



Allegato A1 (ITALIA)

SCHEDA ELEMENTI ESSENZIALI DEL PROGETTO ASSOCIATO AL PROGRAMMA DI INTERVENTO

Eventuali modifiche e/o aggiornamenti saranno reperibili al seguente indirizzo:

<https://scn.arciserviziocivile.it/visprog.asp?idp=103898>

TITOLO DEL PROGETTO:

MOVIMENTIAMOCI: PROMUOVERE SALUTE ED INCLUSIONE ATTRAVERSO LO SPORT E L'ATTIVITÀ MOTORIA

SETTORE E AREA DI INTERVENTO:

Settore: Educazione e promozione culturale, paesaggistica, ambientale, del turismo sostenibile e sociale e dello sport

Area di intervento: Animazione culturale con gli anziani

DURATA DEL PROGETTO:

12 mesi

OBIETTIVO DEL PROGETTO:

Obiettivo del progetto *MOVIMENTIAMOCI*: *promuovere salute ed inclusione attraverso lo sport e l'attività motoria* è: "Promuovere salute ed inclusione attraverso lo sport e l'attività motoria per migliorare il benessere psicofisico e favorire l'inclusione sociale della popolazione in situazione di difficoltà".

L'obiettivo è rivolto a tutti gli anziani che verranno raggiunti dal progetto che hanno sia problematiche di tipo motorio che legate a patologie gravi con riduzione delle capacità psichiche e motorie che li portano ad essere soggetti all'esclusione sociale.

Le attività previste apporteranno un miglioramento alle condizioni psico fisiche e relazionali degli anziani e offriranno loro la possibilità di raggiungere i luoghi di aggregazione sociale con maggior facilità e in condizioni di sicurezza.

Le attività favoriranno inoltre un maggior coinvolgimento nelle attività sociali della comunità e una migliore integrazione nel tessuto cittadino.

L'obiettivo del progetto sarà rivolto anche alla fascia d'età giovanile che parteciperà alle attività di Uisp.

Il progetto, e quindi le attività degli operatori volontari SCU si rivolgeranno in particolare, ma non solo, agli anziani affetti da difficoltà motorie e relazionali, i quali necessitano di interventi mirati finalizzati alla ripresa della funzionalità motoria e alla socializzazione.

Gli operatori volontari SCU saranno inseriti in un percorso di crescita e di formazione collaborando con gli esperti dell'associazione e la loro presenza sarà da stimolo per gli anziani in un proficuo scambio intergenerazionale. L'attività che verrà svolta all'interno del percorso di SCU costituirà per i giovani un'esperienza arricchente a livello formativo ed anche personale.

Obiettivo

"Promuovere salute ed inclusione attraverso lo sport e l'attività motoria per migliorare il benessere psicofisico e favorire l'inclusione sociale delle persone in situazione di difficoltà"

CRITICITÀ

AZIONI

CRITICITÀ	AZIONI
Criticità 1 Aumento del numero degli anziani con difficoltà motorie che presentano difficoltà ad uscire dalla propria abitazione	Azione-1.1 Supportare tra gli anziani raggiunti dal progetto la promozione di uno stile di vita sano e attivo tramite una corretta pratica motoria che consenta all'anziano di mantenere la propria autonomia di vita
Criticità 2 Necessità di coinvolgere gli anziani in attività di	Azione 2.1 Migliorare la qualità della vita di pazienti anziani attraverso

recupero motorio per patologie specifiche e affetti da patologie psichiche	interventi mirati di attività motoria Azione-Obiettivo 2.2 Migliorare le capacità di recupero mnemonico per anziani affetti da particolari patologie e per gli anziani in genere
Criticità 3 Aumento del numero degli anziani con patologie metaboliche (diabete di tipo 2) e cardiocircolatorie (infartuati- post ictus)	Azione 3.1 Promuovere di uno stile di vita sano e attivo tramite una corretta pratica motoria per ridurre il rischio di recidive rispetto a patologie dismetaboliche / cardiocircolatorie
Criticità 4 Isolamento sociale degli anziani con difficoltà motorie	Azione 4.1 Favorire l'inclusione sociale presso luoghi di aggregazione per anziani con difficoltà motorie
Criticità 5 Diminuzione di pratica sportiva nella fascia giovanile della popolazione	Azione 5.1 Proporre attività motorie per la fascia giovanile della popolazione favorendone il coinvolgimento

Rispetto agli obiettivi individuati sono stati individuati i seguenti indicatori:

AZIONE	INDICATORI
Azione- 1.1 Supportare tra gli anziani raggiunti dal progetto la promozione di uno stile di vita sano e attivo tramite una corretta pratica motoria che consenta all'anziano di mantenere la propria autonomia di vita	Indicatore 1.1. Numero di anziani iscritti ad attività motorie e di ginnastica
Azione- 2.1 Migliorare la qualità della vita di pazienti anziani attraverso interventi mirati di attività motoria	Indicatore 2.1 Numero di percorsi disponibili per l'attività fisica e numero di fruitori di spazi di aggregazione e di integrazione attraverso la pratica motoria
Azione- 2.2 Migliorare le capacità di recupero mnemonico per anziani affetti da particolari patologie e per gli anziani in genere	Indicatore 2.2 Numero di anziani partecipanti ad attività psico-educative
Azione- 3.1 Promuovere di uno stile di vita sano e attivo tramite una corretta pratica motoria per ridurre il rischio di recidive rispetto a patologie dismetaboliche / cardiocircolatorie	Indicatore 3.1. numero di anziani affetti da patologie metaboliche e cardiocircolatorie Indicatore 3.2. miglioramento della qualità della vita grazie alle attività motorie valutata tramite questionari e scale di valutazione validate
Azione- 4.1 Favorire l'inclusione sociale presso luoghi di aggregazione per anziani con difficoltà motorie	Indicatore 4.1 – numero degli anziani che partecipano alle attività organizzate per la ginnastica a domicilio Indicatore 4.2 numero di anziani che partecipano ad attività per il rafforzamento delle reti di vicinato
Azione- 5.1 Proporre attività motorie per la fascia giovanile della popolazione favorendone il coinvolgimento	Numero di appartenenti alla fascia giovanile della popolazione che partecipano ad attività di pratica motoria

