

SCHEDA PROPOSTA PROGETTUALE

TITOLO DEL PROGETTO

CON-TATTO! Percorsi abilitanti l'invecchiamento attivo

ENTE CAPOFILA DEL PROGETTO

SOL.CO. MANTOVA SOLIDARIETÀ E COOPERAZIONE SOCIETÀ COOPERATIVA SOCIALE

RESPONSABILE DELL'ATTUAZIONE DEL PROGETTO

Nome e Cognome: Lorenzo Tornaghi
Indirizzo e-mail: lorenzo.tornaghi@solcomantova.it
Telefono: 3355659239

COMPOSIZIONE E CARATTERISTICHE DEL PARTENARIATO

Elencare i partner e documentare le caratteristiche del partenariato, evidenziare le motivazioni che giustificano la scelta dei partner, la genesi del partenariato stesso e la modalità di cogestione. Descrivere la rappresentatività di ogni partner, in particolare con riferimento all'esperienza pregressa in tale ambito, e la complementarietà e integrazione delle competenze ed esperienze offerte dal partenariato nel suo complesso.

Il seguente partenariato, composto da 9 partner, nasce all'interno del TAVOLO ANZIANI avviato dal Consorzio Progetto Solidarietà coinvolgendo quei soggetti pubblici e privati interessati alla definizione di un sistema di welfare locale per le persone anziane over 65. La scelta del partenariato si connette: 1. all'obiettivo di rinforzare la collaborazione tra pubblico e terzo settore dentro le logiche della coprogettazione, 2. al processo di definizione e stesura della prossima programmazione sociale dei piani di zona 2025-2027 3. all'obiettivo di integrare al meglio le politiche sociali con quelle sanitarie e socio sanitarie proprio per come previsto dalle linee guida di Regione Lombardia 4. All'obiettivo di favorire una reale integrazione tra i nuovi dispositivi previsti (case di comunità, PUA, COT..) e il territorio circostante. E' in coerenza con queste motivazioni che la scelta è stata quella di coinvolgere le istituzioni pubbliche che operano nell'ambito della programmazione sociale, sanitaria e socio-sanitaria (Piano di Zona e ASST), il mondo del terzo settore mantovano che quotidianamente opera attorno alle politiche dell'anziano (cooperative sociali e associazioni) e le due strutture di secondo livello che operano al fianco delle cooperative sociali e delle associazioni operative all'interno del distretto (Solco Mantova e CSV Lombardia Sud).

SOLCO MANTOVA - CAPOFILA

Sol.Co. Mantova è un consorzio di cooperative sociali che promuove dal 1991 servizi per le persone e il territorio. Oggi consta di 16 imprese sociali attive nella provincia per favorire l'inclusione sociale e lavorativa delle persone, migliorare la qualità di vita della comunità e creare opportunità di sviluppo sociale, culturale ed imprenditoriale. La sua finalità è di pensare e agire un progetto di sviluppo e cambiamento per la comunità e di promuovere cittadinanza attiva e sussidiarietà orizzontale, in una visione della cooperazione non solo come soggetto "erogatore di buoni servizi" ma quale costruttore di "capitale sociale". Promuove le proprie imprese sociali in un'ottica di forte radicamento territoriale, in partnership con Enti Pubblici e altri soggetti della comunità. Sol.Co. ricopre il ruolo di capofila mettendo a disposizione le competenze ed esperienze acquisite nei 30 anni di attività; in particolare svolgerà il ruolo di governance del progetto, di coordinamento/coinvolgimento dei partner, di facilitazione e confronto, di gestione del processo comunicativo interno – esterno e di gestione del processo di rendicontazione. Crediamo importante richiamare che all'interno del consorzio sono attivi tavoli di lavoro tematici tra cui il TAVOLO ANZIANI che vede la partecipazione di 6 cooperative socie. E' appunto

all'interno del tavolo che è maturata l'idea di candidarci, al fianco delle cooperative, mettendo a disposizione le nostre competenze e professionalità, in coerenza con alcuni principi che guidano la nostra operatività: supportare e affiancare le cooperative nello sviluppo di sistemi di welfare locale dentro una forte apertura e sinergia con gli stakeholder istituzionali e con altri soggetti di terzo settore locale assumendo e sperimentando le logiche della co-programmazione e co-progettazione.

PARTNER DI PROGETTO:

1-ASST MANTOVA

Dalla cura al prendersi cura, a fianco del paziente e della sua famiglia nel loro percorso di vita. È questo il principio di base che ispira l'attività dell'ASST-Azienda Socio Sanitaria Territoriale di Mantova. Un'azienda fatta di persone, che parla alle persone.

La riforma del Sistema Socio Sanitario Lombardo, introdotta dalla Legge Regionale 23 del 2015, ha trasformato l'Azienda Ospedaliera in Azienda Socio Sanitaria Territoriale. Questa nuova realtà punta all'integrazione fra strutture ospedaliere e territoriali, al raccordo con i medici di medicina generale e i pediatri di libera scelta.

L'obiettivo è quello di offrire una risposta corale alla domanda di salute fisica e mentale, che coinvolga anche il mondo del volontariato e riconosca un ruolo fondamentale alla famiglia e agli enti del terzo settore. Per raggiungerlo, restiamo in ascolto del cittadino. È il primo passo per costruire una sanità migliore. **In relazione alla popolazione target e alle finalità della manifestazione di interesse, ASST Mantova** coordina già un progetto dal titolo **"L'ARTE DI PRENDERSI CURA DI SÉ"**, sviluppato in stretta collaborazione con gli Enti e i partner aderenti, scelti in base all'esperienza e all'offerta culturale in grado di offrire alla popolazione target, che compongono l'**Assemblea dei partner**:

- Comune di Mantova- Musei Civici di Mantova-
- Conservatorio "Lucio Campiani" di Mantova
- Palazzo Ducale di Mantova
- Museo diocesano "Francesco Gonzaga"
- Fondazione d'Arco
- Fondazione di Palazzo Te
- Fondazione "Umberto Artioli" Mantova Capitale Europea dello spettacolo
- Accademia teatrale "Francesco Campogalliani"
- Orchestra da Camera di Mantova
- Associazione Amici di Palazzo Te e dei Musei Mantovani APS
- CSV Lombardia Sud ETS
- Università della Terza Età – Centro Studi per il Benessere dell'Anziano APS
- C.A.O. Circolo Aziendale Ospedalieri di Mantova APS
- Associazione Mantova Film Studio- Cinema Mignon
- Ass. cult. ARS Creazione e Spettacolo

Sono stati inoltre costituiti il **Comitato scientifico**, presieduto dal Direttore Sociosanitario, composto da professionisti dell'ASST di Mantova e supportato da uno psicologo incaricato della ricerca scientifica, e un **Comitato organizzativo**, coordinato dalla Responsabile S.S. Coordinamento Disabilità e Fragilità e composto da professionisti del Distretto Mantovano e dell'Area Ufficio stampa e comunicazione.

Gli aspetti legati alla rendicontazione e al controllo dello sviluppo progettuale vengono svolti dalla S.C. Affari generali e controlli interni.

Il progetto è stato sviluppato con il Comune di Mantova e gli Enti partner nel primo semestre del 2024. Entro il mese di dicembre sarà operativo, oltre che a Mantova, nei comuni di Borgo Virgilio, Curtatone, San Giorgio e Bigarello e Porto Mantovano. Nel corso del 2025 sarà esteso progressivamente all'intero territorio del Distretto Mantovano. Nel 2026, consolidata la progettualità e verificati i risultati conseguiti, il format sarà a disposizione degli altri Distretti per una eventuale implementazione nei rispettivi territori.

2-CONSORZIO PROGETTO SOLIDARIETÀ (CO.PRO.SOL.)

Consorzio Progetto Solidarietà è un consorzio costituito dai quattordici Comuni del Distretto di Mantova (Bagnolo S.Vito, Borgo Virgilio, Castelforte, Castel d'Ario, Castellucchio, Curtatone, Marmirolo, Mantova, Porto Mantovano, Roncoferraro, Roverbella, Rodigo, San Giorgio Bigarello, Villimpenta) per la gestione in forma associata della programmazione e della realizzazione degli obiettivi del Piano di Zona e di quanto previsto dalla L. 328/2000 e da altre leggi vigenti in materia nell'ambito territoriale corrispondente al Distretto sanitario di Mantova. Il Consorzio Progetto Solidarietà nasce per gestire con progettazione comune e unità di intenti gli interventi a favore della persona e della famiglia, con delega alla gestione della Tutela Minori. In questi ultimi anni il Consorzio ha eseguito un'opera di potenziamento strutturale dell'area della non autosufficienza, investendo personale e risorse per sviluppare servizi e progettualità in favore di anziani e persone con disabilità. In particolare, attraverso l'azione sinergica con la componente sanitaria (ASST Mantova) sono stati creati modelli di presa in carico e valutazione multidimensionale che, di recente, sono stati strutturati all'interno del PUA e della Casa di Comunità di Mantova. Il Consorzio è ente attuatore di due linee di finanziamento a valere sul PNRR dedicate ai bisogni degli anziani, con l'obiettivo di potenziare i servizi domiciliari e offrire soluzioni abitative alternative per contrastare la precoce istituzionalizzazione. In vista della redazione del nuovo Piano di Zona 2025-2027, il Consorzio sta portando avanti un lavoro di coprogettazione con le associazioni del territorio dell'Ambito di Mantova che si occupano di anziani e domiciliarità, per garantire l'intercettazione di nuovi bisogni e offrire nuove risposte.

