

Bando
Oscar della Salute 2016
Premio Nazionale Rete Città Sane – OMS
MODULO PRESENTAZIONE PROGETTO

Titolo del progetto	<i>PALESTRA "OBIETTIVO SALUTE"</i>
Ente proponente	CITTA' DI SACILE (Pordenone)
Referente del progetto	Dott. ROSSANO MASET FUNZIONARIO COMUNE DI SACILE VIA ETTOREO,4 33077 SACILE (Email rossano.maset@com-sacile.regione.fvg.it)
Città in cui ha avuto luogo il progetto	SACILE PRESSO LA LOCALE CASA DI RIPOSO
Durata del progetto:	24 MESI
Descrizione di sintesi del progetto:	<p>Premessa:</p> <p>LA MAGGIOR PARTE DELLA POPOLAZIONE CONDUCE UNA VITA SEDENTARIA CON IL RISVOLTO NEGATIVO DI UNA MAGGIORE INCIDENZA DI PATOLOGIE LEGATE ALLA MANCANZA DI ATTIVITA' FISICA QUALI: OBESITA' , DIABETE E MALATTIE CARDIOVASCOLARI IN GENERE.</p> <p>INOLTRE, LA PROPENSIONE ALL'ATTIVITA' FISICA NON E' ANCORA BEN RADICATA NELLA MENTALITA' DEL CITTADINO MEDIO, IL QUALE MOLTO SPESSO EFFETTUA DELLE ATTIVITA' MOLTO BLANDE E QUINDI POCO EFFICACI AL BENESSERE PSICO-FISICO.</p> <p>Il Progetto</p> <p>IL PROGETTO MIRA ALLA PROMOZIONE DELL'ATTIVITA' FISICA CON LA FINALITA' DI INCIDERE POSITIVAMENTE SULLO STATO DI SALUTE, AVVALENDOSI DEL SUPPORTO DELLA FIGURA PROFESSIONALE DEL FISIOTERAPISTA .</p> <p>QUEST'ULTIMO, DOPO UN'ANALISI DELLE PROBLEMATICHE DELLA SINGOLA PERSONA, ANDRA' A DELINEARE UN PROGRAMMA SPECIFICO CON L'UTILIZZO DELL'ATTREZZATURA PRESENTE ALL'INTERNO DELLA PALESTRA.</p> <p>LA PROPOSTA HA QUINDI IL FINE DI PREVENIRE L'INSORGERE DI PATOLOGIE NEGLI ANZIANI E CONTEMPORANEAMENTE AUMENTARE LO STATO DI BENESSERE PSICO-FISICO UNITAMENTE ALLA PROPOSTA DI ATTIVITA' DI TAI CHI APERTE A TUTTA LA POPOLAZIONE.</p>

Obiettivi del progetto	<ol style="list-style-type: none"> 1)AVVIO DI UNA PALESTRA SOLIDALE 2) FAVORIRE IL SENSO DI AGGREGAZIONE 3) OFFRIRE LA POSSIBILITA' DI PRENDERE PARTE ALLE ATTIVITA' MOTORIE ORGANIZZATE 4)CREARE BENESSERE 5)MIGLIORARE LO STATO DI SALUTE 6)COMBATTERE LA SEDENTARIETA' 7)MIGLIORARE L'AUTOSTIMA E IL TONO DELL'UMORE 8)RIDURRE L'INCIDENZA DI PATOLOGIE CORRELATE ALLA MANCANZA DI ATTIVITA' FISICA 9)MIGLIORARE LA QUALITA' DELLA VITA
Azioni realizzate	<ol style="list-style-type: none"> 1) ATTIVAZIONE DI PROGRAMMI INDIVIDUALI 2) FORMAZIONE DI GRUPPI OMOGENEI DI ATTIVITA' 3) ATTIVITA' DI TIPO AEROBICO 4)ATTIVITA' DI TIPO ANAEROBICO 5)GINNASTICA ANTALGICA 6)GINNASTICA POSTURALE 7)BACK SCHOOL 8)CORSI DI TAI CHI
Beneficiari finali del progetto e numero	<ol style="list-style-type: none"> 1)ANZIANI DEL COMUNE DI SACILE E DEL COMPENSORIO 2)ANZIANI RESIDENTI DELLA CASA DI RIPOSO 3)ANZIANI FREQUENTANTI IL CENTRO DIURNO DI SACILE 4)DIPENDENTI DELLA CASA DI RIPOSO E DEL CENTRO DIURNO DI SACILE
Risultati attesi	<ol style="list-style-type: none"> 1) PARTECIPAZIONE ALLE ATTIVITA' PROPOSTE 2) AUMENTO DELLA SOCIALIZZAZIONE E DEL TONO POSITIVO DELL'UMORE 3) AUMENTO DELLA PERCEZIONE DEL BENESSERE PSICOFISICO 4)RIDUZIONE DELLE PATOLOGIE CORRELATE 5)MIGLIORAMENTO DELLE PERFORMANCES MOTORIE E DELLA COORDINAZIONE
Risultati raggiunti	PARTECIPAZIONE DEL 90% DELLE PERSONE ISCRITTE AI VARI CORSI.
Apprendimenti nella realizzazione del progetto	
Costo totale del progetto (euro)	3.000 EURO,COSTO DELLE FIGURE PROFESSIONALI DEL FISIOTERAPISTA E DEL MATERIALE PUBBLICITARIO.
Finanziamenti ottenuti	RISORSE PROPRIE AL 100%
Sostenibilità del progetto	IL PROGETTO PREVEDE L'IMPIEGO DI FIGURE QUALIFICATE E FORMATE.

	<p>LE ATTIVITA' IN PALESTRA , SIA DI GRUPPO CHE INDIVIDUALI, VERRANNO CONDOTTE DAL FISIOTERAPISTA.</p> <p>LE ATTIVITA' DI WALKING SARANNO AFFIDATE A PERSONALE PREVENTIVAMENTE FORMATO DA FIGURE COMPETENTI.</p>
<p>Strumenti di comunicazione utilizzati</p>	<p>SITO DEL COMUNE DEPLIANTS PAGINA FACEBOOK DELLA RESIDENZA PROTETTA</p>
<p>Punti di forza del progetto</p>	<p>- COINVOLGIMENTO DI DIVERSE TIPOLOGIE DI UTENZA ATTRAVERSO L'EROGAZIONE DI ATTIVITA' DIVERSIFICATE. - OFFERTA DI UN SUPPORTO SPECIALISTICO - FACILITA' DI ACCESSO ALLE ATTIVITA'</p>
<p>Problematicità sorte durante l'attuazione del progetto</p>	
<p>Parole Chiave per descrivere il progetto (massimo 5)</p>	<p>PROFESSIONALITA' E COMPETENZA BENESSERE PSICO-FISICO MOVIMENTO SOCIALIZZAZIONE DIVERSIFICAZIONE</p>
<p>Allegati (da inviare sempre in formato elettronico alla mail indicata)</p>	<p>Tutto ciò che aiuta la Commissione a valutare nel merito il progetto, soprattutto per i risultati raggiunti, ad es.:</p> <ul style="list-style-type: none"> - documento di progetto - budget revisionale e consuntivo - valutazione del progetto a cura dei progettisti - materiali promozionali