Il confronto fra situazione di partenza e obiettivi di arrivo sono i seguenti:

INDICATORI	ex ANTE	Ex POST
% di anziani iscritti ad attività motorie indirizzate al recupero della mobilità e all'integrazione, in particolare gli iscritti alle attività del progetto ginnastica a domicilio	Alto numero di anziani impossibilitati ad uscire dal proprio domicilio in condizioni di difficoltà motorie	30% in più di anziani con difficoltà motorie che partecipano alle attività proposte dal progetto ginnastica a domicilio
Numero di anziani che partecipano ai corsi di attività motoria in palestra e al percorso 1 km in salute e gruppi del cammino	Anziani partecipanti ad attività motorie 100	20% di aumento degli anziani che partecipano a corsi di attività motoria in palestra e in acqua e all'aperto (almeno 120 anziani)
Numero di anziani che svolgono attività fisica, gruppi omogenei del		

cammino, attività fisica adattata per anziani con patologie osteoarticolari (lombalgie, algie anca e ginocchio) e con patologie metaboliche		
% di anziani affetti da patologie legate alla memoria coinvolti nelle attività progettuali	18% della popolazione anziana affetta da patologie legate alla memoria coinvolti nelle attività progettuali	Aumento del 13% della popolazione anziana coinvolte nelle attività progettuali affetta da patologie legate alla memoria grazie alla partecipazione alle attività di recupero attivo della memoria
Numero di anziani con patologie metaboliche (diabete di tipo 2) e cardiocircolatorie (infartuati- post ictus) coinvolti nelle attività progettuali (almeno 120 partecipanti)	Anziani con patologie metaboliche	Riduzione del 5% degli anziani con patologie metaboliche
Numero di anziani che partecipano ad attività ginniche che favoriscono anche l'inclusione sociale e la partecipazione a momenti di aggregazione	Alto numero di anziani isolati e che non partecipano ad attività di socializzazione	Aumento del 10% degli anziani che partecipano ad attività ginniche volte all'inclusione sociale
Numero di appartenenti alla fascia giovanile della popolazione che partecipano ad attività di pratica motoria	Alto numero di giovani che abbandonano la pratica motoria	Aumento del 20% di giovani che partecipano ad attività motorie

Obiettivi rivolti agli operatori volontari di SC:

- formazione ai valori dell'impegno civico, della pace e della nonviolenza dando attuazione alle linee guida della formazione generale al SCU e al Manifesto ASC 2019;
- apprendimento delle finalità, delle modalità e degli strumenti del lavoro di gruppo finalizzato all'acquisizione di capacità pratiche e di lettura della realtà, capacità necessarie alla realizzazione delle attività del progetto e successivamente all'inserimento attivo nel mondo del lavoro, a cominciare dai soggetti no profit;
- fornire ai partecipanti strumenti idonei all'interpretazione dei fenomeni socio-culturali al fine di costruire percorsi di cittadinanza attiva e responsabile;
- crescita individuale dei partecipanti con lo sviluppo di autostima e di capacità di confronto, attraverso l'integrazione e l'interazione con la realtà territoriale.

Per quanto concerne i giovani con minori opportunità, la loro partecipazione al progetto è funzionale al raggiungimento dell'obiettivo generale di progetto al pari degli altri operatori volontari.

RUOLO ED ATTIVITÀ DEGLI OPERATORI VOLONTARI:

In relazione alle azioni descritte nel precedente punto gli operatori volontari SCU saranno impegnati nelle seguenti attività con il ruolo descritto:

Area	Attività	Ruolo
<u>AREA 1.1.1</u> <u>GINNASTICA PER GLI ANZIANI</u>	- Attività 1.1.1.1 Promozione dell'intervento	I volontari collaboreranno con l'associazione per la definizione del materiale promozionale, aiuteranno i referenti dell'associazione nel contattare gli enti e le altre associazioni del territorio
	- Attività 1.1.1.2 ideazione e realizzazione dei corsi di attività motoria sia in palestra che in acqua e a domicilio	I volontari saranno di supporto agli insegnanti di educazione fisica durante la realizzazione delle attività motorie in palestra ed in acqua, collaborando nella ideazione e realizzazione dei corsi. Si occuperanno inoltre dell'organizzazione delle attività a domicilio
	- Attività 1.1.1.3 Monitoraggio delle attività svolte	Collaboreranno con la coordinatrice nella predisposizione di questionari di monitoraggio e nella somministrazione agli anziani
<u>AREA 2.1.1</u> <u>ATTIVITÀ MOTORIA</u>	- Attività 2.1.1.1 Ideazione e realizzazione dei corsi di attività	I volontari collaboreranno nell'identificazione dei luoghi in cui svolgere i laboratori e

