"INIZIATIVE DI SOCIALIZZAZIONE PER IL BENESSERE NELLA TERZA ETÀ EMILIA-ROMAGNA 2021"

**OBIETTIVI**

Il progetto ha come obiettivo prioritario quello di migliorare l’integrazione sociale delle persone non vedenti e ipovedenti di età superiore a 65 anni, attraverso la modulazione di tre tipologie di azioni: attività motoria all’aria aperta dedicata a un lavoro sul corpo e sulle sue percezioni, attività di riscoperta della città dedicata alla visita di monumenti, musei e altri luoghi culturali e attività di riscoperta delle tecnologie. Tutte le attività daranno modo di rafforzare le occasioni di socializzazione e confronto tra pari, anche per dare risposta alla sofferenza emotiva provocata dal lungo periodo di isolamento connesso alla pandemia da Covid-19. Tutte le attività si svolgeranno in ottemperanza alle normative di contenimento dell’emergenza Covid-19 che saranno in corso.

**DESTINATARI**

I destinatari del progetto sono minimo 20 persone cieche, ipovedenti e/o con minorazioni aggiuntive con un’età superiore a 65 anni residenti in Emilia-Romagna, per ciascuna delle nove sedi di attuazione.

**DESCRIZIONE DELLE ATTIVITÀ, METODI E TEMPI DI REALIZZAZIONE**

Azione a) Attività motorie (ginnastica dolce, yoga, ecc.)

Numero partecipanti: min. 5

Ore: 10, giorni 2

Riscoperta del corpo:proponiamo un ciclo di incontri di movimento rivolto a persone over 65 come occasione di riscoperta del corpo, per recuperare benessere psico-fisico, ritrovare il piacere di stare insieme, esplorare e raffinare competenze motorie ed espressive personali. Verranno proposti elementi presi dallo yoga, dal pilates, dalle ginnastiche dolci, dalla ginnastica posturale e dalle tecniche di educazione somatica che lavorano sull’ascolto propriocettivo, organizzati in una forma creativa che favorisca l’espressività di ognuno.

Verrà posta particolare cura nell’accompagnamento vocale, nelle indicazioni per guidare il movimento di ognuno, favorendo momenti di racconto delle proprie sensazioni e di confronto tra le esperienze di ognuno. Per i partecipanti sarà anche possibile memorizzare e ripetere alcune proposte, per portare avanti in autonomia alcuni semplici esercizi e pratiche, così da favorire un mantenimento del benessere fisico ed emozionale. Gli incontri si svolgeranno in un parco cittadino, all’aria aperta (pensiamo ad un parco o giardino del centro città, facile da raggiungere, raccolto, silenzioso, con sedute solide concentrate in un’unica area). Tutor del corso: Gaia Germanà e Daina Pignatti.

Azione b) Attività ricreative, culturali e di socializzazione

Numero partecipanti: min. 10

Ore: 12, giorni 2

Riscoperta della città: nell’attività sono previsti percorsi in città, alla scoperta di monumenti, musei e altri luoghi del patrimonio culturale da visitare con il supporto di ausili sia tridimensionali, appositamente prodotti presso l’Atelier di Museo Tolomeo dell’Istituto Cavazza, adeguati a potenziare le abilità di esplorazione tattile e stimolare al contempo la comprensione piena dei monumenti che altrimenti risulterebbero non accessibili nella loro interezza; negli itinerari verranno sperimentate anche, dove esistenti, applicazioni accessibili dedicate al patrimonio culturale (cfr. BoforAll) per permettere anche un’esperienza di utilizzo di ausili tecnologici. Il percorso ha come obiettivo dunque una migliore conoscenza del patrimonio culturale cittadino, insieme allo sviluppo delle capacità di astrazione grazie alle riproduzioni tridimensionali e al potenziamento delle abilità sociali e relazionali dopo il lungo e sofferto periodo di isolamento provocato dalla pandemia da Covid-19. Tutor del corso: Lucilla Boschi.

Azione c) Attività di gruppo di approccio alle nuove tecnologie

Numero partecipanti: min. 5

Ore: 8, giorni 2

Riscoperta della Tecnologia: Alexa, Google Home, FireTV. In questo corso si impareranno tutte le funzionalità di Alexa e Google Home, dalla configurazione iniziale, alle attività più comuni, fino a conoscere alcune feature poco sfruttate, ma molto utili, come l’ascolto di libri Kindle e la chiamata tra dispositivi (solo per dispositivi Alexa). Oltre a Eco e Next Home, vogliamo portare a conoscenza delle persone over 65 il dispositivo Fire TV Stick di Amazon, dispositivo che consente di rendere SMART la propria televisione. Con la Fire Tv Stick è possibile usare la propria voce per: - cercare film su Netflix, RaiPlay, PrimeVideo; - cercare video e musica su Youtube; - ascoltare i propri brani preferiti su Spotify o Amazon Music. Tutor del corso: Sabato De Rosa (iscritto Albo I.Ri.Fo.R. Docenti Informatici) o Michele Landolfo.

**VERIFICA E MONITORAGGIO DELLE ATTIVITÀ**

Il metodo di valutazione alla base del monitoraggio sarà di tipo qualitativo, basato sull’osservazione, durante tutte le fasi di attività, da parte degli operatori; questi momenti saranno volti a raccogliere in maniera sistematica, per ogni partecipante, informazioni sulla motivazione, sulle capacità di ascolto e collaborazione e sul conseguimento dei risultati attesi.

Verranno valutati come indicatori la partecipazione degli utenti alle attività e il grado di soddisfazione.

Al termine delle attività sarà inoltre richiesta la compilazione di questionari di gradimento a cura dei partecipanti.

Restando a disposizione per ulteriori informazioni porgiamo cordiali saluti.

---------------------------------

Il Direttore Regionale

Dott.ssa Chiara Tirelli