

I RISULTATI RAGGIUNTI AZIONE ANZIANI ATTIVI

ANTONELLA ERMACORA

ARGENT  ATTIVO

VIVERE BENE OLTRE I SESSANTA



Obiettivi

- Promuovere la partecipazione degli **anziani attivi** attraverso un **percorso di cittadinanza attiva** per avviare iniziative di promozione della salute e della socialità con e per i propri coetanei e promuovere lo scambio di informazioni e di messaggi di prevenzione.
- Contrastare l'isolamento e la marginalità sociale degli anziani attraverso la creazione di legami di aiuto e solidarietà tra **anziani attivi** e anziani in condizione di fragilità, residenti in strutture residenziali, e il coinvolgimento di diversi attori del settore e altre realtà informali e associative.

Processo di cittadinanza attiva = metodi di partecipazione partecipata

Strumenti di monitoraggio e valutazione

La valutazione ha accompagnato il progetto per tutto il processo. Gli strumenti di valutazione utilizzati avevano lo scopo di registrare non solo i risultati raggiunti, ma anche le criticità e i punti di forza del percorso, sia locale che nazionale, al fine di ritrarre il progetto in itinere

Schede di monitoraggio (compilate dai facilitatori):

- sui percorsi dei gruppi di anziani attivi;
- sugli incontri tra pari;
- sulle reti di prossimità tra anziani e istituzioni territoriali

Questionario di gradimento rivolto agli anziani attivi

Le video-interviste

ACCOMPAGNAMENTO E VALUTAZIONE

Reclutamento degli anziani attivi

Formazione e accompagnamento dei facilitatori

Formazione e autoformazione degli anziani attivi

Progettazione e realizzazione di interventi tra pari

Individuazione e formazione dei facilitatori

- In tutto sono stati coinvolti **19 facilitatori** (psicologi, educatori, assistenti sanitari, ecc.)
- Individuati in diversi modi, a seconda dell'organizzazione delle unità operative
- Accumunati da una **formazione nazionale** sui metodi partecipati e sulle l'attività progettuale nel suo complesso e da un **accompagnamento metodologico nazionale**

Gruppo di lavoro nazionale che ha saputo cogliere questo progetto come occasione di scambio, confronto e condivisione tra colleghi!

Indicatore: almeno 250 anziani attivi sul territorio nazionale coinvolto

3 gruppi per unità operativa = 18 gruppi

TERRITORIO	n. GRUPPI	n. ANZIANI ATTIVI
Piemonte	14	225
Marche	1	20
Sicilia	6	103
Veneto	3	47
TOTALE	24	395

Formazione gruppi di anziani attivi

Indicatore: **8 incontri di formazione-autoformazione per gruppo**

Effettivi: **10 e i 15 incontri formativi di due/tre ore, per ciascun gruppo di anziani attivi**

**Prima attenzione che ci portiamo a casa.....
Tempo e flessibilità metodologica**

Progettazione e realizzazione di interventi tra pari

Indicatore: 80 anziani in buone condizioni di salute attivati e coinvolti a cascata da parte degli anziani attivi = 1251
almeno 8 Iniziative tra pari per unità territoriale = 114

TERRITORIO	n. INIZIATIVE TRA PARI	n. Partecipanti coinvolti nelle iniziative tra pari
Piemonte	76	528
Marche	4	99
Sicilia	16	386
Veneto	18	238

Tipi di iniziative e attività tra pari realizzate

Attività psicomotorie

Ginnastica dolce; yoga; yoga della risata; uso della voce abbinato alla coordinazione di piccoli movimenti; incontri teorico-pratici sul benessere in movimento e sui benefici dell'attività fisica, sui rischi della sedentarietà e sul muoversi con consapevolezza.

