



ITALIA

## SCHEDA ELEMENTI ESSENZIALI DEL PROGETTO

### TITOLO DEL PROGETTO:

**Healthy aging: benEssere e socializzazione con la pratica motoria**

### SETTORE e AREA DI INTERVENTO:

Settore: Educazione e Promozione Culturale, paesaggistica, ambientale, del turismo, sostenibile e sociale e dello sport

Area di intervento: Educazione e promozione dello sport, anche finalizzate a processi di inclusione  
Codifica: 18

### DURATA DEL PROGETTO:

12 mesi

### OBIETTIVI DEL PROGETTO:

Impegnarsi nei confronti degli anziani raggiunti dal progetto per 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

Migliorare la qualità della vita di pazienti anziani attraverso interventi mirati di attività motoria

Migliorare le capacità di recupero mnemonico per anziani affetti da particolari patologie e per gli anziani in genere

Impegnarsi nei confronti degli anziani raggiunti dal progetto per la promozione di uno stile di vita sano e attivo tramite una corretta pratica motoria per ridurre il rischio di recidive rispetto a patologie dismetaboliche / cardiocircolatorie

### ATTIVITÀ D'IMPIEGO DEGLI OPERATORI VOLONTARI:

Promozione dell'intervento

ideazione e realizzazione dei corsi di attività motoria sia in palestra che in acqua e a domicilio

Monitoraggio delle attività svolte

Ideazione e realizzazione dei corsi di attività fisica adattata sia in palestra che in acqua

Definizione delle metodologie di intervento

Realizzazione di percorsi formativi e di aggiornamento per gli educatori che entreranno in contatto con gli anziani

Monitoraggio delle attività svolte

Corpo, Movimento, Emozioni

Esercizi sull'attenzione

Attività di preparazione in parchi ed aree verdi attrezzate dei percorsi per le attività all'aperto

Realizzazione ei Gruppi del Cammino e i km in Salute

### POSTI DISPONIBILI, SERVIZI OFFERTI E SEDI DI SVOLGIMENTO:

*Numero degli operatori volontari da impiegare nel progetto: 4*

*Numero posti con vitto e alloggio: 0*

*Numero posti senza vitto e alloggio: 4*

*Numero posti con solo vitto: 0*

**Sede/i di attuazione del progetto, Operatori Locali di Progetto e Responsabili Locali di Ente Accreditato**

Cod. sede	Denominazione sede att.	Città	Cognome OIp	Nome OIp
-----------	-------------------------	-------	-------------	----------

<https://scn.arciserviziocivile.it/sediprogetto.asp?cph=89132>

**CONDIZIONI DI SERVIZIO ED ASPETTI ORGANIZZATIVI:**

Numero ore di servizio settimanali degli operatori volontari, oppure, in alternativa, monte ore annuo  
Con un minimo di 20 ore e un massimo di 36 ore settimanali, monte ore su cui si sommano 20 giorni di permesso retribuito: 1145

Giorni di servizio settimanali degli operatori volontari (minimo 5, massimo 6): 5

Le giornate di formazione ed alcune iniziative potrebbero essere svolte anche nella giornata del sabato

**DESCRIZIONE DEI CRITERI DI SELEZIONE:****Colloquio**

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.

#### **EVENTUALI REQUISITI RICHIESTI:**

I candidati dovranno predisporre, come indicato negli allegati alla domanda di partecipazione, il proprio curriculum vitae, con formati standardizzati tipo Modello europeo di Curriculum Vitae, evidenziando in esso eventuali pregresse esperienze nel settore. Saranno titoli preferenziali:

- studenti o laureati in discipline riguardanti la sfera della cura alla persona;
- studenti o laureati in scienze dell'educazione/ della formazione;
- studenti o laureati in scienze motorie; diplomati ISEF;
- studenti o laureati in architettura.

#### **CARATTERISTICHE COMPETENZE ACQUISIBILI:**

Eventuali crediti formativi riconosciuti: No

Eventuali tirocini riconosciuti: No

Attestazione delle competenze acquisite in relazione alle attività svolte durante l'espletamento del servizio utili ai fini del curriculum vitae

ASC Nazionale, in accordo con Emit Feltrinelli, ente titolato alla certificazione delle competenze (Albo Regione Lombardia, Sezione A, 1.08.2008), rilasciano l'attestato standard e l'attestato specifico, ai sensi dell'Allegato A dell'Avviso 16 Ottobre 2018 pubblicato sul sito del DGSCN.

In particolare l'attestato standard contiene: dati anagrafici dell'operatore volontario, dati degli enti coinvolti nel progetto; titolo del progetto; indicazione del superamento delle prove selettive; data di inizio e fine servizio; sede di servizio; settore ed area di impiego.