3-CSV LOMBARDIA SUD ETS

CSV Lombardia Sud, operativo sulle province di Cremona, Lodi, Mantova e Pavia, nasce per rafforzare la cultura della solidarietà, il bene comune e la partecipazione nella risposta ai bisogni della comunità tramite lo sviluppo del volontariato e della cittadinanza attiva. L'associazione promuove, sostiene e qualifica i volontari negli ETS - in particolare nelle organizzazioni di volontariato - con servizi, progetti e azioni che contribuiscono al cambiamento sociale nell'interesse dei cittadini e delle comunità. Supporta il volontariato nell'intraprendere e far conoscere le proprie iniziative, nel dotarsi di competenze organizzative e gestionali, nel coinvolgere nuovi soggetti e nel reperire risorse per incidere positivamente sui fenomeni sociali. Nello specifico, attraverso l'AREA ANIMAZIONE TERRITORIALE, incentiva e sostiene la partecipazione del volontariato alle progettazioni dei sistemi di welfare locale attraverso la costruzione di alleanze attorno ai problemi dentro modalità collaborative con le istituzioni locali, rilanciando il tema del fare insieme anche attraverso gli strumenti normativi della co-programmazione e co-progettazione. Nello specifico del progetto, sta facilitando processi di lavoro connessi al tema, dentro collaborazioni con i piani di zona e ASST Mantova, sostenendo ed affiancando il volontariato nella definizione di azioni volte al contrasto alla solitudine della persona anziana, al sostegno ai caregiver e alla valorizzazione della persona anziana come valore e risorsa importante per le comunità locali.

4-COOP QUERCIA

Costituita il 7 dicembre del 1988 da un gruppo di volontari che in ambito parrocchiale svolgeva già attività di svago e intrattenimento per persone disabili adulte residenti nel Comune di Roverbella. Negli anni la Cooperativa si è strutturata per l'erogazione di servizi socio-assistenziali e socio-sanitari concretizzando una filiera di servizi che spaziano dal bisogno di tempo libero, alla residenzialità e al lavoro, servizi diurni, residenziali e domiciliari per le lievi, medie e gravi disabilità.

Ad oggi, accedono alla Cooperativa persone che provengono da ben 21 Comuni diversi della provincia di Mantova; attualmente sono circa 180 le persone prese in carico. In questi trentasei anni di attività, la Cooperativa ha sempre mantenuto viva la tensione ad essere una realtà attenta ai bisogni della comunità, soprattutto Roverbellese. Da questa inclinazione sono nati sul territorio importanti percorsi di co-progettazione con il Comune e altre Associazioni territoriali, progetti rivolti anche alle persone anziane sole e/o con demenza ed in particolare attività rivolte a minori senza nessuna fragilità, ma anche certificati e/o con fragilità sociale. Negli ultimi anni la cooperativa sta cercando costruire rapporti significativi anche sul territorio di Marmirolo e di Porto Mantovano. Quest'ultimo comune ci vede

attualmente impegnati nella ristrutturazione di un edificio, che ospiterà due servizi diurni per disabilità adulta e che desidereremmo diventasse un luogo di Comunità.

5-COOP SINERGIE

Cooperativa Sinergie, costituitasi nel luglio 1995 (divenuta operativa a tutti gli effetti nel 1996), ha l'obiettivo di gestire servizi socio-sanitari orientati ai bisogni di persone in difficoltà, con particolare riguardo per i soggetti disabili di qualsiasi età e gli anziani.

La Mission di Sinergie è garantire, nel rispetto dell'individualità, della riservatezza e della dignità della persona, un'elevata qualità di vita dell'Utente considerandone i peculiari bisogni socio/assistenziali, mediante un'assistenza qualificata, in stretta collaborazione con la famiglia ed i servizi territoriali. Il percorso della Cooperativa nasce con il SAD (Servizio di Assistenza Domiciliare), costituito da un complesso di prestazioni di natura socio-assistenziale, rivolte a persone/famiglie in situazioni di disagio, di parziale o totale non autosufficienza e/o a rischio di emarginazione. Comprende mansioni riferite alla persona (ad es. igiene), aiuto di tipo domestico e mansioni di supporto (es. disbrigo di commissioni), eseguite da personale qualificato ASA OSS. Il SAD è attivo sulla provincia di Mantova e sui comuni di Garda e Costermano. Sul Comune di Mantova il servizio di Sinergie maggiormente attivo è l'ADI (Assistenza Domiciliare Integrata). Consiste in un insieme coordinato di attività sanitarie, medico-infermieristiche e riabilitative integrate con interventi socio assistenziali mirati a curare, assistere e riabilitare utenti che vivono al proprio domicilio secondo Piani Assistenziali predisposti dall'ASL territoriale. Dal 2023 la Cooperativa ha inglobato Spazio Autismo, un servizio specializzato per la presa in carico di minori e giovani adulti con disturbo dello Spettro Autistico e delle loro famiglie. Gli interventi vengono erogati da psicologhe ABA, educatori, pedagogisti - tra questi, terapie ABA e assistite con robotica, lo SFA (Servizio Formativo all'Autonomia), le misure regionali b1. Cooperativa Sinergie ospita dal 2021 presso la propria sede l'Ambulatorio infermieristico di quartiere, gestito dai volontari del Club delle tre età OdV. Ogni cittadino residente a Mantova può accedere e richiedere delle prestazioni, ad esempio rilevazioni parametri vitali, somministrazione terapia iniettiva, controllo della terapia farmacologica, medicazioni semplici. L'ambulatorio è attivo tutte le mattine dei giorni feriali con la presenza di un Infermiere Professionale che eroga prestazioni su richiesta. Inoltre, grazie al Progetto Costruiamo Ponti, gli operatori di Sinergie e volontari del Club nel 2023 hanno partecipato ad un percorso formativo congiunto, volto a creare uno stile di cura condiviso.

6-COOP FIOR DI LOTO

Fior di Loto è una cooperativa sociale attiva sul territorio da trentacinque anni; la sua presenza ha sempre caratterizzato un legame con la comunità, un tessuto di volontariato che ha favorito la nascita e la crescita di reciproci supporti e aiuti. Una collaborazione che ha visto un impegno attivo della comunità nell'affiancare l'attività della cooperativa e dei servizi socio sanitari rivolti alle persone con disabilità. Nello specifico, si evidenzia la collaborazione trentennale con il Circolo A.N.P.S.I. di Formigosa che ha supportato, nella quotidianità, il servizio di cura della cucina del Centro Diurno Disabili, servizio storico della Cooperativa. L'esperienza di collaborazione si è ridotta in questi ultimi anni per l'impossibilità di proseguire le attività perché i membri sono molto invecchiati o non più autonomi; si è avviata una proficua conoscenza con l'associazione A.U.S.E.R. nell'organizzazione di momenti conviviali e di socialità attiva nella comunità di Formigosa e di Castelletto Borgo. Altrettanto significativo il lavoro con le Polisportive presenti sul territorio per le feste sociali, iniziative estive e messa a disposizione di luoghi e spazi per le attività degli utenti che frequentano i servizi di cooperativa. (entrambe le realtà sono animate da volontari ultrasessantacinquenni).

7-CLUB DELLE TRE ETÀ

Il Club delle Tre Età OdV è un'associazione di volontariato senza scopi di lucro che si è costituita nel maggio del 1983 a Mantova e da anni s'impegna a creare attività a favore e a sostegno delle persone che vivono in condizioni di disagio economico, psicologico, psicofisico, in particolare a sostegno degli anziani. Dall'anno di nascita l'Associazione ha trovato sede in via Indipendenza 2 a Mantova, una sede idonea di proprietà del Comune dove ha potuto sviluppare servizi ed azioni finalizzati a sostenere un numero sempre maggiore di persone, soprattutto anziane e sole. L'Associazione oggi è

un'organizzazione di volontariato, iscritta al RuntS dal 10/01/2023. Essa non ha alcun scopo di lucro ed opera per fini assistenziali, sportivi, ricreativi e solidaristici per l'esclusivo soddisfacimento di interessi collettivi, senza discriminazione ideologica, culturale e religiosa. Scopo dell'Associazione è lo svolgimento e la promozione di attività nei seguenti settori:

assistenza sociale; formazione; sport; tutela e valorizzazione dei beni di interesse artistico e storico; tutela e valorizzazione della natura e dell'ambiente; promozione della cultura e dell'arte; tutela dei diritti civili; ricreativo e culturale a favore di un migliore utilizzo del tempo libero dei soci.