Passeggiate e camminate

- **PASSEGGIATE CULTURALI:** gruppi di cammino su itinerari di interesse storico-architettonico.
- **PASSEGGIATE AMBIENTALI:** pulizia di aree urbane e raccolta differenziata; attività di movimento con il recupero della conoscenza tradizionale dell'uso delle erbe a scopo curativo e culinario.
- **GRUPPI di CAMMINO ESCURSIONISTICO:** passeggiate guidate; escursioni su itinerari di diversa difficoltà; gruppo di cammino e letture.
- **GRUPPI di CAMMINO CITTADINO** e spostamenti collettivi a piedi su percorsi quotidiani.

Laboratori culturali e pratici

- **ORTO URBANO:** attività legate alla cura dell'orto e dei suoi prodotti e alla riscoperta della stagionalità degli ortaggi (anche in relazione al forte interesse per la “cucina sana e naturale”).
- Laboratori di cucina vegana e biologica (con verdure di orti didattici).
- **GRUPPI di NARRAZIONE:** condivisione di ricordi, storie, aneddoti su che cosa si faceva da bambini, come si passava il tempo, come si trascorrevano le feste, il vissuto della povertà (“la malora”), come ci si fidanzava, come ci si sposava, il lavoro e la dura vita nelle campagne, le feste di paese e alcuni avvenimenti storici della zona.
- **DIALETTI:** recupero di modi dire ed espressioni tradizionali, dialettali e/o cadute in disuso attraverso incontri collettivi.
- **POESIA:** lettura di poesie in gruppo.
- **Pittura**
- **Scultura**
- **Arte Terapia**
- **PRODUZIONE** di piccoli oggetti da donare in occasione di festività

Attività conviviali e di intrattenimento

- Organizzazione di pranzi conviviali, soprattutto in occasione di festività e di feste di compleanno; organizzazione di cene condivise fra anziani soli presso spazi anziani soprattutto nei periodi delle festività natalizie; preparazione e consumazione del gelato in compagnia; offerta della merenda per sensibilizzare e coinvolgere altri pari; organizzazione di merende abbinate al gioco di carte (burraco).
- Spettacoli musicali, canori, balli e canti folklorici, coro, racconto di barzellette, cineforum

Gite e visite culturali

- Visite a musei con collezioni di pittura, scultura, arti visive.
- Visite a musei etnografici, in cui i partecipanti hanno riscoperto i mestieri e i giocattoli della loro infanzia.
- Visite a giardini botanici e orti urbani.

Incontri informativi e/o formativi

- **ALIMENTAZIONE E SALUTE:** incontri sull'alimentazione idonea per gli anziani, sulla corretta conservazione dei cibi e sulla lettura delle etichette, su salute e benessere e sul cibo "buono, sano e giusto".
- **SALUTE:** incontri sulle vaccinazioni stagionali; la salute della donna fra cura e prevenzione; la salute cardiovascolare; la sicurezza a domicilio; le regole da adottare per prevenire disturbi legati al caldo estivo e fare fronte all'emergenza caldo.
- **BENESSERE E RELAZIONI:** incontri sulle relazioni familiari, sociali e affettive "ad ogni età"; sul ruolo dei nonni nella società attuale, sulle aspettative sociali e familiari verso gli anziani; sulle emozioni e i desideri delle persone anziane; sulla solitudine e sulle modalità con cui affrontarla; sull'arte terapia.
- **CURA di SÉ E DEL CORPO:** incontri e conversazioni su benessere e bellezza, sui cambiamenti del corpo nell'invecchiamento e sul "sentirsi belli da vecchi".
- **USO DEI MEZZI PUBBLICI:** incontri informativi sulla sicurezza nell'uso dei mezzi pubblici da parte degli anziani.
- **TUTELA DA FRODI, IMBROGLI, TRUFFE:** incontri informativi e di sensibilizzazione.
- **VOLONTARIATO:** incontri informativi sul mondo del volontariato e su come potersi impegnare come volontari nelle diverse realtà locali; i benefici del volontariato per l'active ageing.