Nell'attestato standard è riportato il riferimento a:

- le conoscenze che l'operatore volontario ha avuto l'opportunità di maturare attraverso la formazione generale e la formazione specifica sui rischi connessi all'impiego degli operatori volontari nei progetti di servizio civile ai sensi del Dlgs 81/2008 e s.m.i.;
- le conoscenze e le capacità che l'operatore volontario ha avuto l'opportunità di maturare attraverso lo svolgimento del servizio civile, e cioè: la conoscenza dell'ente e del suo funzionamento, la conoscenza dell'area d'intervento del progetto, la migliore conoscenza del territorio in cui si realizza il progetto e la capacità di gestione del tempo in relazione all'orario di servizio.
- le "competenze sociali e civiche", di cui alla Raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio del 18 dicembre 2006 relativa a competenze chiave per l'apprendimento permanente (2006/962/CE), che l'operatore volontario ha avuto l'opportunità di maturare attraverso lo svolgimento del servizio civile. Le competenze sociali e civiche includono competenze personali, interpersonali e interculturali e riguardano tutte le forme di comportamento che consentono alle persone di partecipare in modo efficace e costruttivo alla vita sociale e lavorativa, in particolare alla vita in società sempre più diversificate, come anche a risolvere i conflitti ove ciò sia necessario. La competenza civica dota le persone degli strumenti per partecipare appieno alla vita civile grazie alla conoscenza dei concetti e delle strutture sociopolitiche e all'impegno a una partecipazione attiva e democratica.

Nell'attestato specifico saranno indicate le ulteriori competenze che l'operatore volontario ha avuto l'opportunità di maturare durante lo svolgimento del servizio, attraverso la realizzazione delle specifiche attività che lo hanno visto impegnato nell'ambito del progetto cui è stato assegnato.

In particolare, le ulteriori competenze sono da riferire alle competenze chiave di cittadinanza, di cui al Decreto Ministeriale n.139 del 22 agosto 2007 del MIUR, ossia: imparare ad imparare, progettare, comunicare, collaborare e partecipare, agire in modo autonomo e responsabile, risolvere problemi, individuare collegamenti e relazioni, acquisire ed interpretare l'informazione.

<b>FORMAZIONE SPECIFICA DEGLI OPERATORI VOLONTARI:</b>		
<b>Formatore</b>	<b>Temi</b>	<b>Ore</b>
Paola Bottoni, Davide Guietti	<b>Temi da trattare:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- presentazione di UISP (storia, attività, organizzazione)</li> <li>- 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)</li> <li>- finalità e attività del progetto</li> </ul>	8
<b>Modulo: 1 Introduttivo</b> <i>Argomento principale:</i> In tale modulo i/le volontari/ avranno l'opportunità di conoscere il comitato 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.		
<b>Formatore</b>	<b>Temi</b>	<b>Ore</b>
Davide Guietti /Landi Maria Cristina	<b>Temi da trattare:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. I diritti della persona e in particolare della popolazione anziana</li> <li>2. Esperienze significative di tutela e valorizzazione della popolazione anziana</li> <li>3. Analisi dell'esperienza dell'UISP di Ferrara in ambito di attività e progetti per l'integrazione degli anziani e per la loro motricità</li> </ol>	24
<b>Modulo: 2</b> Azione/Attività: <u>AZIONE 1.1.1 LABORATORI CON GLI ANZIANI, AZIONE 2.2 ATTIVITÀ MOTORIA PER GLI ANZIANI</u> Argomento principale: In questo modulo i/le volontari/e potranno acquisire nuove competenze tecniche-specialistiche riferite ai contenuti e alle mansioni definite dal progetto.		
<b>Formatore</b>	<b>Temi</b>	<b>Ore</b>
Landi Maria Cristina, Andrea De Vivo	<b>Temi da trattare:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. La mobilità negli anziani: vantaggi e opportunità</li> <li>2. L'inserimento della ginnastica nei soggetti affetti da patologie neurologiche</li> <li>3. Il ruolo dell'attività motoria nella promozione di un stile di vita sano e attivo nella popolazione anziana</li> </ol>	24
<b>Modulo: 3</b> Azione/Attività: <u>2.1.1 ATTIVITÀ MOTORIA PER GLI ANZIANI IN PALESTRA E IN PISCINA</u> Argomento principale: Anziani – la mobilità come ostacolo		
<b>Formatore</b>	<b>Temi</b>	<b>Ore</b>
Paola Bottoni/Cristina Landi	<b>Temi da trattare:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sportper tutti: Il diritto all'esserci e al muoversi nella città</li> <li>2. Il ruolo dell'attività motoria nella promozione di un stile di vita sano e attivo nella popolazione anziana</li> <li>3. Tecniche di lavoro in ambito motorio nella terza età e nelle attività fisiche adattate</li> <li>4. Il lavoro di comunità: che cos'è e come si avvia</li> <li>5. Le modalità di educazione alla Ginnastica a domicilio e l'utilizzo della Scala Tinetti</li> </ol>	18
<b>Modulo: 4</b> Azione/Attività: <u>AZIONE 3.1.1 I LABORATORI DEL CAMMINO E 1 KM IN SALUTE</u> Argomento principale: Anziani – corpo e città : esperienze e nuove progettualità		