L'azione educativa e formativa, nonché l'attività occupazionale, è svolta tramite le prestazioni offerte da personale volontario qualificato. Attualmente la realtà Associativa del Club delle Tre Età OdV è diventata uno dei punti di riferimento nel territorio mantovano per persone anziane sole o che versano in condizioni di difficoltà, per motivi di salute, economici o di altra natura. L'Associazione è un centro permanente di vita associativa a carattere volontario e democratico la cui attività è espressione di partecipazione, solidarietà e pluralismo. Essa non ha alcun fine di lucro ed opera per fini assistenziali, sportivi, ricreativi e di solidarietà per l'esclusivo soddisfacimento di interessi collettivi. L'Associazione collabora fattivamente con le Istituzioni Pubbliche e con le realtà del Privato Sociale dove è richiesta, senza trascurare il lavoro di rete con i servizi sociali e socio-sanitari del proprio territorio. La durata della vita dell'associazione è illimitata. L'Associazione è un centro permanente di vita associativa a carattere volontario e democratico la cui attività è espressione di partecipazione, solidarietà e pluralismo. Il Club delle Tre Età svolge diversi servizi e attività a sostegno delle persone anziane e in stato di fragilità, per rendere le persone autonome al proprio domicilio. I servizi che svolgiamo sono: trasporti per luoghi di cura, compagnia telefonica, visite a domicilio di infermiere e dottore in pensione per verificare lo stato di salute, incontri di socializzazione ogni settimana con musica e/o giochi per allenamento cognitivo, incontri tematici e/o culturali, supporto di segretariato sociale, corsi di ginnastica dolce, corsi per l'utilizzo di telefoni smartphone, tombola, gite culturali e/o visite a mostre culturali.

8-AUSER PROVINCIALE MANTOVA

Auser è un'associazione autonoma costituita nel 1989 ad oggi nella Regione Lombardia conta circa 80000 soci, 15.000 volontari e 431 sedi tra strutture ed affiliate. Per svolgere al meglio la propria missione, Auser ha deciso di strutturarsi in una Rete Nazionale partecipata da due enti: AUSER APS – Associazione nazionale per l'invecchiamento attivo ETS e Auser ODV – Associazione Nazionale ETS

In particolare, Auser Provinciale di Mantova APS, con sede in Via Facciotto, 7 Mantova è impegnata, con le sue attività a favorire l'invecchiamento attivo degli anziani e valorizzare il loro ruolo nella società. La sua proposta associativa, pur rivolta in maniera prioritaria agli anziani, è aperta alle relazioni di dialogo tra generazioni, nazionalità, culture diverse.

Le attività sono volte a rafforzare una società nella quale la persona sia protagonista e risorsa per sé e per gli altri in tutte le età.

Auser si propone di migliorare la qualità della vita, diffondendo la cultura e la pratica della solidarietà e della partecipazione, contrastando ogni forma di esclusione e discriminazione sociale, valorizzando l'esperienza, le capacità, la creatività e le idee degli anziani, sviluppando i rapporti di solidarietà e scambio con le generazioni più giovani

Auser Provinciale di Mantova porta avanti la sua sfida di offrire a tanti adulti occasioni di educazione continua per seguire a vivere da protagonisti in una società che cambia velocemente, nella quale crescono disuguaglianze e rischi di esclusione sociale per le fasce economicamente più deboli e con basso livello di istruzione. Inoltre, per Auser anche il Turismo Sociale rappresenta un momento di conoscenza, benessere e di arricchimento umano e culturale. Promuovendo viaggi di qualità a costi ragionevoli, i Circoli Auser sostengono il diritto alla vacanza e alla crescita personale anche per le persone che per età o per stato sociale non possono più farlo in autonomia

Inoltre, giocare in compagnia, seguire un corso di ginnastica, partecipare a una conferenza o a una visita ad un museo, a un gruppo teatrale o musicale, a un laboratorio di manualità e tanto altro ancora, aiuta a sconfiggere la solitudine.

Le attività ricreative e per il tempo libero, nell'ambito della promozione sociale, promosse da Auser, sono uno degli elementi di prevenzione delle fragilità e dell'isolamento sociale degli anziani.

2

DURATA DEL PROGETTO

Data di avvio 20/01/2025 e data di conclusione 15/12/2026

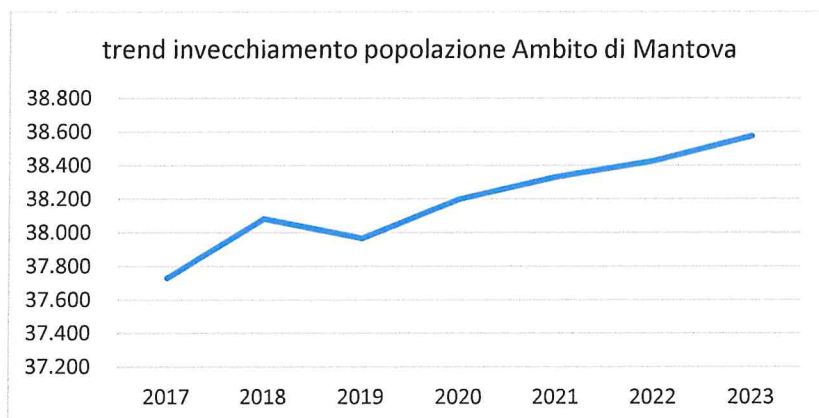
ANALISI DEL BISOGNO TERRITORIALE

Richiamando i dati forniti dal Consorzio Progetto Solidarietà, in relazione alla costruzione del documento di programmazione triennale 2025-27, si riportano alcuni dati sulla popolazione anziani del distretto:

Popolazione residente OVER 65 al 1° gennaio 2023			
Comune	TOTALE POPOLAZIONE RESIDENTE	OVER 65	% su totale popolazione
Bagnolo San Vito	5.880	1.442	25%
Borgo Virgilio	14.857	3.463	23%
Castel d'Ario	4.611	1.068	23%
Castelbelforte	3.258	671	21%
Castellucchio	5.161	1.274	25%
Curtatone	14.607	3.495	24%
Mantova	48.653	12.909	27%
Marmirolo	7.645	1.911	25%
Porto Mantovano	16.614	4.125	25%
Rodigo	5.184	1.330	26%
Roncoferraro	6.826	1.873	27%
Roverbella	8.695	1.990	23%
San Giorgio Bigarello	11.801	2.542	22%
Villimpenta	2.108	533	25%
TOTALE	155.900	38.626	25%

Trend di invecchiamento popolazione dal 2017 al 2023

	65-74	75-84	85+	TOTALE
2017	17.844	13.888	5.998	37.730
2018	17.974	14.017	6.092	38.083
2019	17.845	14.005	6.117	37.967
2020	17.975	13.983	6.243	38.201
2021	18.457	13.567	6.309	38.333
2022	18.159	13.972	6.297	38.428
2023	17.830	14.288	6.457	38.575



In base alle rilevazioni dei dati sulla non autosufficienza elaborati da ATS Val Padana (numero anziani in strutture residenziali o semiresidenziali o beneficiari di interventi di assistenza domiciliare ADI o cure intermedie), insieme ai dati in possesso dell'Ambito per la parte sociale (servizio SAD e voucher B2), **possiamo ipotizzare che circa l'80% della popolazione anziana (over 65) sul territorio risulta essere autosufficiente**, non avendo usufruito di servizi socio sanitari in modo continuativo. Questo dato risulta essere in linea con la tendenza nazionale.

Uno dei bisogni rilevati nella popolazione anziani dopo il Covid è il bisogno di socializzazione: infatti, se da un lato, durante la pandemia, l'isolamento è risultato uno strumento vincente per la tutela della salute pubblica, dall'altro la drastica riduzione dei contatti sociali ha aumentato la sintomatologia depressiva soprattutto nella popolazione di adolescenti e di anziani.

Oggi, finito il periodo acuto della pandemia, si rileva la necessità di riattivare la rete sociale attorno agli anziani autosufficienti per evitare l'isolamento e il decadimento psico-fisico.

Come rilevato anche da ASST Mantova, infatti, se da un lato l'isolamento è risultato uno strumento vincente per la tutela della salute pubblica, dall'altro la drastica riduzione dei contatti sociali ha aumentato la sintomatologia depressiva soprattutto nella popolazione di adolescenti e di anziani. Da risorsa e sostegno per il benessere della terza età, il contatto sociale durante la pandemia è divenuto, al contrario, un fattore di rischio. Sono state condotte diverse ricerche sugli effetti dell'isolamento sociale causato dalla pandemia da COVID-19 che hanno evidenziato un effetto negativo generale sulla salute mentale della popolazione anziana; anche nel territorio mantovano diverse realtà pubbliche e private, hanno segnalato alla ASST l'aumento nella popolazione anziana di stati di sofferenza psicologica determinati dalla paura della morte e dalla interruzione della frequentazione di attività e ambienti stimolanti, sia dal punto di vista cognitivo che sociale. Inoltre, l'aumento di sintomi quali ansia, panico e insonnia ha aumentato il consumo di psicofarmaci e la richiesta di sostegno psicologico. In risposta ai bisogni intercettati, ASST Mantova ha già in essere il progetto "L'ARTE DI PRENDERSI CURA DI SÉ" che si pone come principale obiettivo il contrasto all'isolamento e la prevenzione di stati depressivi in persone anziane che hanno ridotto i contatti sociali e che faticano a riprendere l'accesso ai luoghi della bellezza di cui Mantova è particolarmente ricca, grazie ad una fitta agenda di iniziative culturali. La scelta di approfondire quanto la dimensione culturale e artistica possa influire sul benessere e sulla salute è stata ritenuta centrale e prioritaria dall'OMS (*rapporto del 2019: "Quali sono le evidenze sul ruolo delle arti nel miglioramento della salute e del benessere?"*) affinché venga tenuta in considerazione nella definizione delle politiche sanitarie, nella costruzione delle politiche intersettoriali che includano salute, cultura e socialità. Sono state prese in esame 900 pubblicazioni (dal 2000 al 2019), tra le quali ci sono più di 200 review sistematiche, metanalisi su oltre 3000 studi e 700 ulteriori singoli studi. Il risultato è che esiste ormai una solida base di conoscenze ed evidenze del contributo delle arti sia nell'ambito della prevenzione delle malattie, nella promozione della salute che nell'ambito della gestione della cura e del trattamento delle malattie. La rivista British Journal of Psychiatry, infatti, ha pubblicato i risultati di un lavoro di approfondimento condotto dai ricercatori dell'University College di Londra su circa 2.000 over 50.