Attività intergenerazionali

- **RACCONTARE LE GENERAZIONI:** intervista da parte di alcuni giovani dell'Estate ragazzi ad anziani attivi, in collaborazione con dei facilitatori di Argento Attivo, per un'attività di sensibilizzazione sul tema dell'anzianità.
- **GINNASTICA:** esperienza di movimento-ginnastica tra anziani e studenti delle scuole medie per un documentario sul movimento nelle diverse età della vita.
- **CANTARE INSIEME:** coro di nonni e nipoti.
- **CAMMINARE INSIEME:** passeggiate di interesse naturalistico nonni-nipoti.
- **NARRAZIONE DEI CAMBIAMENTI URBANI:** incontri pomeridiani per conoscersi, giocare a carte, chiacchierare e raccontare ai più giovani (studenti di una scuola secondaria di secondo grado) com'è cambiato nel tempo il quartiere, allo scopo di realizzazione un video documentario a partire dalla narrazione di queste trasformazioni.

Creazione centri anziani

- Creazione di un centro anziani da parte di un gruppo di anziani attivi attraverso il reperimento e l'allestimento degli spazi e la suddivisione dei compiti di gestione del Centro.

Indicatore: coinvolgimento di almeno 50 anziani in condizione di fragilità in ogni Regione

- Tutte le **iniziative tra pari erano rivolte alla intera comunità di anziani** del territorio
- Tutte le attività organizzate sono state di **natura gratuita**
- Inoltre sono state promosse azioni specificatamente pensate per **anziani in condizioni di svantaggio**

Iniziative inclusive e solidali

- **DONO OGGETTI AUTOPRODOTTI e SENSIBILIZZAZIONE** su temi specifici di interesse degli anziani e per il loro benessere in relazione alle diverse stagioni – es. per l'emergenza caldo è stato regalato porta a porta un ventaglio con indicazione per prevenire i malesseri da caldo.
- **REDISTRIBUZIONE di PANE** ed altri alimenti ad anziani soli.
- **INCLUSIONE SOCIALE:** iniziative spontanee di inclusione sociale e assistenza da parte di singoli/e anziani/e attivi/e nei confronti di soggetti fragili nelle aree di residenza e nel vicinato: preparazione e distribuzione di marmellate nel vicinato; coinvolgimento di anziani più fragili per uscite collettive e pranzi.
- **INCONTRI INFORMATIVI E LAVORATORI PRESSO CASE DI RIPOSO**

**Indicatore: coinvolgimento di almeno 50 anziani in
condizione di fragilità in ogni territorio**

TERRITORIO	n. ANZIANI FRAGILI
Piemonte	78
Marche	10
Sicilia	
Veneto	
TOTALI	

**ATTENZIONE.....azione che necessità di
credibilità e quindi di tempo ...**

Indicatore: almeno 1 rete di prossimità attivata in ogni area di intervento , costituita da almeno 10 soggetti aderenti del territorio

TERRITORI	RETI	SOGGETTI
Piemonte	9	90
Marche	1	25
Sicilia	6	52
Veneto	3	35
TOTALE	14	202

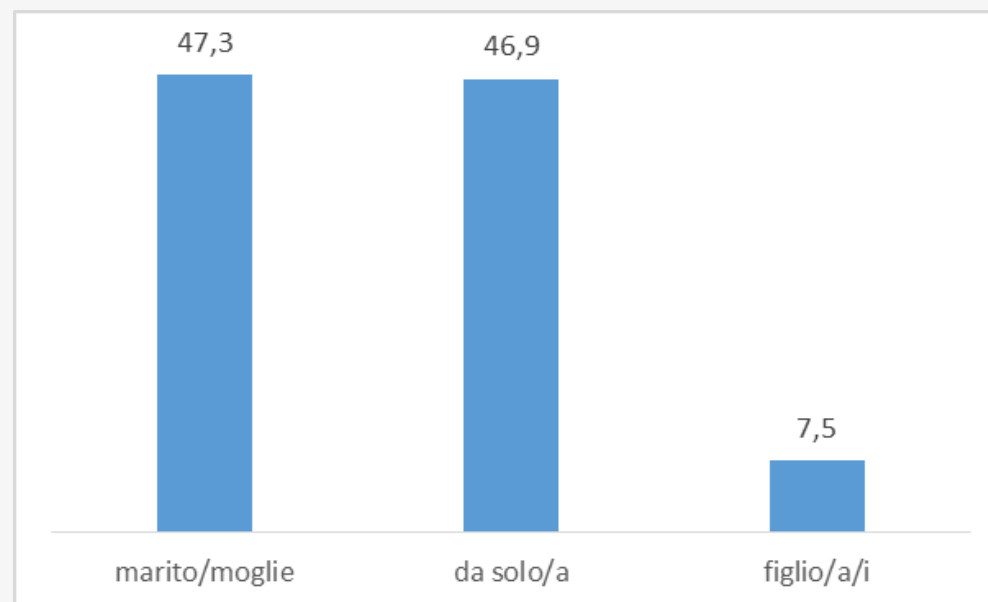
La costituzione di reti territoriali è risultata strategica anche per la **sostenibilità** del progetto dopo la sua conclusione formale.

