CSAC
4	10	Funzionario Unione Montana Valle Stura	Coordinamento azione	Unione Montana Valle Stura
5	20	Funzionario Borgo San Dalmazzo	Coordinamento azione	Comune Borgo San Dalmazzo
6	50	Team medici	Screening sanitari	Ass. Centro Don Luciano Pasquale ODV
7	30	Sentinelle di comunità	Attivazione della comunità	Insieme diamoci una mano ODV

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

Locali comunali per la realizzazione degli screening sanitari.
Équipe medico-sanitaria.
Attrezzatura medico-sanitaria di consumo per l'esecuzione degli screening

Canali istituzionali dei partner per la divulgazione degli appuntamenti.

Costi presunti
6.680 €

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

- in cosa consiste l'innovatività della proposta progettuale

La proposta "Anziani in-Forma 3^" si distingue per il suo carattere innovativo, poiché coinvolge gli anziani attivi a 360 gradi. Il progetto nasce infatti dai feedback da loro raccolti, e le iniziative proposte rappresentano l'evoluzione naturale dei percorsi sviluppati nelle precedenti edizioni, con una prospettiva di miglioramento in termini di efficienza, economicità, sostenibilità, risultati attesi e grado di soddisfazione dei beneficiari.
Si è scelto di coinvolgere gli anziani anche nella fase di comunicazione del progetto: attraverso il laboratorio SmartLab, essi diventeranno protagonisti diretti delle attività di documentazione e promozione delle iniziative. La condivisione in tempo reale delle loro esperienze e dei loro apprezzamenti potrà costituire un efficace strumento di comunicazione, capace di attrarre altri potenziali partecipanti. Inoltre, il laboratorio rappresenta un'importante occasione di incontro tra gli anziani attivi e gli strumenti digitali, favorendo l'acquisizione di nuove competenze tecnologiche. Poiché la proposta progettuale intende rivolgersi a diversi target di anziani, per coloro che risultano particolarmente attivi è prevista l'iniziativa "Welfare culturale", concepita come opportunità di mobilità, socialità e valorizzazione del patrimonio artistico e culturale. In riferimento al Vicinato solidale, la vision è quella di proseguire un percorso pluriennale ormai consolidato, mentre la mission consiste nell'aggiornare e potenziare le competenze relative alle modalità di intercettazione dei bisogni, con l'obiettivo di raggiungere anche le persone più schive o restie a partecipare alle iniziative.
Anche il partenariato è rinnovato rispetto alle edizioni precedenti, poiché vede un nuovo capofila (Comune di Borgo San Dalmazzo) e due nuovi partner (Associazione Santuario di Monserrato e CISL Cuneo) che portano le proprie competenze nei rispettivi ambiti di progetto descritti in precedenza.

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

Premesso che la riproducibilità è testimoniata dal fatto stesso che con la presente proposta si sta candidando una terza edizione di "Anziani in-forma", le potenzialità di sviluppo sono invece da individuarsi nella natura del partenariato: la forte interconnessione fra Enti locali, Servizi e Terzo Settore, resa ancora più solida da due anni di operatività, ha portato all'esistenza di un vero e proprio modello integrato di intervento in grado di soddisfare i bisogni e le esigenze rilevati sul territorio nell'ambito dell'invecchiamento attivo. I partner di progetto, oltre a essere parte attiva di un Protocollo d'Intesa volto a garantire continuità e sviluppo sul territorio alle iniziative dedicate agli over 65 nell'ottica dell'invecchiamento attivo, hanno ormai consolidato un modus operandi basato sulla co-progettazione e sul lavoro di rete.
Gli incontri periodici e continuativi tra i partner non si concentrano esclusivamente sul progetto in corso, ma rappresentano occasioni di condivisione di idee, co-costruzione di nuove progettualità e intercettazione dei bisogni emergenti del territorio per condividere strategie di intervento.
Inoltre, il coinvolgimento e la conferma all'interno del partenariato di soggetti che nell'edizione 2024 erano target di progetto è non solo testimonianza del successo della metodologia adottata ma anche del potenziale di crescita della rete. Grazie all'ingresso dei due nuovi partner (Associazione Santuario di Monserrato e Cisl Cuneo), inoltre, si amplia la rete e il target intercettato diventa sempre più eterogeneo. Come nella passata edizione, la presenza del Consorzio Socio Assistenziale del Cuneese - la cui operatività territoriale si estende oltre quella di riferimento del progetto - è garanzia della possibilità di riprodurre tale modello di lavoro in territori limitrofi e con caratteristiche similari alla Valle Stura.
Infine, l'approccio progettuale basato sul protagonismo attivo dei destinatari, sulla co-progettazione e sulla co-valutazione è orientato a generare autonomia, riproducibilità e sviluppo. Gli attori coinvolti acquisiranno infatti

competenze e strumenti utili per replicare nelle proprie realtà le strategie sperimentate durante il progetto e per attivare nuove iniziative, valorizzando risorse locali, istituzionali e informali. Il protagonismo degli anziani rappresenta un fattore moltiplicatore del progetto, così come il coinvolgimento delle realtà informali che operano sul territorio. L'intero percorso si colloca in un'ottica di sostenibilità nel tempo, affinché le iniziative avviate possano progressivamente diventare autonome o semi-autonome, oppure essere adottate e portate avanti dalle associazioni locali, favorendo la continuità delle azioni oltre la durata progettuale.