L'indagine dimostra che, dedicarsi ad attività culturali una volta al mese, può ridurre il rischio di depressione del 48%. La cultura, dunque, diviene una importante strategia nel trattamento delle patologie neuro-degenerative, depressione, Alzheimer, psicosi, malattie cardiovascolari, tumori.

«Il segreto sta nel praticare attività culturali non una tantum, ma in modo regolare, alla stregua di uno sport»: ad affermarlo è Gabriella Bottini, professore ordinario di Neuroscienze cognitive all'Università di Pavia.

«L'arte fa accendere specifici neuroni della corteccia orbito frontale – spiega il professor Enzo Grossi, direttore scientifico della Fondazione Villa Santa Maria -. Dopo esser stato attivato, questo centro cerebrale della Bellezza produce endorfine che danno felicità, la dopamina che provoca piacere e l'ossitocina, ovvero l'ormone dell'amore».

Un contributo prezioso sul rischio di isolamento post-covid della popolazione anziana è derivato anche dall'importante ruolo di osservatorio del fenomeno rappresentato **dall'associazionismo locale** (Club delle tre età, Auser, ecc..) che sottolinea come, dopo il periodo covid, molte persone hanno faticato ad uscire di casa e riprendere i contatti con gli amici o fare altre amicizie.

La città di Mantova ha una percentuale molto alta di popolazione anziana e le associazioni rilevano come in molti quartieri non vi sia un cambio generazionale e siano presenti realtà condominiali dove gli ultra settantenni rappresentano la maggioranza, manifestando anche una fragilità dal punto di vista economico-finanziario.

Ne consegue che è necessario, pertanto, intervenire sul territorio per ridurre la solitudine delle persone sole, soprattutto sole assolute. Ridurre la solitudine significa rafforzare la fiducia e l'autostima, quale forma di aiuto nella gestione dei cambiamenti e delle emozioni. In questo le associazioni di volontariato e i centri di aggregazione rappresentano un punto di forza del territorio per favorire l'aggregazione tra cittadini.

Infine anche dall'osservatorio **della cooperazione sociale**, presente con le proprie sedi in alcuni quartieri della città e dei comuni di ambito e impegnata nell'erogazione di servizi rivolti alla popolazione anziana, emerge come l'utenza degli stessi (in particolare l'ADI) sia costituita per il 60% da persone over65, con bisogni socio-sanitari, sia temporanei sia continuativi (*dati rilevati dalla cooperativa Sinergie che ha la sua sede in Borgochiesanuova (MN), quartiere ad alta intensità abitativa, premiato per la rigenerazione urbana e recentemente interessato alla costruzione di 67 nuovi alloggi*).

DESCRIZIONE DETTAGLIATA DELLE AZIONI E DEGLI INTERVENTI PREVISTI

Attività 1: **COORDINAMENTO (attività trasversale al progetto) - nuovo intervento**

Descrizione attività (indicando se si tratta di nuovo intervento oppure se interventi già presenti messi in rete): il coordinamento del progetto prevede l'attivazione di un dispositivo di lavoro denominato **CABINA DI REGIA** con la funzione di attivare e sperimentare un sistema di governance orizzontale favorendo connotazioni di condivisione, partecipazione e comunità di pratica. La cabina di regia accompagna e monitora il corretto andamento del progetto nelle fasi di progettazione esecutiva, attuazione delle azioni/interventi, monitoraggio, comunicazione e rendicontazione economica e sociale. Avrà inoltre la funzione di governare al meglio i processi decisionali di programmazione, attivazione e gestione delle azioni, rafforzare il coordinamento delle stesse in maniera coerente con quanto indicato nel progetto, condividendo metodi e strumenti, favorendo l'autonomia nella sperimentazione di metodologie innovative e l'emersione di ipotesi di lavoro condivise. È prevista infatti l'attivazione di **sottogruppi di lavoro sulle singole attività e sul processo di rendicontazione**.

Nell'ambito del coordinamento di progetto verrà attivato anche un sottogruppo di lavoro sulla **Comunicazione** per definire, con il supporto di una società di consulenza esterna, brand e piano di comunicazione. L'attività di comunicazione ha come obiettivo promuovere, sensibilizzare e coinvolgere i destinatari delle azioni, consolidare le relazioni interne tra partner e con gli attori del territorio, favorendo un'azione di promozione culturale. La comunicazione si articola in interna ed esterna. Interna: si concentra sul consolidamento della rete e ha l'obiettivo di favorire il coordinamento territoriale, le relazioni tra i sottogruppi di lavoro sulle azioni e la tenuta del

partenariato anche dopo il termine dello stesso. Esterna: ha l'obiettivo di far conoscere il progetto e le attività realizzate sul territorio raggiungendo un target ampio ed eterogeneo di destinatari.

Tempistica di realizzazione: la CdR e i sottogruppi di lavoro saranno previsti per tutta la durata del progetto per come descritto nella sezione del formulario MODALITA' ATTUATIVE. Nello specifico la frequenza della CdR sarà di 1 incontro/mese per tutta la durata del progetto, dei sottogruppi di lavoro 1 incontro/ogni 2 mesi per i 24 mesi di durata del progetto. Gli incontri si svolgeranno on line o in presenza in base alla situazione di contesto. Il responsabile di progetto che coordinerà i dispositivi di governance avrà la funzione di: organizzazione e gestione del setting, predisposizione delle convocazioni con l'ODG e dei verbali

Obiettivo specifico e risultato atteso: stimolare la ricomposizione e l'integrazione delle risorse comunitarie e territoriali; favorire le sinergie, la condivisione di servizi, spazi, competenze, risorse.

La sperimentazione di forme di cura comunitaria favorisce l'emersione, la codifica e il potenziamento di metodologie di intervento capillari, efficaci e sostenibili nel tempo. Partendo dalla nostra esperienza e buone prassi, svilupperemo dispositivi di lavoro capaci di far dialogare punti vista, competenze e professionalità in un processo evolutivo che esige un cambio di paradigma culturale rispetto alle logiche del Government. Integrando saperi e azioni su un piano orizzontale ci avvarremo del principio di sussidiarietà circolare, privilegiando il "co" come linea di tendenza comune: condividere, co- progettare, co-costruire.

N° e tipologia di personale impiegato: 1 referente per ogni partner di progetto per gli incontri di CdR e dei sottogruppi di lavoro

Ore di servizio totali: circa 840 ore (front e back office) per le attività di CdR e sottogruppi di lavoro

Partner coinvolti e budget ipotizzato:

- Solco Mantova (capofila)
- Asst Mantova
- Consorzio Progetto Solidarietà
- CSV Lombardia Sud ETS
- Coop Quercia
- Coop Sinergie
- Coop Fior di Loto
- Club delle tre età
- Auser Provinciale Mantova

Budget ipotizzato: € 39.081,54 di cui € 31.778,54 finanziamento e € 7.303,00 co-finanziamento

Tipologia e numero di destinatari previsti (precisare se nuclei familiari o singoli): la CdR e i sottogruppi di lavoro risulteranno composti dai referenti nominati dai partner di progetto.

Le attività previste, quando svolte in presenza, avranno luogo presso la Sede di Sol.Co. Mantova.

Attività 2: RILEVAZIONE E MAPPATURA DEI BISOGNI (attività trasversale al progetto) - nuovo intervento

Descrizione attività (indicando se si tratta di nuovo intervento oppure se interventi già presenti messi in rete): **SCHEDA ANALISI BISOGNI E LUOGHI DI AGGREGAZIONE:** l'intervento prevede, in coerenza con quanto concordato all'interno del tavolo anziani del Progetto Consorzio Solidarietà e con gli obiettivi strategici che si stanno elaborando attorno alla programmazione 2025-2027 (1. ritardare l'istituzionalizzazione degli anziani sul territorio del Distretto di Mantova fornendo una rete territoriale di supporto agli utenti ed ai caregiver; 2. sviluppare un lavoro in filiera tra servizi della Pubblica Amministrazione e del Terzo Settore, per sostenere ed accompagnare l'anziano nelle diverse fasi di invecchiamento, creare un reciproco sostegno ed integrazione), 1. la rilevazione, attraverso una scheda di rilevazione, dei bisogni della persona anziana ancora non intercettata dai servizi pubblici o dal circuito associativo e cooperativo 2. la rilevazione dei luoghi di aggregazione e socializzazione già presenti/attivi sui territori comunali. Si prevedrà il coinvolgimento delle associazioni e cooperative che operano a livello distrettuale sul tema anziani al fine di valorizzare e mettere a sistema la loro funzione di antenne sociali del territorio. Le schede di rilevazione saranno progettate insieme ai partner di progetto e verranno condivise con i servizi sociali dei comuni afferenti al piano di zona di Mantova anche al fine di concordare i modelli di collaborazione e le modalità operative che verranno messe in campo definendo il flusso del processo di lavoro.