<u>PER GLI ANZIANI</u>	fisica adattata sia in palestra che in acqua	aiuteranno gli insegnanti di educazione fisica nella realizzazione degli esercizi durante i corsi. Saranno di supporto anche nella gestione dei contatti con enti pubblici e privati che gestiscono la palestra dove si realizzano le attività.
	- Attività 2.1.1.2 Definizione delle metodologie di intervento	Supporteranno gli insegnanti di educazione fisica nella realizzazione dei corsi, per la programmazione dei corsi e per la definizione delle metodologie
	- Attività 2.1.1.3 Realizzazione di percorsi formativi e di aggiornamento per gli educatori che entreranno in contatto con gli anziani	
	- Attività 2.1.1.4 Monitoraggio delle attività svolte	Collaboreranno con la coordinatrice nella predisposizione di questionari di monitoraggio e nella somministrazione agli anziani
<u>AREA 2.2.1 ATTIVITÀ DI MEMORY TRAINING PER ANZIANI AFFETTI DA ALZHEIMER E DA PATOLOGIE SIMILI</u>	- Attività 2.2.1.1 Corpo, Movimento, Emozioni - Attività 2.2.1.2 Esercizi sull'attenzione	I volontari saranno coinvolti nella predisposizione dei percorsi per l'attivazione della memoria, in collaborazione con gli esperti di UISP. In particolare un questionario e le domande per l'attivazione della memoria verranno definite anche dagli operatori volontari SCU in base al livello mnemonico dei partecipanti. Inoltre i volontari verranno coinvolti nella fase organizzativa, di pianificazione, promozione e monitoraggio dell'intervento.
<u>AREA 3.1.1. I LABORATORI DEL CAMMINO E I KM IN SALUTE</u>	- Attività 3.1.1.1 Attività di preparazione in parchi ed aree verdi attrezzate dei percorsi per le attività all'aperto	I volontari collaboreranno con i referenti dell'associazione nella verifica delle strutture dei parchi e delle aree verdi in cui verranno realizzate le attività. I volontari collaboreranno con gli esperti UISP per la definizione del programma delle attività, dei percorsi e dei soggetti da coinvolgere per garantire una maggiore efficacia dell'intervento. Inoltre verranno realizzate delle attività promozionali per coinvolgere gli anziani. Supporteranno gli esperti nella creazione dei gruppi che parteciperanno alle camminate. Saranno presenti alle camminate svolgendo un'azione di stimolo nel coinvolgimento degli anziani e per la definizione del percorso 1km in salute, accompagneranno gli anziani durante la corsa e collaboreranno nella definizione dei gruppi omogenei
	- Attività 3.1.1.2 Realizzazione dei Gruppi del Cammino e i km in Salute	
<u>AREA 5.1.1 CAMPI ESTIVI ED INVERNALI ED ATTIVITA' RIVOLTE ALLA FASCIA GIOVANILE DELLA POPOLAZIONE</u>	- Attività 5.1.1.1 Attività di preparazione dei campi estivi e delle attività per i giovani e messa in atto di tali attività	I volontari collaboreranno con i referenti di Uisp nella preparazione delle varie attività dei campi (estivi ed invernali) e delle attività che si propongono ai bambini. Attività attinenti a progetti con le scuole o a corsistiche di Uisp e dei suoi partner. Supporto ai campi al personale specializzato Uisp per poter portare a termine il progetto educativo e sportivo che si preparerà prima dell'avvio.

Gli operatori volontari del SC selezionati per questo progetto parteciperanno attivamente alla presa di coscienza delle competenze che acquisiscono nei campi di cittadinanza attiva e di lavoro di gruppo, finalizzato a realizzare gli obiettivi di cui al box 5 attraverso specifiche attività individuali e collettive. In particolare questa loro partecipazione è funzionale anche alla realizzazione di alcuni obiettivi già indicati al box 5, sezione "Obiettivi rivolti agli operatori volontari di SC" che vengono qui richiamati:

- formazione ai valori dell'impegno civico, della pace e della nonviolenza dando attuazione alle linee guida

della formazione generale al SCU e al Manifesto ASC 2019;

- apprendimento delle finalità, delle modalità e degli strumenti del lavoro di gruppo finalizzato all'acquisizione di capacità pratiche e di lettura della realtà, capacità necessarie alla realizzazione delle attività del progetto e successivamente all'inserimento attivo nel mondo del lavoro, a cominciare dai soggetti no profit;
- fornire ai partecipanti strumenti idonei all'interpretazione dei fenomeni socio-culturali al fine di costruire percorsi di cittadinanza attiva e responsabile;
- crescita individuale dei partecipanti con lo sviluppo di autostima e di capacità di confronto, attraverso l'integrazione e l'interazione con la realtà territoriale

SEDI DI SVOLGIMENTO:

<https://scn.arciserviziocivile.it/sediprogetto.asp?cph=103898>

POSTI DISPONIBILI, SERVIZI OFFERTI:

numero posti: 4 (senza vitto e alloggio)

EVENTUALI PARTICOLARI CONDIZIONI ED OBBLIGHI DI SERVIZIO ED ASPETTI ORGANIZZATIVI:

Si richiede la disponibilità anche nella giornata del sabato, flessibilità oraria, disponibilità a missioni da svolgersi fuori dalla sede di servizio come previsto dal DPCM del 14/01/2019, possibilità di svolgere la formazione nella giornata del sabato

Giorni di servizio settimanali ed orario: 5

Monte Ore Annuale: 1145

EVENTUALI REQUISITI RICHIESTI:

Nessuno

DESCRIZIONE DEI CRITERI DI SELEZIONE:

Il punteggio minimo necessario tramite il colloquio per la dichiarazione di idoneo al Servizio Civile Universale è di 36 punti su 60 totali.