Es. in uno dei territori infatti la rete territoriale ha partecipato con successo ad un **bando per ottenere altre risorse per continuare l'esperienza**, in un altro territorio è stato inaugurato un **centro anziani** che continuerà a realizzare iniziative tra pari con il coinvolgimento degli anziani attivi.

RISULTATI DEL QUESTIONARIO RIVOLTO AGLI ANZIANI ATTIVI

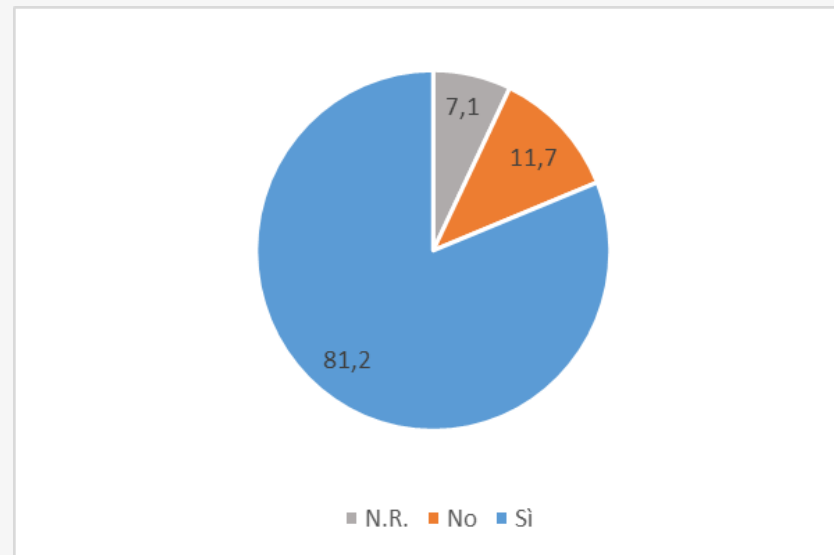
- 239 anziani
- corrispondono al 60,5 % del totale degli anziani attivi coinvolti sul territorio
- età media è di 75 anni, con la persona più giovane di 60 anni e quella più anziana di 89

Con chi vive? (% , più risposte possibili)