Tempistica di realizzazione: l'azione di mappatura (progettazione, somministrazione schede e raccolta/aggiornamento dei dati) si realizzerà nei primi 6 mesi di progetto.

Obiettivo specifico e risultato atteso: contrastare l'istituzionalizzazione precoce o impropria, l'inadeguata o tardiva presa in carico dell'anziano derivante dall'insufficiente e frammentata presa in carico e da una intempestiva intercettazione. L'esito è riuscire ad intercettare bisogni e necessità della persona anziana over 65 anni e luoghi di aggregazione al fine di attivare servizi e opportunità offerti dal progetto e prevenire eventuali situazioni di aggravamento e/o condizioni di vulnerabilità e fragilità che potrebbero cronicizzarsi andando ad inficiare la qualità della vita della persona anziana. Attivazione del Gruppo Operativo Provinciale OMS Europa in qualità di "soggetto esperto" con maturata esperienza nel settore degli obiettivi OMS per l'invecchiamento attivo (vedi allegato).

N° e tipologia di personale impiegato: 20 volontari delle associazioni aderenti a CSV, 1 operatore CSV e 2 educatori delle coop Sinergie e Fior di Loto.

Ore di servizio totali: circa 214 ore (front e back office)

Partner coinvolti e budget ipotizzato: CO.PRO.SOL. – CSV Lombardia Sud – AUSER – CLUB DELLE TRE ETÀ – COOPERATIVE

Budget ipotizzato: € 9.740,32 di cui € 4.800,00 finanziamento e € 4.940,32 co-finanziamento

Tipologia e numero di destinatari previsti (precisare se nuclei famigliari o singoli): minimo 70 anziani over 65 anni e minimo 20 luoghi di aggregazione.

Le attività previste – nella fase di rielaborazione e analisi dati – saranno svolte presso la Sede di CSV Lombardia Sud e di CO.PRO.SOL.

Attività 3: attività nell'ambito dell'AREA (A) DELLA SOCIALIZZAZIONE E DELL'INCLUSIONE SOCIALE

Descrizione attività (indicando se si tratta di nuovo intervento oppure se interventi già presenti messi in rete):

all'interno di questa area si collocano n. 6 attività, la cui realizzazione è in capo ai partner sotto elencati:

Nota: si prevede la progettazione, programmazione e organizzazione di attività animative e socializzanti all'interno di luoghi simbolo dei paesi e dei quartieri (biblioteca, oratorio, scuole, sedi di associazioni e cooperative, piazze, etc.) da realizzarsi in collaborazione con gli enti o i gruppi gestori di tali spazi. A titolo esemplificativo e non esaustivo potrebbero essere organizzati: momenti d'incontro con i giovani nelle scuole, visite guidate a luoghi simbolo dei paesi, incontri specifici su alimentazione e stili di vita, camminate di paese o di quartiere, tornei di bocce a squadre miste anziano-ragazzo.

Nello specifico le attività citate di seguito promuoveranno occasioni "volte a contrastare la deprivazione socio-relazionale e affettiva, l'isolamento e la solitudine della persona anziana, nonché favorire la costruzione e il mantenimento di legami sociali intra ed intergenerazionali e l'integrazione sociale".

-Agenda degli appuntamenti di socializzazione con eventi quali merenda pomeridiana, aperitivo, visione di film, cena estiva o pranzo natalizio, per i quartieri periferici di Mantova (Castelletto Borgo e Formigosa) ("APPUNTAMENTI" coop Fior di Loto) nuovo intervento;

-laboratori intergenerazionali in cui i ragazzi con spettro autistico ad alto funzionamento, in carico a Spazio Autismo della coop Sinergie, insegneranno agli anziani l'utilizzo di telefoni smartphone, PC e tablet ("IMPARIAMO" coop Sinergie) nuovo intervento; corsi per facilitare l'utilizzo di telefoni smartphone verranno attivati anche da Club delle Tre Età;

-attività per il mantenimento dei legami sociali attraverso l'organizzazione di un trasporto che colleghi le frazioni di Roverbella al paese capoluogo nel giorno del mercato, con servizio di prenotazione e ad orari di ritrovo e di ritorno nelle piazze delle frazioni e nel punto unico del paese ("AL MARCÀ" coop La Quercia) nuovo intervento;

-incontri di socializzazione e d'integrazione, con musica, giochi per allenamento cognitivo (reazione a catena, ecc.), incontri culturali, momenti d'informazione e comunicazione con medici, farmacisti, forze dell'ordine, nonché corsi di ginnastica dolce ("LA TERZA GIOVENTÙ" Club delle Tre Età) interventi già presenti messi in rete;

-attività ludiche (Incontri di tombola) tutti i martedì pomeriggio presso la Sala Civica di Via Facciotto 7 a Mantova ("INCONTRI DI ATTIVITA' LUDICHE" Auser Provinciale Mn) - Interventi già presenti messi in rete;

- Esperienze di viaggio in città limitrofe e conferenze di preparazione alle uscite: *"il tempo del viaggio è da sempre un modo per conoscere, e conoscersi. Viaggiare significa mettersi alla prova, trovare nuovi stimoli, uscire dalla propria zona di conforto e sperimentare nuove forme di conoscenza. Farlo insieme agli altri aggiunge il piacere della condivisione, della socialità, della conoscenza reciproca, esperienze che nella terza età assumono un valore aggiunto molto importante. Anche la ricezione turistica ha preso estrema consapevolezza dell'importanza della utenza più "matura" e oggi viaggiare, spostarsi, conoscere altri luoghi è molto più semplice e facilmente accessibile anche ai più anziani"*. ("TOUR CULTURALE-esperienze di viaggio" Auser Provinciale Mn) - Attività saltuaria al momento non in essere- nuove attività;

-definizione di un percorso per migliorare e favorire la partecipazione della popolazione target agli eventi inseriti nella programmazione del progetto, **già attivo e di titolarità di ASST Mantova, "L'Arte di prendersi cura di sé"** al fine di rimuovere le barriere esistenti sia economiche che logistiche (costi di partecipazione agli eventi, difficoltà a raggiungere la sede degli stessi), attraverso sia la promozione di forme di mobilità sostenibile (es. accordi con associazioni del trasporto protetto o con i taxi), sia la possibilità di garantire la fruizione gratuita degli eventi per cui è previsto, dall'organizzazione proponente, un ticket. -Dare continuità al progetto e ampliare a livello di ambito le opportunità di accesso agli eventi proposti, che terminerà a fine 2025, sino a fine 2026 attraverso il mantenimento delle suddette attività nel 2026 e la garanzia della copertura economica attraverso un congruo budget previsionale ("PERCORSO PER MIGLIORARE E FAVORIRE LA PARTECIPAZIONE DELLA POPOLAZIONE TARGET AGLI EVENTI INSERITI NELLA PROGRAMMAZIONE DEL PROGETTO "L'ARTE DI PRENDERSI CURA DI SÉ" - "PROSECUZIONE DEL PROGETTO "L'ARTE DI PRENDERSI CURA DI SÉ" NELL'ANNO 2026" – ASST Mantova).

Nota: "L'ARTE DI PRENDERSI CURA DI SÉ" è un progetto di ASST Mantova attivo dal 2024 che si pone come principale obiettivo il contrasto all'isolamento e la prevenzione di stati depressivi – attraverso l'arte, la cultura e la musica - in persone anziane che hanno ridotto i contatti sociali e che faticano a riprendere l'accesso ai luoghi della bellezza che Mantova e la sua provincia possono offrire, anche grazie al supporto di giovani anche volontari che facilitano l'accesso e il ritorno a casa delle persone anziane che necessitano di tale supporto.

Tempistica di realizzazione: APPUNTAMENTI - agenda da organizzare in 6 mesi all'interno di ogni anno solare; IMPARIAMO – n.2 incontri per ciascuna annualità; AL MARCÀ - da marzo 2025 a ottobre 2025 (sospensione nei mesi di luglio e agosto); LA TERZA GIOVENTÙ - incontri settimanali; INCONTRI DI ATTIVITA' LUDICHE - annuale (nell'arco di tutto l'anno per i 2 anni di progetto); TOUR CULTURALE- Esperienze di viaggio - 1 giorno per ogni tour in data da definire – per n.2 esperienze più 2 ore ogni conferenza; PERCORSO PER MIGLIORARE E FAVORIRE LA PARTECIPAZIONE DELLA POPOLAZIONE TARGET AGLI EVENTI INSERITI NELLA PROGRAMMAZIONE DEL PROGETTO "L'ARTE DI PRENDERSI CURA DI SÉ" - 20/01/2025-15/12/2026 / PROSECUZIONE DEL PROGETTO "L'ARTE DI PRENDERSI CURA DI SÉ" NELL'ANNO 2026 - 01/01/2026-15/12/2026.