Servizio Civile Universale:

(Conoscenza del servizio civile, finalità attribuita al servizio civile, promozione della pace, cittadinanza attiva, terzo settore) Fino a 30 punti

Progetto prescelto:

(Conoscenza del progetto, idoneità alle mansioni previste dal progetto, interesse alle acquisizioni culturali e professionali generate dal progetto, disponibilità del candidato alle condizioni richieste dalla attuazione del progetto, esperienze e competenze pregresse nell'area del progetto). Fino a 30 punti

Punteggio soglia per idoneità 36 punti

Titoli di studio:

Viene assegnato un punteggio fisso per il titolo di studio posseduto esclusivamente tra quelli elencati. In caso di titolo di studio conseguito all'estero, il punteggio sarà assegnato esclusivamente in caso di titolo riconosciuto in Italia. Il candidato ha l'onere di indicare gli estremi del riconoscimento, oppure di dichiararlo in forma di dichiarazione sostitutiva dell'atto di notorietà, indicando il corrispondente titolo italiano. Si valuta esclusivamente il titolo che genera il punteggio più elevato; il punteggio massimo ottenibile è 10 punti.

Laurea specialistica 10 punti

Laurea di primo livello (triennale) 9 punti Diploma 8 punti

Licenza Media 7 punti

Esperienze aggiuntive:

Saranno valutate esclusivamente esperienze nei settori e nelle aree di intervento previsti dal Prontuario progetti del 03/08/2006 e successive modifiche e integrazioni.

Viene assegnato un punteggio fisso per le tipologie di esperienze sottoelencate.

I punteggi delle diverse tipologie di esperienza sono sommabili tra loro. Il punteggio massimo ottenibile è 30 punti.

Aver avuto precedenti esperienze nell'area di intervento del progetto presso l'ente che lo realizza. Tali esperienze dovranno essere specificate, con chiara descrizione delle attività svolte e della durata nell'allegato 3 e comunque dovranno avere una durata superiore a sei mesi complessivi. 10 punti

Aver avuto precedenti esperienze nell'area di intervento del progetto presso enti diversi da quello che lo realizza.

Tali esperienze dovranno essere specificate, con chiara descrizione delle attività svolte e della durata nell'allegato 3

e comunque dovranno avere una durata superiore a sei mesi complessivi 9 punti
 Aver avuto precedenti esperienze in settori e aree di intervento diverse da quelle del progetto presso l'ente che lo realizza. Tali esperienze dovranno essere specificate, con chiara descrizione delle attività svolte e della durata nell'allegato 3 e comunque dovranno avere una durata superiore a sei mesi complessivi. 6 punti
 Aver avuto precedenti esperienze in settori e aree di intervento diverse da quelle del progetto presso enti diversi da quello che realizza il progetto. Tali esperienze dovranno essere specificate, con chiara descrizione delle attività svolte e della durata nell'allegato 3 e comunque dovranno avere una durata superiore a sei mesi complessivi. 5 punti

a) indicazioni delle soglie minime di accesso previste dal sistema:

Il punteggio minimo necessario tramite il colloquio per la dichiarazione di idoneo al servizio civile universale è di 36 punti su 60 totali

CARATTERISTICHE COMPETENZE ACQUISIBILI:

- **Certificazione delle competenze** – Università degli Studi di Bari Aldo Moro – ente titolato ai sensi del D.lgs, 13 del 2013 (art. 2, com.1 subcom.f.1) con riferimento ai titoli di studio del sistema universitario
- **Attestato specifico** – EMIT Feltrinelli

FORMAZIONE SPECIFICA DEGLI OPERATORI VOLONTARI:

Modulo: A – attraverso piattaforma FAD e contestualizzazione nelle sedi di attuazione	
Contenuti:	Ore 10 (complessive)
<p><i>Formazione e informazione sui rischi connessi all'impiego degli operatori volontari in progetti di Servizio Civile Universale</i></p> <p>Modulo A - Sezione 1</p> <p>Poiché le sedi di svolgimento dei progetti di SC sono, come da disciplina dell'accreditamento, conformi alle norme per la tutela dei luoghi di lavoro, si reputa adatto e necessario partire con un modulo omogeneo per tutti gli operatori volontari sulla tutela e sicurezza dei luoghi di lavoro.</p> <p><u>Contenuti:</u> Comprendere: cosa si intende per sicurezza sul lavoro e come si può agire e lavorare in sicurezza</p> <ul style="list-style-type: none"> - cos'è, - da cosa dipende, - come può essere garantita, - come si può lavorare in sicurezza <p>Conoscere: caratteristiche dei vari rischi presenti sul luogo di lavoro e le relative misure di prevenzione e protezione</p> <ul style="list-style-type: none"> - concetti di base (pericolo, rischio, sicurezza, possibili danni per le persone e misure di tutela valutazione dei rischi e gestione della sicurezza) - fattori di rischio - sostanze pericolose - dispositivi di protezione - segnaletica di sicurezza - riferimenti comportamentali - gestione delle emergenze <p>Normative: quadro della normativa in materia di sicurezza</p> <ul style="list-style-type: none"> - codice penale - codice civile - costituzione - statuto dei lavoratori - normativa costituzionale - D.L. n. 626/1994 - D.L. n. 81/2008 (ed. testo unico) e successive aggiunte e modifiche <p>Il modulo, erogato attraverso una piattaforma FAD, sarà concluso da un test di verifica obbligatorio.</p>	8 ore
Modulo A - Sezione 2	