Formatore	Temi	Ore
Dott. Andrea Morinelli Vincenzo Donadio	<i>Formazione e informazione sui rischi connessi all'impiego degli operatori volontari in progetti di Servizio Civile</i>	8 ore (complessive)
<p><b>Modulo A:</b></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, ed in esse si svolgono i progetti di SC, si reputa adatto e necessario partire con un modulo omogeneo per tutti gli operatori volontari sulla tutela e sicurezza dei luoghi di lavoro. <u>DURATA: 6 ore</u></p> <p><b>Contenuti:</b> <i>Comprendere: cosa si intende per sicurezza sul lavoro e come si può agire e lavorare in sicurezza</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- cos'è,</li> <li>- da cosa dipende,</li> <li>- come può essere garantita,</li> <li>- come si può lavorare in sicurezza</li> </ul> <p><i>Conoscere: caratteristiche dei vari rischi presenti sul luogo di lavoro e le relative misure di prevenzione e protezione</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- concetti di base (pericolo, rischio, sicurezza, possibili danni per le persone e misure di tutela valutazione dei rischi e gestione della sicurezza)</li> <li>- fattori di rischio</li> <li>- sostanze pericolose</li> <li>- dispositivi di protezione</li> <li>- segnaletica di sicurezza</li> <li>- riferimenti comportamentali</li> <li>- gestione delle emergenze</li> </ul> <p><i>Normative: quadro della normativa in materia di sicurezza</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- codice penale</li> <li>- codice civile</li> <li>- costituzione</li> <li>- statuto dei lavoratori</li> <li>- normativa costituzionale</li> <li>- D.L. n. 626/1994</li> <li>- D.L. n. 81/2008 (ed testo unico) e successive aggiunte e modifiche</li> </ul> <p>Il modulo, erogato attraverso una piattaforma FAD, sarà concluso da un test di verifica obbligatorio.</p>		
<p><b>Modulo B:</b></p> <p>Nell'ambito delle attività svolte dagli operatori volontari di cui al precedente box 9.3, si approfondiranno le informazioni sui rischi specifici esistenti negli ambienti di frequentazione indicati al precedente box 17, per i settori e le aree di intervento individuate al precedente punto 5. <u>DURATA: 2 ore</u></p> <p><b>Contenuti:</b></p> <p>Verranno trattati i seguenti temi relativi ai rischi connessi all'impiego degli operatori volontari in SC nel settore <u>Educazione e Promozione culturale, paesaggistica, ambientale, del turismo sostenibile e sociale e dello sport</u>, con particolare riguardo all'area di intervento indicata al box 5:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ 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</li> <li>✓ Fattori di rischio connessi ad attività di educazione, informazione, formazione, tutoraggio, valorizzazione di centri storici e culture locali</li> <li>✓ 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</li> <li>✓ Focus sui contatti con le utenze e servizi alla persona</li> <li>✓ Modalità di comportamento e prevenzione in tali situazioni</li> <li>✓ Gestione delle situazioni di emergenza</li> <li>✓ Sostanze pericolose ed uso di precauzioni e dei dispositivi di protezione</li> </ul>		

- ✓ Segnaletica di sicurezza e riferimenti comportamentali
- ✓ Normativa di riferimento

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 ed alle strumentazioni connesse alle attività di cui al box 9.3, si approfondiranno i contenuti relativi alle tipologie di rischio nei seguenti ambienti:

*Per il servizio in sede*

Verranno approfonditi i contenuti relativi alle tipologie di rischio possibili nei luoghi in cui gli operatori volontari si troveranno ad utilizzare le normali dotazioni (vedi in particolare box 26) presenti nelle sedi di progetto (rispondenti al DL 81 ed 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. Fatto salvo quanto indicato come possibilità al box 16

*Per il servizio fuori sede urbano (outdoor)*

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 ad operare in occasioni di campagne, promozione e sensibilizzazione su temi connessi al SCN e/o al progetto, utilizzando le dotazioni (vedi in particolare box 26) 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 9.3, oltre agli spostamenti da e per detti luoghi. Fatto salvo quanto indicato come possibilità al box 16

*Per il servizio fuori sede extraurbano (ambiente naturale e misto)*

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 ad operare in occasioni di eventi, incontri, campagne, promozione e sensibilizzazione su temi connessi al SCN e/o al progetto, utilizzando le dotazioni (vedi in particolare box 26) 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 9.3, oltre agli spostamenti da e per detti luoghi. Fatto salvo quanto indicato come possibilità al box 16.

Il modulo, erogato attraverso una piattaforma FAD, sarà seguito da un incontro di verifica con l'OLP del progetto.

*Durata*

La durata complessiva della formazione specifica è di 82 ore di cui 8 ore da svolgersi attraverso FAD. La formazione specifica è parte integrante del progetto ed è conteggiata a tutti gli effetti ai fini del monte ore. La formazione specifica, relativamente a tutte le ore dichiarate nel progetto, sarà erogata agli operatori volontari entro 90 giorni dall'avvio del progetto stesso.