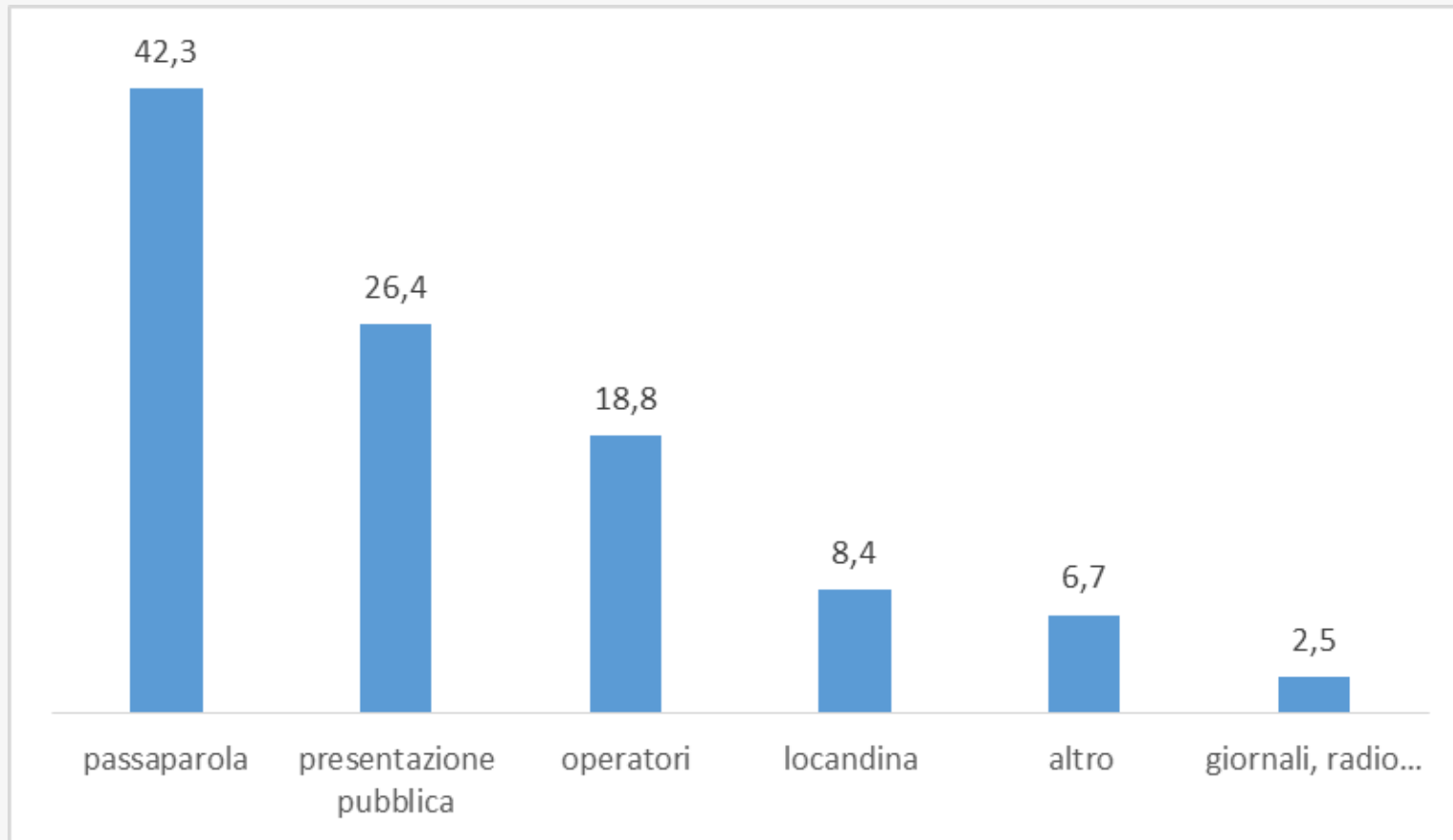
La percentuale di persone anziane che vivono da sole è rilevante e merita sicuramente attenzione per le sue eventuali implicazioni in termini di amplificate condizioni di solitudine e di aumentato bisogno di tessere relazioni sociali

Ha frequentato in modo continuativo il percorso Argento Attivo? (%)



Un dato significativo rispetto al gradimento generale del progetto è che la gran parte dei **rispondenti, pari all'81,2%** del campione in esame, **ha frequentato con continuità** le attività di Argento Attivo

Come ha conosciuto l'iniziativa Argento Attivo? (%)