<p>Nell'ambito delle attività svolte dagli operatori volontari di cui al precedente box 6.3, si approfondiranno le informazioni sui rischi specifici esistenti negli ambienti di frequentazione indicati attraverso il sistema Helios, per i settori e le aree di intervento individuate ed inserite in helios.</p> <p>Contenuti: Verranno trattati i seguenti temi relativi ai rischi connessi all'impiego degli operatori volontari in SC nel settore Educazione e Promozione culturale, paesaggistica, ambientale, del turismo sostenibile e sociale e dello sport, con particolare riguardo all'area di intervento scelta.</p> <p><u>Educazione e Promozione culturale, paesaggistica, ambientale, del turismo sostenibile e sociale e dello sport</u></p> <ul style="list-style-type: none"> → Fattori di rischio connessi ad attività di aggregazione ed animazione sociale e culturale verso minori, giovani, adulti, anziani, italiani e stranieri, con e senza disabilità → Fattori di rischio connessi ad attività di educazione, informazione, formazione, tutoraggio, valorizzazione di centri storici e culture locali → Fattori di rischio connessi ad attività sportive ludico-motorie pro inclusione, attività artistiche ed interculturali (teatro, musica, cinema, arti visive...) modalità di comportamento e prevenzione in tali situazioni → Focus sui contatti con le utenze e servizi alla persona → Modalità di comportamento e prevenzione in tali situazioni → Gestione delle situazioni di emergenza → Sostanze pericolose ed uso di precauzioni e dei dispositivi di protezione → Segnaletica di sicurezza e riferimenti comportamentali → Normativa di riferimento <p>Inoltre, come indicato del Decreto 160/2013 (Linee Guida...), "in considerazione della necessità di potenziare e radicare nel sistema del servizio civile una solida cultura della salute e della sicurezza ... e soprattutto, al fine di educarli affinché detta cultura si radichi in loro e diventi stile di vita", con riferimento ai luoghi di realizzazione e alle strumentazioni connesse alle attività di cui al box 6.3, si approfondiranno i contenuti relativi alle tipologie di rischio nei seguenti ambienti:</p> <p><u>Per il servizio in sede</u> Verranno approfonditi i contenuti relativi alle tipologie di rischio possibili nei luoghi in cui gli operatori volontari si troveranno a utilizzare le normali dotazioni (vedi in particolare box 6.5) presenti nelle sedi di progetto (rispondenti al DL 81 e alla Circ. 23/09/2013), quali uffici, aule di formazione, strutture congressuali, operative, aperte e non al pubblico, per attività di front office, back office, segretariato sociale, operazioni con videoterminale, oltre agli spostamenti da e per detti luoghi.</p> <p><u>Per il servizio fuori sede urbano (outdoor)</u> Verranno approfonditi i contenuti relativi alle tipologie di rischio possibili nei luoghi aperti urbani (piazze, giardini, aree attrezzate o preparate ad hoc) in cui gli operatori volontari si troveranno a operare in occasioni di campagne, promozione e sensibilizzazione su temi connessi al SCU e/o al progetto, utilizzando le dotazioni (vedi in particolare box 6.5) presenti e disponibili in queste situazioni (quali materiali promozionali, stand, sedie, tavoli e banchetti,...) materiali e dotazioni rispondenti a norme UE e al DL 81), per le attività indicate al box 6.3, oltre agli spostamenti da e per detti luoghi.</p> <p><u>Per il servizio fuori sede extraurbano (ambiente naturale e misto)</u> Verranno approfonditi i contenuti relativi alle tipologie di rischio possibili nei luoghi aperti extraurbani (parchi, riserve naturali, aree da monitorare o valorizzare, mezzi quali Treno Verde, Carovana Antimafia, individuate ad hoc) in cui gli operatori volontari si troveranno a operare in occasioni di eventi, incontri, campagne, promozione e sensibilizzazione su temi connessi al SCU e/o al progetto, utilizzando le dotazioni (vedi in particolare box 6.5) presenti e disponibili in queste situazioni (quali abbigliamento ed attrezzature ad hoc, tutte rispondenti a norme UE e al DL 81), per le attività indicate al box 6.3, oltre agli spostamenti da e per detti luoghi.</p> <p>Il modulo, anticipato dal percorso FAD, prevede un incontro di verifica con l'OLP del progetto.</p>	2 ore
Modulo B sez. 1: 1 Introduttivo	
<p>Contenuti <i>Argomento principale:</i> In tale modulo i/le volontari/ avranno l'opportunità di conoscere il comitato</p>	Ore