Obiettivo specifico e risultato atteso: favorire l'ascolto delle persone al fine di creare iniziative in grado di soddisfare le loro esigenze, incrementare le competenze digitali degli anziani, favorire la costruzione di legami intergenerazionali. Contrastare l'isolamento e la solitudine, attraverso la partecipazione alla vita sociale dei paesi e dei quartieri della città, motivare le persone anziane ad uscire di casa. Promuovere l'incontro, lo scambio e lo stare insieme, anche con il supporto di figure quali l'animatore che avrà il compito di stimolare la conoscenza tra le persone e di attivare legami duraturi extra attività. In particolare, obiettivo dell'attività specifica dei tour culturali-esperienze di viaggio sarà promuovere socializzazione, convivialità, accrescimento delle conoscenze culturali, ampliamento delle conoscenze personali. Le esperienze di viaggio saranno precedute da incontri di preparazione prima di un'uscita, al fine di affrontare l'uscita stessa in modo più consapevole e piacevole. Inoltre tali incontri permettono di socializzare con i compagni di viaggio, di ampliare le conoscenze personali e le interazioni tra i partecipanti.

Per la realizzazione degli obiettivi del progetto "L'Arte di prendersi cura di sé", attivare un facilitatore (es. educatore professionale messo a disposizione da un partner di progetto) mettendo a disposizione della progettualità un fondo dedicato a garantire l'accessibilità e la gratuità degli eventi inseriti nella programmazione sia alla popolazione target che ai loro eventuali accompagnatori. Prolungare la programmazione degli eventi per un ulteriore anno per aumentare i benefici sulla popolazione target.

Attraverso il raggiungimento dei suddetti obiettivi ci si attende: di programmare in modo strutturato un elenco di attività concrete, diffuse e agite sul territorio dell'ambito attraverso i partner, in grado di incontrare i bisogni di socializzazione delle persone; favorire un aumento del patrimonio conoscitivo degli anziani e di costruire legami intergenerazionali, di strutturare o rafforzare dove già esistente una rete tra le associazioni, le cooperative e altri soggetti del territorio e rendere attivi in maniera permanente alcuni servizi funzionali alla socializzazione, tramite l'utilizzo di volontari. Ci attendiamo inoltre di rinforzare alcune collaborazioni già in essere con enti del terzo settore locali, non partner di progetto.

In relazione alle esperienze di viaggio ci si attende un buon risultato partecipativo in quanto, si è valutata la distanza non troppo consistente dalla città di partenza, il programma equilibrato tra i momenti culturali e il tempo libero e le comodità che la meta può offrire. Ad esempio, Padova e Ferrara sono due città di forte appeal turistico, artistico, gastronomico e con una vasta scelta di spazi per il tempo libero (shopping, negozi storici, quartieri di tradizione). Sono inoltre città legate storicamente a Mantova per l'intrecciarsi delle reciproche vicende signorili tra Gonzaga, ed Estensi e nella figura della personalità carismatica del pittore Andrea Mantegna.

Infine i benefici effetti, attesi sulla popolazione target del progetto "L'arte di prendersi cura di sé", potrebbero migliorare e consolidarsi dando continuità agli eventi culturali e ampliandone la territorialità anche grazie all'attivazione di giovani anche volontari con funzione di accompagnamento della persona anziana.

N° e tipologia di personale impiegato: APPUNTAMENTI – 1 figura responsabile dell'azione; IMPARIAMO – n.1 educatore; AL MARCÀ – n.1 volontario autista; LA TERZA GIOVENTÙ – n.1 volontario animatore per gli eventi settimanali. Giovani volontari con competenze digitali. N.1 professionista-fisioterapista per i corsi di ginnastica. N.1 volontario esperto in storia e dell'arte. Per gli incontri sulla sicurezza, è prevista la partecipazione delle forze dell'ordine. INCONTRI DI ATTIVITA' LUDICHE - n 2 volontari per l'approvvigionamento dei premi, la preparazione della sala e la gestione dell'attività. TOUR CULTURALE-esperienze di viaggio - 1 Esperto culturale in carico ad Auser, 1 Guida turistica locale, 1 volontario e 1 collaboratore per pubblicizzazione attività, raccolta iscrizioni, organizzazione più 1 esperto culturale Auser, 1 volontario e un collaboratore per l'organizzazione per la gestione delle conferenze preparatorie.

PERCORSO PER MIGLIORARE E FAVORIRE LA PARTECIPAZIONE DELLA POPOLAZIONE TARGET AGLI EVENTI INSERITI NELLA PROGRAMMAZIONE DEL PROGETTO "L'ARTE DI PRENDERSI CURA DI SÉ" (ASST) - Educatore professionale messo a disposizione da un partner di progetto - Psicologo/a incaricato/a della ricerca scientifica (in fase di individuazione), circa n.12 giovani anche volontari / PROSECUZIONE DEL PROGETTO "L'ARTE DI PRENDERSI CURA DI SÉ" NELL'ANNO 2026 - Comitato organizzativo (già costituito in seno al funzionamento del progetto stesso).

Ore di servizio totali: APPUNTAMENTI - 6h/mese*12 mesi; IMPARIAMO – 12 (3 ore a incontro, per 2 volte/ore all'anno); AL MARCÀ - 1,5 a settimana/x 8 mesi; LA TERZA GIOVENTÙ - 6/8 ore la settimana per la durata del progetto; INCONTRI DI ATTIVITA' LUDICHE - 2 ore ogni settimana per un totale di 88 ore. TOUR CULTURALE-esperienze di viaggio - Intera giornata di tour per n.2 esperienze accompagnate da 1 Esperto culturale Auser, 1 Volontario e 1 collaboratore più Conferenze preparatorie: Esperto culturale/2 ore per ogni conferenza, 1 volontario per 2 ore complessive, 1 collaboratore per 2 ore complessive. PERCORSO PER MIGLIORARE E FAVORIRE LA PARTECIPAZIONE DELLA POPOLAZIONE TARGET AGLI EVENTI INSERITI NELLA PROGRAMMAZIONE DEL PROGETTO "L'ARTE DI PRENDERSI CURA DI SÉ" –PROSECUZIONE DEL PROGETTO "L'ARTE DI PRENDERSI CURA DI SÉ" NELL'ANNO 2026 – ore tot. n.200.

Partner coinvolti e budget ipotizzato: Cooperativa sociale Fior di Loto, Cooperativa sociale La Quercia, Cooperativa sociale Sinergie, CSV Lombardia, Associazione Club delle Tre Età, AUSER Provinciale di Mantova, ASST Mantova.

Budget ipotizzato: € 73.298, 12 di cui € 54.104,06 finanziamento e € 19.194,06 co-finanziamento

Tipologia e numero di destinatari previsti: complessivamente si prevede di coinvolgere attraverso le attività sopra descritte circa 3450 persone in target – classe di popolazione 65-74 anni e 75 e più; anziani soli o appartenenti a nuclei familiari, con buone autonomie e che non necessitano di assistenza nella partecipazione alle attività proposte ma sono anzi in grado di partecipare

attivamente, pur potendosi trovare già in una fase di transito dalla vita attiva ad una potenziale condizione di fragilità futura prossima.

Le attività previste saranno svolte presso le sedi operative di: Cooperativa sociale Fior di Loto, Cooperativa sociale La Quercia, Cooperativa sociale Sinergie, Associazione Club delle Tre Età, AUSER Provinciale di Mantova, ASST Mantova (sedi dei soggetti convenzionati per la realizzazione del progetto "L'arte di prendersi cura di sé").

Attività 4: attività nell'ambito dell'AREA (B) DELL'AUTONOMIA E DEL BENESSERE

Descrizione attività (indicando se si tratta di nuovo intervento oppure se interventi già presenti messi in rete):

all'interno di questa area si collocano n. 4 attività, la cui realizzazione è in capo ai partner sotto elencati:

Nello specifico le attività citate di seguito sono orientate a *"promuovere una vita indipendente, sana e sicura, della persona anziana e favorirne il benessere psicofisico, contrastando le patologie cronico degenerative e i processi di decadimento psico-fisico e di isolamento.... di stili di vita salutarì".*

- attività "libera" di camminata da svolgere all'interno dei percorsi naturalistici del parco del Mincio con cadenza settimanale, in base alla stagione; attività da alternare a pacchetti/proposte bimestrali (4 pacchetti nell'arco del percorso) di ginnastica dolce/psicomotricità/yoga gestite da personale tecnico (attività 1h) ("FIANCO A FIANCO" – coop Fior di Loto) - nuova attività che affianca l'evento annuale denominato "Passo lento";

- incontri di gruppo, con psicologa specializzata, volti ad allenare la memoria, l'attenzione e le abilità logiche. Sono previsti un ciclo per il territorio di Porto Mantovano e uno per il territorio di Marmirolo. Ogni ciclo sarà composto da otto incontri, di un'ora e mezzo ciascuno ("ATTIVA-MENTE" – coop La Quercia) interventi già presenti, promossi dalla coop La Quercia su altri territori e messi in rete per i comuni sopra citati;

- incontri di gruppo, condotti da una psicologa, volti a conoscere/riconoscere le emozioni che possono caratterizzare questa fase della vita e per offrire alcune strategie di gestione delle stesse. Sono previsti un ciclo per il territorio di Porto Mantovano e uno per il territorio di Marmirolo. Ogni ciclo sarà composto da otto incontri, di un'ora e mezzo ciascuno ("POSITIVA-MENTE" – coop La Quercia)

- interventi già presenti messi in rete su altri territori comunali.