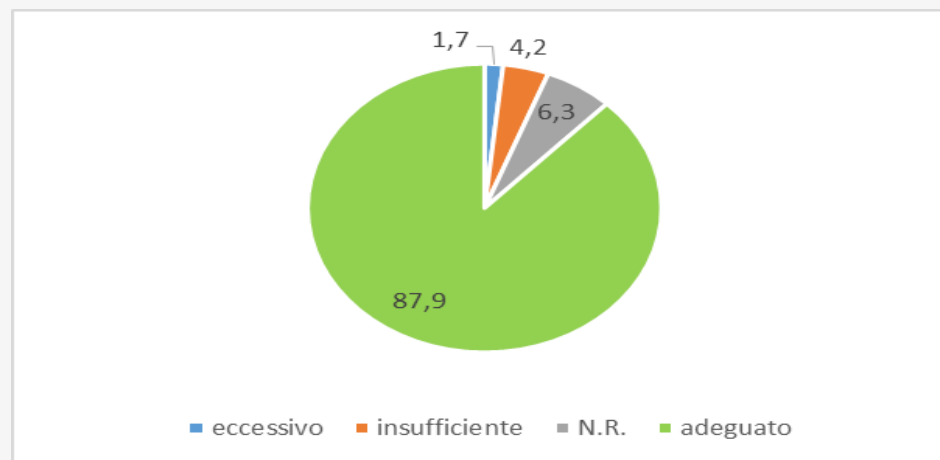


Come valuta la sua esperienza nel gruppo Argento Attivo? (%)

	Molto	Abbastanza	Poco	Per nulla	N.R.
Piacevole	55,6	28,9	0,4	0,8	14,2
Utile	47,3	25,9	0,8	-	25,9
Coinvolgente	46	25,9	1,3	0,8	25,9

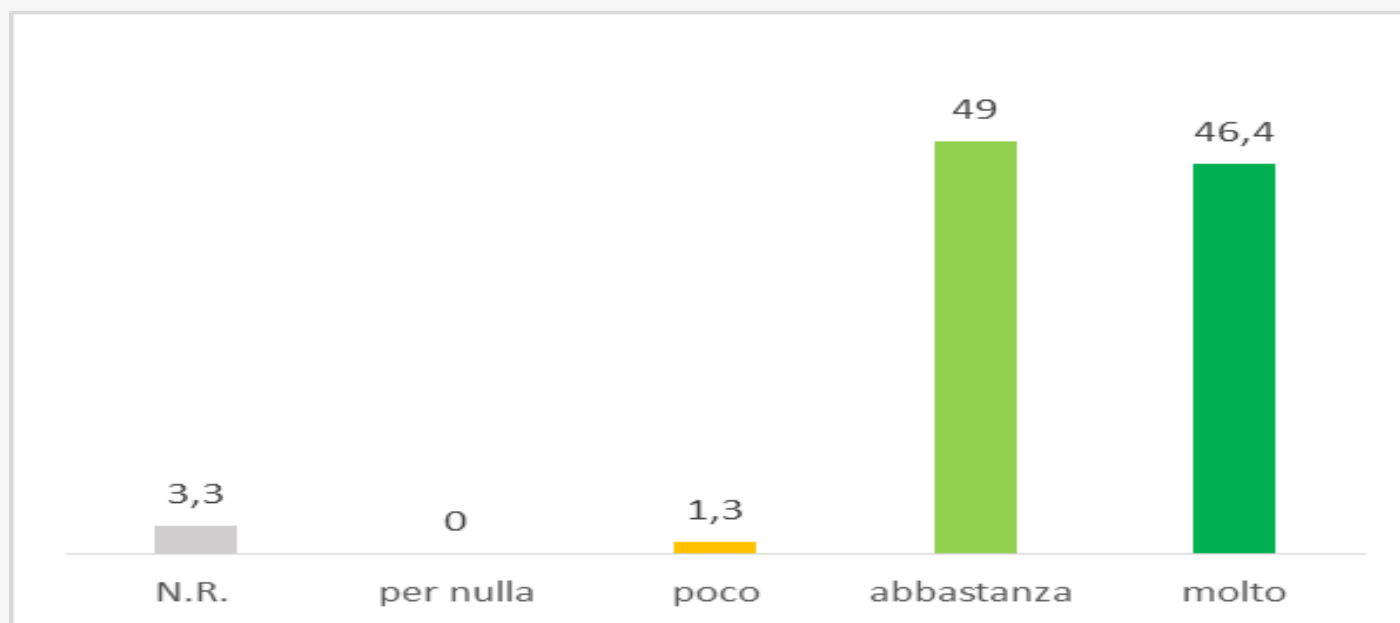
La valutazione complessiva dell'esperienza di Argento Attivo è prevalentemente positiva