UISP per poter contestualizzare al meglio il progetto nelle politiche sul territorio e nel lavoro quotidiano degli enti e di approfondire il progetto stesso con una migliore definizione degli obiettivi, dei contenuti, delle competenze necessarie e acquisibili da parte dei/le volontari/e e quindi del loro ruolo nel percorso progettuale.	
Temi da trattare: <ul style="list-style-type: none"> - presentazione di UISP (storia, attività, organizzazione) - il privato sociale: leggi di riferimento, le differenze fra le strutture che lavorano nel terzo Settore (cooperative sociale, associazioni di promozione sociale, associazioni di volontariato) - finalità e attività del progetto 	8
Modulo B sez. 2: Azione/Attività: <u>AZIONE 1.1.1 LABORATORI CON GLI ANZIANI, AZIONE 2.2 ATTIVITÀ MOTORIA PER GLI ANZIANI</u>	
Contenuti <i>Argomento principale:</i> In questo modulo i/le volontari/e potranno acquisire nuove competenze tecniche-specialistiche riferite ai contenuti e alle mansioni definite dal progetto.	Ore
Temi da trattare: <ol style="list-style-type: none"> 1. I diritti della persona e in particolare della popolazione anziana 2. Esperienze significative di tutela e valorizzazione della popolazione anziana Analisi dell'esperienza dell'UISP di Ferrara in ambito di attività e progetti per l'integrazione degli anziani e per la loro motricità	24
Modulo B sez. 3: Azione/Attività: <u>2.1.1 ATTIVITÀ MOTORIA PER GLI ANZIANI IN PALESTRA E IN PISCINA</u>	
Contenuti <i>Argomento principale:</i> Anziani – la mobilità come ostacolo	Ore
Temi da trattare: <ol style="list-style-type: none"> 1. La mobilità negli anziani: vantaggi e opportunità 2. L'inserimento della ginnastica nei soggetti affetti da patologie neurologiche 3. Il ruolo dell'attività motoria nella promozione di un stile di vita sano e attivo nella popolazione anziana 	24
Modulo B sez. 4: Azione/Attività: <u>AZIONE 3.1.1 I LABORATORI DEL CAMMINO E 1 KM IN SALUTE</u>	
Contenuti <i>Argomento principale:</i> Anziani – corpo e città : esperienze e nuove progettualità	Ore
Temi da trattare: <ol style="list-style-type: none"> 1. Sportpertutti: Il diritto all'esserci e al muoversi nella città 2. Tecniche di lavoro in ambito motorio nella terza età e nelle attività fisiche adattate 3. Il lavoro di comunità: che cos'è e come si avvia 4. Le modalità di educazione alla Ginnastica a domicilio e l'utilizzo della Scala Tinetti 	16
Modulo B sez. 5: Azione/attività: <u>AZIONE 5.1.1 CAMPI ESTIVI ED INVERNALI ED ATTIVITA' RIVOLTE ALLA FASCIA GIOVANILE DELLA POPOLAZIONE</u>	
Contenuti <i>Argomento principale:</i> Fascia giovane della popolazione e attività motoria	Ore
Temi da trattare: <ol style="list-style-type: none"> 1. Sportpertutti: come si rivolge alla fascia giovanile delle persone questo termine 2. Tecniche di lavoro in ambito motorio nella fascia giovanile 3. Come si organizzano le attività e gli spazi nella fascia giovane 	8

La formazione specifica sarà realizzata presso UISP Ferrara, Viale Cavour 147 Ferrara

TITOLO DEL PROGRAMMA DI INTERVENTO CUI FA CAPO IL PROGETTO:
FRAGILITÀ RESILIENTI

OBIETTIVO/I AGENDA 2030 DELLE NAZIONI UNITE
Assicurare la salute ed il benessere per tutti e per tutte le età (Obiettivo 3)

AMBITO DI AZIONE DEL PROGRAMMA:
Sostegno, inclusione e partecipazione delle persone fragili nella vita sociale e culturale del Paese

PARTECIPAZIONE DI GIOVANI CON MINORI OPPORTUNITÀ
→ Numero posti previsti per giovani con minori opportunità: 1
→ Tipologia minore opportunità: giovani con difficoltà economiche desumibili da un valore ISEE inferiore o

pari a 15.000 euro

→ Documento che attesta l'appartenenza del giovane alla tipologia individuata: Autocertificazione ai sensi degli artt. 46 e 47 del D.P.R n. 445/2000

SVOLGIMENTO DI UN PERIODO DI TUTORAGGIO:

Il Servizio Civile Universale rappresenta, per i giovani operatori volontari, un'occasione di crescita personale che rafforza la consapevolezza del proprio ruolo nello sviluppo sociale, culturale ed economico del Paese, anche in termini di contributo professionale.

Il percorso di tutoraggio è funzionale al passaggio dall'esperienza di Servizio Civile ai successivi percorsi formativi/lavorativi dei giovani operatori volontari e mira a rafforzare la loro capacità di progettare consapevolmente il proprio futuro formativo/professionale, attraverso un percorso finalizzato a facilitarne l'ingresso nel mercato del lavoro.

A tal fine è prevista l'erogazione di **21 ore di tutoraggio**, suddivise in:

- **17 ore collettive** erogate a una classe di volontari di massimo 30 unità;
- **4 ore individuali** erogate singolarmente a ogni partecipante.

In aggiunta, il percorso prevede un momento di formazione, anche in forma collettiva e online, finalizzato a valorizzare parte del percorso formativo già effettuato come ulteriori ore di tutoraggio in previsione della richiesta di certificazione delle competenze.