- iniziative di prevenzione/formazione sul benessere psicofisico dell'anziano, tenute dai medici Geriatri e Nutrizionisti di ASST Mantova, con particolare attenzione a temi quali: il corretto stile alimentare, l'importanza del movimento, come prevenire il rischio di caduta e privilegiando l'apprendimento attivo ("STIAMO BENE" coop Sinergie) nuovo intervento.

- corsi di ginnastica dolce per persone anziane ("CORSO GINNASTICA DOLCE" – Auser Provinciale Mn).

Tempistica di realizzazione: FIANCO A FIANCO - 01/04/2025-15/12/2026; ATTIVA-MENTE - tra marzo 2025 e dicembre 2025; POSITIVA-MENTE - tra marzo 2025 e dicembre 2025; STIAMO BENE - tre volte per ciascun anno di progetto/per figura specialistica. CORSO GINNASTICA DOLCE - 4 mesi, da ottobre novembre e marzo, aprile, una volta alla settimana, per un totale di 16 incontri).

Obiettivo specifico e risultato atteso: offrire ai beneficiari momenti di attività motoria dolce (ginnastica, yoga, psicomotricità, camminata) aiutandoli a mantenersi attivi, a maturare più consapevolezza del proprio corpo per prevenire infortuni e cadute e a rilassare la mente. Gli esercizi, spesso molto semplici sono ripetibili anche a casa, ma, svolgerli in gruppo favorisce la socializzazione, la conoscenza reciproca e lo scambio di idee. Non di rado, queste frequentazioni si prolungano anche oltre le attività; fornire strategie da attuare nella propria quotidianità per mantenere la mente allenata e strategie per imparare a gestire le emozioni nelle relazioni e per affrontare gli stati di ansia, promuovere uno stile di vita salutare e incrementare il benessere psicofisico degli anziani al fine di aumentare in loro la consapevolezza dei fattori protettivi e di rischio per la loro salute. Ci attendiamo inoltre di rinforzare alcune collaborazioni già in essere con enti del terzo settore locali, non partner di progetto.

N° e tipologia di personale impiegato: FIANCO A FIANCO -esperto singola attività, 1 referente tecnico per singola attività; ATTIVA-MENTE -1 psicologa; POSITIVA-MENTE -1psicologa; STIAMO BENE – n.2 figure specialistiche dipendenti ASST; CORSO DI GINNASTICA DOLCE - 1 professionista qualificato, 1 volontario e 1 collaboratore.

Ore di servizio totali: FIANCO A FIANCO -1h/settimana*15 mesi; ATTIVA-MENTE -23 ore per ogni ciclo, quindi 46 totali; POSITIVA-MENTE -23 ore per ogni ciclo, quindi 46 totali; STIAMO BENE - 18 (3 ore di incontro, 3 volte all'anno); CORSO DI GINNASTICA DOLCE - professionista 1 ora alla settimana per 16 settimane, volontario e collaboratore 1 ore alla settimana ciascuno per 16 settimane.

Partner coinvolti e budget ipotizzato: Cooperativa sociale Fior di Loto, Cooperativa sociale La Quercia, Cooperativa sociale Sinergie, Auser Provinciale Mn.

Budget ipotizzato: € 7.629,32 di cui € 6.844,05 finanziamento e € 785,27 co-finanziamento

Tipologia e numero di destinatari previsti (precisare se nuclei familiari o singoli): FIANCO A FIANCO -50 persone; ATTIVA-MENTE -20 persone over 65 per anno di attività; POSITIVA-MENTE -20 persone over 65 per anno di attività; STIAMO BENE – 30 anziani singoli, over 65, residenti nell'ambito di Mantova, con buone autonomie; CORSO DI GINNASTICA DOLCE -20 persone over 65, sia donne che uomini, con una discreta autonomia per la durata dell'intero corso. Complessivamente si pensa di coinvolgere circa 150 persone in target prevalentemente singole, date le caratteristiche delle attività.

Le attività previste saranno svolte presso le sedi operative di: Cooperativa sociale Fior di Loto, Cooperativa sociale La Quercia, Cooperativa sociale Sinergie, Auser Provinciale Mn.

Attività 5: attività nell'ambito dell'AREA (C) DELLA PARTECIPAZIONE E DELLA CITTADINANZA ATTIVA

Descrizione attività (indicando se si tratta di nuovo intervento oppure se interventi già presenti messi in rete):

all'interno di questa area si collocano n. 2 attività, la cui realizzazione è in capo ai partner sotto elencati:

Nello specifico le attività citate di seguito sono orientate a "promuovere l'impegno civico e la partecipazione delle persone anziane in attività di tipo solidaristico, di utilità sociale e di volontariato, favorendone il protagonismo e il coinvolgimento attivo nella comunità di riferimento e valorizzando l'apporto che la persona anziana può offrire alla comunità per lo sviluppo di servizi di prossimità, in qualità di risorsa intergenerazionale".

-creazione di gruppi in contesti differenziati dove le persone anziane insegnano e trasferiscono i propri saperi, partendo dalle esperienze che le stesse possono mettere a disposizione (orto, maglia, cucito, cucina...), con la possibilità di organizzare mercatini, feste, iniziative in cui valorizzare le persone e il lavoro fatto – nuovo intervento (TU INSEGNi, IO IMPARO – coop Fior di Loto);

-coinvolgere anziani di paese o frazioni in progetti, le cui attività saranno rivolte a bambini del territorio o ai ragazzi con disabilità che frequentano i servizi della cooperativa, per l'insegnamento di abilità specifiche, come cucinare, lavorare le stoffe, colorare, curare l'orto – nuovo intervento ("IMPARA L'ARTE..." – coop La Quercia);

Tempistica di realizzazione: TU INSEGNi, IO IMPARO – da maggio a ottobre 2025 e 2026 "IMPARA L'ARTE..." -tra luglio 2025 e agosto 2026.

Obiettivo specifico e risultato atteso: valorizzare le competenze e le abilità delle persone anziane, coinvolgendo le comunità di riferimento; generare uno scambio intergenerazionale, valorizzando le esperienze degli over 65 a favore dei territori di appartenenza. Ci attendiamo inoltre di rinforzare alcune collaborazioni già in essere con enti del terzo settore locali, non partner di progetto.

N° e tipologia di personale impiegato: TU INSEGNi, IO IMPARO -5/6 persone del territorio portatrici di saperi; adesioni variabili in base all'attività proposta (2/3 per orto – 5/6 per laboratori creativi tematici); "IMPARA L'ARTE..." -1 educatore di comunità.

Ore di servizio totali: TU INSEGNi, IO IMPARO -1 appuntamento al mese*2h cad. da organizzare nelle due annualità (5 mesi + 5 mesi); "IMPARA L'ARTE..." -20 ore.

Partner coinvolti e budget ipotizzato: Cooperativa sociale Fior di Loto, Cooperativa sociale La Quercia.

Budget ipotizzato: € 1.247,80 di cui € 473,35 finanziamento e € 774,45 co-finanziamento

Tipologia e numero di destinatari previsti (precisare se nuclei famigliari o singoli): TU INSEGN, IO IMPARO - anziani over 65 "insegnanti", allievi e 5/6 persone della comunità presumibilmente singoli. (Possibilità di pensare ad attività in cui favorire il rapporto genitore/figlio); "IMPARA L'ARTE..." -15 persone over 65.

Le attività previste saranno svolte presso le sedi operative di: Cooperativa sociale Fior di Loto, Cooperativa sociale La Quercia.

MODALITA' ATTUATIVE

Il coordinamento agito attraverso i dispositivi della Cabina di Regia e dei sottogruppi di lavoro, istituisce la volontà di coinvolgere e far dialogare i partner di progetto attorno ad obiettivi comuni al fine di avvicinarsi alle questioni, trattarle e meglio comprenderle per sperimentare processi operativi con un approccio più "bottom up". Si tratta di attivare modalità trasversali ed innovative, allestendo dispositivi utili a creare un ambiente funzionale alla cura del processo di lavoro. Un modello, quindi, centrato su una governance partecipata e volta a promuovere scambio di idee, pratiche ed approcci per implementare strategie organizzative ed operative condivise ed efficaci.

L'attuazione del progetto prevede, quindi, due azioni trasversali: il **coordinamento** e la **rilevazione e mappatura dei bisogni** funzionali al raggiungimento degli obiettivi e al monitoraggio e verifica delle attività "core" collocate nelle 3 Aree di intervento.

Dispositivi di **coordinamento**:

Cabina di Regia: frequenza mensile (1 incontro/mese per i 24 mesi di durata del progetto). Partecipa un referente indicato da ogni partner. Gli incontri si svolgeranno on line o in presenza in base alla situazione di contesto. Il responsabile di progetto, che coordinerà la CdR, avrà la funzione di: organizzazione e gestione del setting, predisposizione delle convocazioni con l'ODG e dei verbali, raccolta delle presenze tramite foglio firme (se in presenza).