Il tempo dedicato al percorso per Lei è stato (%)

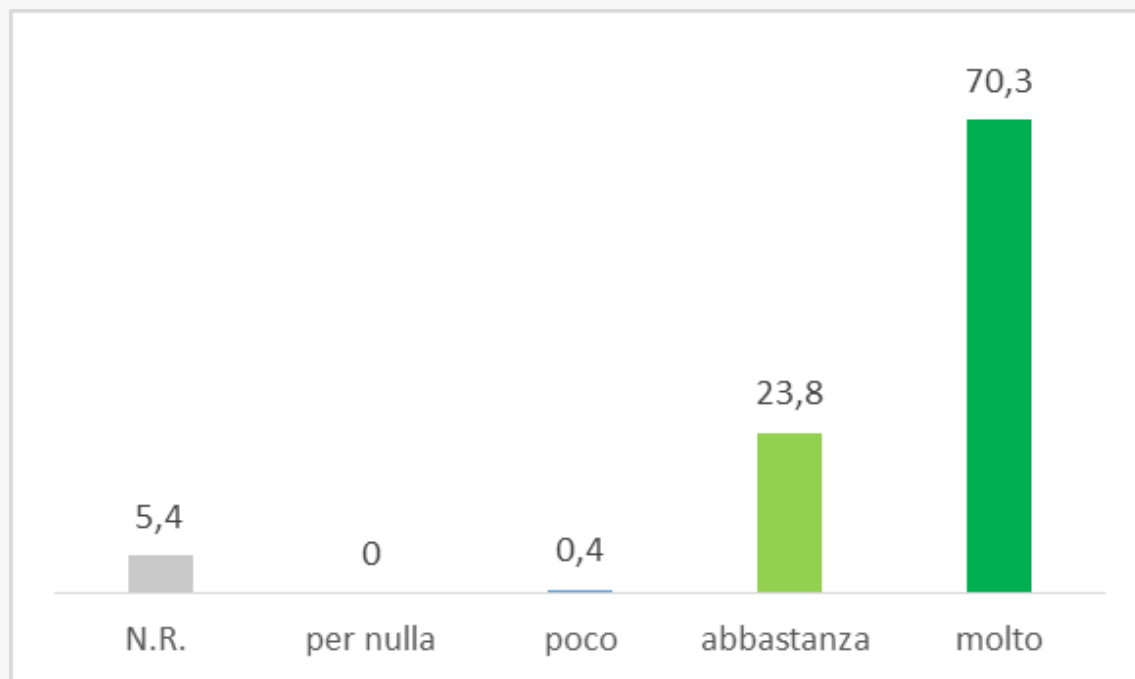


Il tempo dedicato alle attività è stato giudicato adeguato dalla maggior parte dei rispondenti (**87,9%**) mentre solo il 4,2% lo ha stimato insufficiente e l'1,7% eccessivo.

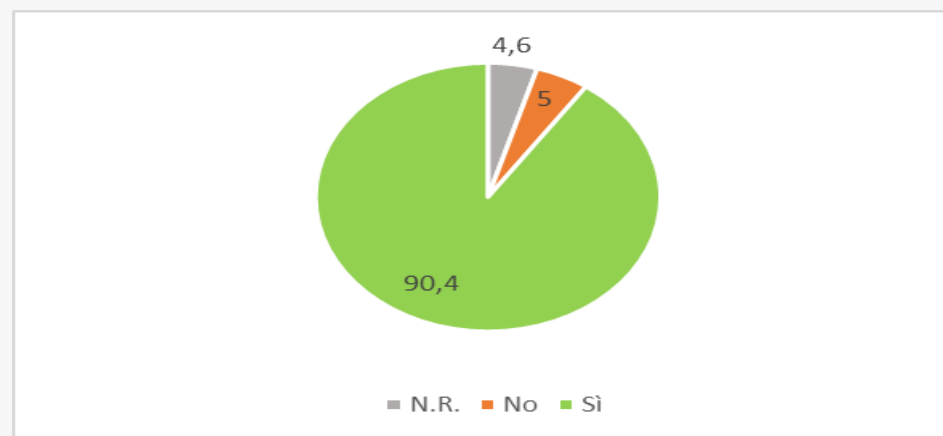
Quanto è soddisfatto della metodologia utilizzata (scambio tra i partecipanti, lavori di gruppo, ecc.)? (%)