La misura avrà una durata di 3 mesi e si realizzerà tra il settimo e il dodicesimo mese di servizio per consentire ai ragazzi di metabolizzare l'esperienza che volge al termine e analizzare le prospettive future con il supporto di tutor esperti.

L'attività sarà svolta in parte online, entro il limite massimo del 50% delle ore; si specifica che, qualora l'operatore volontario ne abbia necessità, saranno messi a sua disposizione strumenti adeguati alla fruizione dell'attività da remoto.

Una parte consistente del monte ore è riservata ad incontri collettivi, che si svolgeranno nella prima fase dell'attività di Tutoraggio, poiché si ritiene che la dinamica di gruppo possa stimolare il confronto e la condivisione delle esperienze, facilitandone la rielaborazione ed offrendo punti di vista differenti sui trascorsi.

Gli incontri individuali, calibrati sulla base di specifici fabbisogni dell'operatore volontario, verranno erogati al termine del percorso per consentire al ragazzo di rielaborare, con il supporto del tutor, l'intera esperienza.

Il percorso sarà suddiviso per attività e per moduli. Nello specifico:

AUTOVALUTAZIONE DELL'ESPERIENZA, ANALISI DELLE COMPETENZE APPRESE suddiviso in due moduli, per una durata complessiva di 7 ore

Il modulo 1 "Autovalutazione dell'esperienza di Servizio Civile" della durata di 3 ore sarà erogato collettivamente a classi di massimo 30 persone, con metodologie interattive volte a favorire la condivisione e la rielaborazione delle esperienze, al fine di facilitare lo sviluppo di modalità e strategie efficaci da mettere in atto nelle future esperienze formative/lavorative;

Il modulo 2 "Analisi delle competenze apprese" della durata di 4 ore si svolgerà in modalità individuale e sarà condotto da un tutor con comprovate esperienze in materia di messa in trasparenza delle competenze degli operatori volontari.

ORIENTAMENTO AL LAVORO suddiviso in quattro moduli, per una durata complessiva di 8 ore

Modulo 1 - "Redazione del curriculum vitae" della durata di 2 ore: le attività saranno erogate collettivamente a classi di massimo 30 persone, con metodologie che alternano la presentazione degli strumenti ad esercitazioni pratiche e simulazioni.

Modulo 2 - "Il colloquio di lavoro" della durata di 2 ore: le attività saranno erogate collettivamente a classi di massimo 30 persone, con l'utilizzo della metodologia del "learning by doing", che prevede simulazione di casi, giochi di ruolo ed esercitazioni pratiche.

Modulo 3 - "Web e social network per il lavoro" della durata di 2 ore: le attività saranno erogate collettivamente a classi di massimo 30 persone, con metodologie interattive di carattere esperienziale, esercitazioni pratiche e simulazioni di casi concreti sull'utilizzo delle diverse funzioni dei social network come strumenti di ricerca del lavoro.

Modulo 4 - "Elementi per l'avvio di impresa" della durata di 2 ore: le attività saranno erogate collettivamente a classi di massimo 30 persone, con metodologie interattive di carattere esperienziale, esercitazioni pratiche e simulazioni sull'utilizzo dei principali strumenti legati al business di impresa.

CENTRI PER L'IMPIEGO E SERVIZI PER IL LAVORO suddiviso in tre moduli, per una durata complessiva di 6 ore

I moduli "La ricerca attiva del lavoro" (2 ore) e "I principali servizi per il lavoro" (2 ore) saranno erogati collettivamente a classi di massimo 30 persone, con metodologie interattive volte a favorire lo sviluppo di autonomie nell'utilizzo dei servizi per il lavoro.

Inoltre, sarà erogato un ulteriore modulo descritto nelle attività opzionali: "Opportunità sul territorio" della durata di 2 ore con classi di massimo 30 persone, realizzato con metodologie flessibili e adatte a sostenere motivazione e proattività del volontario.

Attività:

Le attività obbligatorie di Tutoraggio rivolte agli operatori volontari saranno erogate in gruppi classe e verteranno

sullo sviluppo di competenze funzionali ad un efficace inserimento nel mondo del lavoro una volta terminata l'esperienza di Servizio Civile. Le dinamiche proprie del contesto di gruppo, che permettono il confronto tra pari, consentono di sviluppare la capacità di relazionarsi efficacemente ma anche la capacità di attivare soluzioni, di porsi in relazione correttamente, di facilitare la collaborazione all'interno del gruppo di lavoro.

Nello specifico:

AUTOVALUTAZIONE DELL'ESPERIENZA, ANALISI DELLE COMPETENZE APPRESE

L'attività è strutturata in 2 moduli di seguito descritti:

MODULO 1 - AUTOVALUTAZIONE DELL'ESPERIENZA DI SERVIZIO CIVILE:

- somministrazione di un questionario volto ad indagare gli aspetti salienti dell'esperienza (attività segnanti, rapporti sviluppati, ecc.);
- rielaborazione di gruppo su quanto emerso dal questionario.