- Attività di comunicazione previste

Ritenendo importante, ai fini del coinvolgimento del target, mantenere una continuità anche comunicativa con le precedenti edizioni di "Anziani in-Forma", si è deciso di conservare l'identità grafica già realizzata. Tuttavia, si provvederà ad aggiornare il titolo del progetto e i riferimenti per la promozione. Per la diffusione delle informazioni si privilegeranno gli strumenti risultati più efficaci nella scorsa edizione, quali locandine, attività porta a porta, passaparola e gruppi WhatsApp.
Il Comune di Borgo San Dalmazzo, capofila del progetto, curerà la diffusione dei comunicati stampa ai media locali e si impegnerà a condividere il materiale informativo con tutti i partner, che a loro volta provvederanno a diffonderlo attraverso i propri canali istituzionali.
L'Unione Montana Valle Stura si occuperà di inserire gli appuntamenti nella newsletter e nell'Agenda di Valle. I Comuni di valle collaboreranno alla promozione delle iniziative mediante l'affissione del materiale informativo presso le proprie bacheche ufficiali.
Si intende consolidare una collaborazione con alcune testate giornalistiche locali, in particolare con il settimanale "La Guida", storicamente uno degli strumenti informativi più utilizzati dagli over 65 per rimanere aggiornati sulla vita del territorio. Questa partnership rappresenta un canale comunicativo strategico, poiché consente di raggiungere in modo diffuso la popolazione anziana grazie alla distribuzione estesa e alla credibilità del giornale.
Un ruolo centrale nella strategia comunicativa sarà svolto dal laboratorio SmartLab, che prevede la realizzazione di mini video, reel e brevi interviste per documentare e promuovere le attività del progetto. In questo modo, lo SmartLab si configura come uno strumento di comunicazione innovativa, capace di dare visibilità al progetto e favorire la diffusione delle competenze acquisite.

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

Il progetto "Anziani in-forma – 3^ edizione", centrato sulla promozione della salute attraverso l'adozione di stili di vita attivi, il movimento e il contrasto della sedentarietà, si integra con il nuovo Piano Locale della Prevenzione 2025 dell'ASL CN1, in particolare con il Programma PP2 – Comunità Attive, che richiama la necessità di rafforzare il lavoro di rete e il coinvolgimento della comunità nella promozione dell'attività fisica tra le fasce di popolazione più fragili, come gli anziani.
Il partenariato eterogeneo del progetto – composto da enti locali, organizzazioni del Terzo settore attive nella promozione della salute e dall'Ente gestore dei servizi socio-assistenziali – rappresenta un'applicazione concreta del modello di "comunità attive" promosso dal Piano, all'interno dei Comuni della Valle Stura e della città di Borgo San Dalmazzo, ricadenti nel Distretto Sud-Ovest dell'ASL CN1.
Nel dettaglio, il progetto risponde a quanto previsto dal Piano in relazione a diverse azioni del Programma PP2:

- all'Azione 2.1 – Verso una rete per promuovere uno stile di vita attivo, che richiama il lavoro intersettoriale tra servizi sanitari, amministrazioni locali, associazionismo e realtà informali per promuovere iniziative di movimento rivolte alla comunità;
- all'Azione 2.2 – Percorsi informativi e formativi intersettoriali, che cita gruppi di cammino, eventi di promozione dell'attività fisica e iniziative per sani stili di vita, realizzati con un coinvolgimento congiunto di servizi sanitari, terzo settore ed enti territoriali;
- all'Azione 2.6 – Una mappa delle opportunità per la pratica dell'attività fisica e/o sportiva e per una mobilità attiva, che richiama la necessità di valorizzare e rendere maggiormente accessibili le opportunità presenti sul territorio, anche attraverso strumenti informativi adeguati.

Le attività previste dal progetto – in particolare i gruppi di cammino, gli incontri di informazione e promozione della salute e l'attivazione di nuove forme di partecipazione comunitaria – risultano pienamente coerenti con gli indirizzi del Piano.
Infine, le azioni dedicate alla prevenzione e all'informazione agli anziani e ai caregiver si integrano con gli obiettivi del Piano relativi alla promozione del benessere nelle condizioni di cronicità e all'empowerment della persona anziana nella gestione della propria salute.

* Stante l'obbligo di pubblicazione dei progetti soggetti a contribuzione (d.lgs. n. 33/2013 e s.m.i. - Riordino della disciplina riguardante il diritto di accesso civico e gli obblighi di pubblicità, trasparenza e diffusione di informazioni da parte delle pubbliche amministrazioni.), si prega di non indicare dati sensibili e/o personali. I progetti saranno pubblicati sulla sezione dedicata alla Trasparenza "https://trasparenza.regione.piemonte.it/sovvenzioni-contributi-sussidi-vantaggi-economici/atti-concessione?sf=4475"

ROBERTA
ROBBIONE
18.11.2025
11:13:23
GMT+01:00

Città di
Borgo San Dalmazzo
Medaglia d'Oro al Merito Civile