Sottogruppi di lavoro:

n.3 sottogruppi per ogni linea di intervento – Area A-Socializzazione e inclusione sociale; Area B-Autonomia e benessere; Area C-Partecipazione e cittadinanza attiva. Ogni sottogruppo si incontrerà con frequenza bimestrale (1 incontro/ogni 2 mesi per i 24 mesi di durata del progetto). Partecipa un referente indicato da ogni partner, possibilmente coinvolto operativamente nello svolgimento delle attività. Il referente "aree di intervento", indicato dal capofila, coordinerà i sottogruppi e avrà la funzione di: organizzazione e gestione del setting, predisposizione delle convocazioni con l'ODG e dei verbali, raccolta delle presenze tramite foglio firme (se in presenza).

n.1 sottogruppo per il monitoraggio della rendicontazione economico-finanziaria: frequenza bimestrale. Partecipano i referenti competenti indicati dai partner. Il referente indicato dal capofila, avrà la funzione di: organizzazione e gestione del setting, predisposizione delle convocazioni con l'ODG e dei verbali, raccolta delle presenze tramite foglio firme (se in presenza).

n.1 sottogruppo per la condivisione e il monitoraggio delle attività di comunicazione secondo il piano comunicativo proposto da società di consulenza: per un totale di 9 incontri nell'arco della durata del progetto. Il referente indicato dal capofila, avrà la funzione di: organizzazione e gestione del setting, predisposizione delle convocazioni con l'ODG e dei verbali, raccolta delle presenze tramite foglio firme (se in presenza).

Tutti gli incontri si svolgeranno on line o in presenza in base alla situazione di contesto.

Dispositivi per la **rilevazione e mappatura dei bisogni**:

la raccolta dei bisogni della persona anziana avviene attraverso la somministrazione di una scheda di rilevazione, la cui struttura dovrà essere messa a sistema e condivisa dai partner di rete coinvolti in tale

attività (associazionismo e cooperative – vedi sopra Attività 2); la stessa modalità è auspicabile per la rilevazione dei luoghi di aggregazione e socializzazione già presenti/attivi sui territori comunali. La condivisione e l'allineamento degli strumenti di rilevazione, è funzionale all'aggregazione e analisi dei dati e alle conseguenti valutazioni e reportistica.

Per come indicato all'interno delle singole attività previste nelle aree trasversali (1 e 2) e suddivise per Area di intervento (3-4- e 5), sono state individuate totale n. 9 sedi per lo svolgimento delle attività stesse.

RISULTATI ATTESI

- Gli anziani che beneficeranno delle attività messe in campo dal progetto, intercettati, osservati e conosciuti all'interno della mappatura, vengono inseriti e agganciati da una rete di prossimità in grado di offrire interventi adeguati, flessibili e calibrati sui reali bisogni dell'anziano al fine di prevenire condizioni di ulteriore fragilità o decadimento cognitivo
- Ci si attende di rinforzare la rete di collaborazione tra pubblico e privato sperimentando un modello territoriale di presa in carico e di azione in grado di valorizzare e mettere a sistema competenze, servizi e disponibilità in una logica preventiva e in grado di tutelare e valorizzare le autonomie ancora presenti nella persona anziana. Agire, quindi, uno sguardo non in chiave di presa in carico ma in chiave preventiva e promozionale. Questo necessita di ricomporre sguardi agendo visioni trasversali per collegare e tessere fili nell'ottica di valorizzare luoghi di vita delle comunità e tessere scambi intergenerazionali.
- Si punta ad ampliare i sistemi di relazione attorno alla persona anziana, garantendo vicinanza, prossimità e ascolto anche grazie alla funzione del Volontariato e al suo importante ruolo di antenna sociale del territorio. L'integrazione tra pubblico, privato sociale, volontariato (organizzato ed informale) veicola inoltre nel medio e lungo termine un contenimento dei costi necessari alla presa in carico socio sanitari.
- Approfondire il fenomeno per accorpare dati (anche di contesto) in grado di fotografare la situazione 1. da un punto di vista dei bisogni; 2. dal punto di vista delle opportunità che il territorio offre in tema di luoghi e spazi di aggregazione e relative offerte di servizio.
- Integrare al meglio le conoscenze e competenze in capo ai singoli partner in una logica ricompositiva, incentivando la possibilità di ampliare l'offerta delle opportunità territoriale in modo da poter al meglio rispondere ai bisogni emergenti, anche agganciando enti del terzo settore con cui sono già attive collaborazioni e il mondo degli enti culturali con cui ASST Mantova ha già sviluppato appositi accordi di collaborazione per il progetto "L'arte di prendersi cura di sé".
- Promuovere occasioni di scambio intergenerazionale al fine di valorizzare la persona anziana come risorsa attiva del territorio e delle comunità locali e il giovane/la giovane come opportunità di vicinanza, supporto, sostegno, scambio e apprendimento. Il tutto in una logica di scambio di competenze.
- Comunicare gli esiti delle attività, anche con il supporto e compartecipazione del Comitato Scientifico del progetto "L'arte di prendersi cura di sé", come eredità permanente in uscita dal progetto e valorizzazione della rete costituita.

STRUMENTI E INDICATORI DI MONITORAGGIO DELLE ATTIVITA'

Proponiamo indicatori di monitoraggio delle attività e strumenti per la loro rilevazione, realistici e verificabili, in grado di dare riscontro circa gli esiti quantitativi e qualitativi identificati per singola attività. Nello specifico:

ATTIVITA' 1: Coordinamento (CdR e sottogruppi di lavoro): immaginiamo una presenza agli incontri di CdR e dei sottogruppi di minimo 70% dei partner (si chiederà ai partner di individuare il referente che parteciperà alla CdR e gli operatori/volontari che parteciperanno ai sottogruppi sulle singole attività)

– N° di CdR-sottogruppi realizzati/su tot. Previsti; presenza =>70% dei referenti ad ogni incontro.
Strumenti: o.d.g., verbali di incontro, elenco presenze.

ATTIVITA' 2: Rilevazione e mappatura dei bisogni: progettazione e predisposizione delle 2 schede di rilevazione (bisogni e luoghi/spazi aggregazione), raccolta di almeno 70 schede di rilevazione dei bisogni delle persone anziane e 20 schede di rilevazione degli spazi di aggregazione e socializzazione; relazione di aggregazione dei dati e sintesi dei bisogni emersi, mappa dei luoghi di aggregazione suddivisa per ambito, tipologia di soggetto e tipologie di attività offerte.

ATTIVITA' 3: attività nell'ambito dell'AREA (A) DELLA SOCIALIZZAZIONE E DELL'INCLUSIONE SOCIALE

-N° destinatari in target coinvolti/su tot. N° destinatari previsti nelle singole attività (registri presenze anziani alle attività); N° anziani soli assoluti/su tot. N° coinvolti. Questionario di rilevazione della soddisfazione del beneficiario.

ATTIVITA' 4: attività nell'ambito dell'AREA (B) DELL'AUTONOMIA E DEL BENESSERE

-N° destinatari in target coinvolti/su tot. N° destinatari previsti nelle singole attività (registri presenze anziani alle attività); N° anziani soli assoluti/su tot. N° coinvolti. Questionario di rilevazione della soddisfazione del beneficiario.

ATTIVITA' 5: attività nell'ambito dell'AREA (C) DELLA PARTECIPAZIONE E DELLA CITTADINANZA ATTIVA

-N° destinatari in target coinvolti/su tot. N° destinatari previsti nelle singole attività (registri presenze anziani alle attività); N° anziani soli assoluti/su tot. N° coinvolti. Questionario di rilevazione della soddisfazione del beneficiario.

CRONOPROGRAMMA DELLE ATTIVITA'

Prima annualità	Semestre 1						Semestre 2					
Attività 1												
Attività 2												
Attività 3												
Attività 4												
Attività 5												

Seconda annualità	Semestre 3						Semestre 4					
Attività 1												
Attività 3												
Attività 4												
Attività 5												

PIANO DEI COSTI

VOCI DI COSTO		IMPORTO
A	Costi del personale interno ed esterno	€ 66.780,00
B	Altri costi (diretti diversi dal personale e indiretti) *	€ 31.220,00
C	TOTALE CONTRIBUTO PUBBLICO al massimo 80% del costo totale ammissibile	€ 98.000,00
D	Valorizzazione di personale già dipendente degli enti appartenenti alla rete impiegato nell'attuazione del progetto	€ 20.939,14
E	Valorizzazione del lavoro volontario	€ 5.957,96
F	Quota economica	€ 6.100,00
G	TOTALE COFINANZIAMENTO del capofila e dei partner effettivi (almeno 20% del costo totale ammissibile)	€ 32.997,10
H	TOTALE COSTO PROGETTO	€ 130.997,10

* Sono consentiti acquisti di beni/attrezzature fino ad un massimo del 20% del contributo regionale.

Mantova, 8 ottobre 2024

Il Legale Rappresentante
Paolo Galeotti


Consorzio SOL.CO. Mantova
Solidarietà e Cooperazione
Sede legale: via Imre Nagy, 32
46100 MANTOVA
Partita IVA 0161008 020 0