MODULO 2 – ANALISI DELLE COMPETENZE APPRESE:

Il modulo, erogato singolarmente a ogni partecipante, è finalizzato alla definizione di un piano operativo che valorizzi le esperienze acquisite nonché a fornire all'operatore volontario gli strumenti per procedere alla richiesta di certificazione delle competenze apprese durante il Servizio Civile. Prevede:

- valutazione delle "evidenze formative" raccolte nel corso dell'esperienza di volontariato;
- valutazione della motivazione e delle aspettative della persona;
- valutazione autonoma del sé e presa di coscienza delle proprie potenzialità e limiti;
- mappatura puntuale delle abilità acquisite e sviluppate attraverso il percorso di servizio civile;
- definizione delle competenze messe in atto durante il servizio civile.

L'attività è finalizzata a mettere in trasparenza e valorizzare le competenze acquisite dai giovani volontari in esito alle esperienze di tipo non formale effettuate nell'ambito dei programmi di intervento e dei progetti approvati di servizio civile.

ORIENTAMENTO AL LAVORO

L'attività è strutturata nei moduli di seguito descritti:

MODULO 1 - REDAZIONE DEL CURRICULUM VITAE

Contenuti:

- Orientamento alla compilazione del curriculum vitae e della lettera di candidatura;
- Youthpass e Skills profile tool for Third Countries Nationals della Commissione Europea (nel caso di cittadini di paesi terzi);
- canali formali e informali per contattare le aziende.

MODULO 2 - IL COLLOQUIO DI LAVORO

Contenuti:

- Strategie su come affrontare un colloquio di lavoro;
- applicare tecniche di comunicazione efficace verbale, non verbale e paraverbale;
- simulazione di un colloquio di lavoro attraverso giochi di ruolo per testare strategie e scelte più efficaci in un contesto predefinito.

MODULO 3 - WEB E SOCIAL NETWORK PER IL LAVORO

Contenuti:

- Il web per la ricerca del lavoro: siti e opportunità;
- conoscere i principali social network: Facebook, LinkedIn, Twitter, Instagram, Youtube e Google+, le rispettive potenzialità e le diverse applicazioni per il business;
- utilizzo dei principali social network per la ricerca attiva: LinkedIn, Twitter, Facebook, Youtube;
- entrare a far parte di un social network: costruire il proprio profilo personale, implementare il proprio network, costituire delle community tematiche in base alle proprie esigenze, stringendo contatti di lavoro;
- le Banche Dati web per il lavoro;
- utilizzo di altri strumenti online per la ricerca attiva: forum di discussione, newsgroup, guestbook, mailing list, chat e messaggistica istantanea, wiki, newsletter periodiche.

MODULO 4 - ELEMENTI PER L'AVVIO D'IMPRESA

Contenuti:

- Piano d'Impresa e Business Plan (cenni);
- Swot Analysis;

- tipologia di imprese: profit e no profit, imprese sociali;
- forme societarie (di persone, capitali e cooperative) e consorzi;
- cenni alle opportunità di finanziamento e agevolazioni finanziarie per l'avvio d'impresa;
- il personal branding;
- strategie di vendita e promozione della propria idea imprenditoriale;
- i Servizi territoriali a supporto della creazione di impresa;
- i contratti di lavoro dell'impresa.

CENTRI PER L'IMPIEGO E SERVIZI PER IL LAVORO

L'attività è strutturata nei moduli di seguito descritti:

MODULO 1 - LA RICERCA ATTIVA DEL LAVORO

Contenuti:

- Come costruire il proprio Progetto professionale: organizzare la ricerca di lavoro, piano d'azione individuale;
- strategie autonome di ricerca attiva del lavoro, a partire dalla panoramica informativa dei Servizi presenti sul territorio sia di orientamento (es. Informagiovani) che di intermediazione tra domanda e offerta (Centri per l'impiego, ecc.);
- tendenze del mercato del lavoro, settori emergenti e nuove professioni.

MODULO 2 - I PRINCIPALI SERVIZI PER IL LAVORO

Contenuti:

- Il Centro per l'impiego e l'Agenzia regionale per il lavoro: opportunità e strumenti per la ricerca del lavoro;
- mappatura e analisi dei Servizi che sul territorio si occupano di intermediazione tra domanda e offerta di lavoro;
- agenzie di selezione ed altre agenzie e servizi di incontro domanda/offerta;
- servizi pubblici e privati della Rete territoriale funzionali alla ricerca del lavoro (es. Informagiovani, ecc.);

gli enti di formazione professionale: opportunità formative e di tirocinio presenti sul territorio.

Oltre alle attività previste obbligatoriamente, il percorso prevede un ulteriore modulo con la finalità di consentire all'operatore volontario di sviluppare ulteriormente la consapevolezza delle proprie risorse e dei propri limiti.

Nell'ambito della sezione dedicata a **CENTRI PER L'IMPIEGO E SERVIZI PER IL LAVORO** si prevede un modulo per approfondire le opportunità presenti sullo specifico territorio:

OPPORTUNITÀ SUL TERRITORIO

Contenuti:

- analisi del mercato del lavoro e delle opportunità offerte dal territorio;
- i canali di accesso al mercato del lavoro;
- opportunità di impiego in base ad uno skill set personale e specifico;
- analisi delle occasioni formative, di tirocinio e volontariato sia in Italia che all'estero;
- (eventuale) valutazione di un inserimento diretto nel mondo del lavoro in base al portfolio di competenze acquisite;
- accompagnamento e affidamento al Centro per l'impiego e a enti di formazione accreditati.

Le attività saranno erogate a classi di massimo 30 persone, realizzato con metodologie flessibili e adatte a sostenere motivazione e proattività del volontario.