Quanto è soddisfatto dell'accompagnamento del/i facilitatore/i? (%)

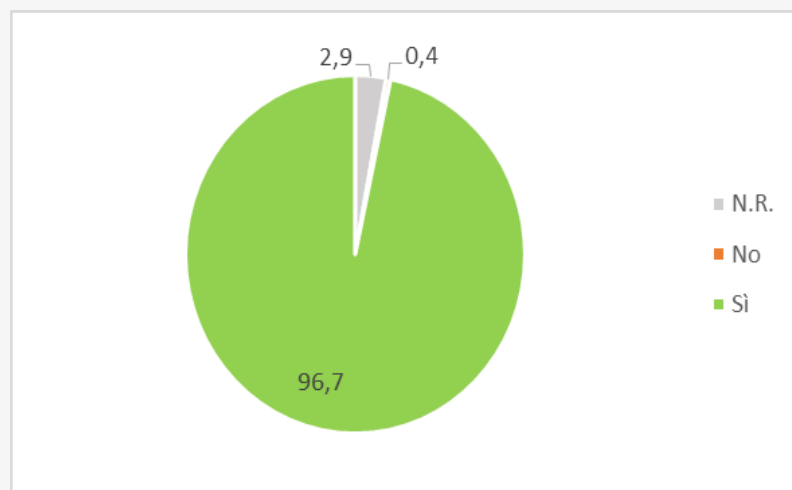


Ha fatto amicizia con qualche persona che ha conosciuto durante gli incontri?



Il grafico di seguito mostra, invece, la capacità di Argento Attivo di attivare nuovi legami sociali di amicizia fra i/le partecipanti, in quanto il **90,4%** del campione dichiara di avere fatto amicizia con persone conosciute in occasione degli incontri. Del 5% che dichiara di non aver fatto amicizia, occorre notare che alcuni/e specificano che erano già presenti amici/amiche agli incontri.

Consiglierebbe a un'altra persona di partecipare all'iniziativa Argento Attivo? (%)



Il **96,7%** del campione consiglierebbe ad altre persone di partecipare ad Argento Attivo

Per quali motivi.....

	N.
per socializzare/stare in compagnia	71
perché è piacevole/coinvolgente	38
perché è utile	22
perché è interessante/istruttivo	17
per restare attivi/uscire	10
per passare meglio il tempo	9
altro	4
per non pensare/deprimersi	3
per ravvivare i ricordi	2

Ha qualche consiglio e suggerimento da darci per migliorare l'iniziativa? (N)

continuare così	25
altro (non saprei, devo pensarci...)	25
più incontri/attività diversificate	16
più attività culturali (musica, teatro, film, ballo)	14
pubblicizzare di più per coinvolgere più persone	9
avere a disposizione più locali/locali più grandi/ad hoc	7
tempi (non fare pause estive, pomeriggi)	5
organizzare più gite	5
fare più attività ludica	2
alternare i percorsi	2
garantire la presenza e la continuità del facilitatore	2
organizzare trasporti collettivi	2
avere fondi a disposizione	1
organizzare scambi con altri gruppi	1
favorire maggiormente le relazioni e gli	1

....Continuiamo a viaggiare con gli anziani attivi
di Argento Attivo!!!



ARGENTO  ATTIVO
VIVERE BENE OLTRE I SESSANTA