



Bando
Oscar della Salute 2019
Premio Nazionale Rete Città Sane – OMS
www.retecittasane.it
MODULO PRESENTAZIONE PROGETTO

Titolo del progetto	SOLITUDINI e NO: insieme per il benessere emozionale e sociale
Ente proponente	Comune di Udine
Referente del progetto	Stefania Pascut Via Lionello n. 1 – 33100 Udine Tel. 0432-1272384 e-mail stefania.pascut@comune.udine.it
Città in cui ha avuto luogo il progetto	Udine
Popolazione del Comune	99.377 abitanti (al 31-12-2018)
Durata del progetto:	24 Mesi (2018-2020), suddiviso in due fasi annuali
Descrizione di sintesi del progetto:	<p>(Massimo 30 righe)</p> <p>la descrizione deve comprendere anche la metodologia di progettazione</p> <p>Solitudini e NO è una campagna biennale che promuove il benessere sociale attraverso il benessere relazionale e una maggiore consapevolezza delle emozioni, portando al centro del dibattito pubblico il tema della solitudine. Il progetto è stato ideato dal Comune di Udine – Ufficio progetto O.M.S. Città Sane in collaborazione con ARTESS (Association for Research and Training on Emotional Support Skills) in partnership con IFOTES (International Federation of Telephone Emergency Services).</p> <p>La campagna ha realizzato nell'anno 2018 4 eventi, 2 percorsi formativi, diverse iniziative pubbliche che hanno anticipato il convegno internazionale di IFOTES "Uscire dalla solitudine – Costruire Relazioni" tenutosi a Udine dal 3 al 7 luglio 2019 con la partecipazione di 1200 persone tra cittadini e partecipanti provenienti da 20 paesi. Il congresso ha ricevuto l'alto patrocinio del Parlamento Europeo e la medaglia del Presidente della Repubblica Italiana come premio di rappresentanza.</p> <p><u>La metodologia</u> di progettazione ha previsto un approccio partecipato coinvolgendo attivamente associazioni ed enti del territorio attivi nel particolare ambito tematico o sul</p>

	<p>particolare aspetto della solitudine affrontato. Sono stati coinvolti di volta in volta come partner: Telefono Amico Italia, Education 4 Peace, Università degli Studi di Udine – Corso di laurea in Scienze della Formazione, CONI, Associazione culturale, ricreativa, sportiva di promozione sociale Circolo Nuovi Orizzonti, Associazioni del Progetto NO Alla Solitudine, Servizi di Prossimità del Comune di Udine, Progetto Camminamenti – Percorsi di stimolazione cognitiva per l’invecchiamento in salute, Associazione Voci Fuoricampo.</p>
<p>Obiettivi del progetto</p>	<p>Descrivere sinteticamente gli obiettivi del progetto</p> <ul style="list-style-type: none"> ● far comprendere l’importanza del tema e i rischi della solitudine e dell’isolamento sociale alle istituzioni e ai cittadini; ● creare occasioni di apprendimento e riflessione, con ampia partecipazione delle associazioni del territorio; ● creare modelli e strumenti di riferimento; ● avviare il dibattito in Italia e collegarlo a ciò che accade nei paesi più avanzati; ● collegarsi a grandi progetti europei con Udine come città-pilota (WHO Healthy Cities Network). ● Promuovere la conoscenza del progetto Città Sane/Healthy Cities presso le maggiori helpline europee aderenti a IFOTES, al fine di una possibile futura collaborazione sui temi della salute sociale ed emozionale
<p>Dimensione tematica a cui il progetto fa riferimento</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. investire nelle persone e nelle comunità che compongono le nostre città: le attività hanno cercato di promuovere il benessere individuale e collettivo, fornendo alle persone strumenti e competenze in particolare sulla salute mentale ed emozionale; 2. progettare luoghi urbani che migliorano la salute e il benessere: gli approfondimenti sul tema della solitudine e delle buone pratiche per contrastarla vogliono creare ambienti sociali attivamente inclusivi e resilienti; 3. maggiore partecipazione e partnership per la salute e il benessere: tutte le attività sono state realizzate attraverso un intenso lavoro di rete tra istituzioni, associazioni, enti e aziende private e cittadini attivi.
<p>Azioni realizzate</p>	<p>Sintetizzare le attività realizzate per conseguire gli obiettivi programmati descrivendole brevemente</p>

Aprile-Giugno 2018 **Listening Skills**: imparare ad ascoltare per comprendere gli altri e se stessi – Percorso formativo di

120 ore per apprendere le competenze per l'ascolto indirizzato agli studenti delle scuole superiori, inserito nei processi di alternanza scuola-lavoro. La metodologia è ripresa dal progetto europeo sperimentale "Empowering: educational Path for Emotional Well-Being, finanziato dal programma Erasmus plus 2015.

24 e 25 maggio 2018 **Moderne Solitudini – storie di depressione e dipendenza**: 2 eventi di promozione della salute sociale, uno per il pubblico generale, uno per gli studenti delle scuole superiori. Presenti testimonial su depressione e rischio di suicidio e sulle dipendenze.

15 agosto, **Ferragosto: ogni anno riappare lo spettro della solitudine** azione tramite i media locali di sensibilizzazione al tema e informazione sui servizi di ascolto, con la collaborazione di Telefono Amico Italia.

10 settembre, **Datti il Tempo**: flashmob per la giornata mondiale di prevenzione al suicidio, azione di sensibilizzazione al tema e informazione sui servizi di ascolto, con Telefono Amico Italia.

17 novembre 2018, **La solitudine in Età Avanzata**: convegno pubblico in collaborazione con Associazione Demaison e Associazione volontari No alla Solit'Udine.

23 novembre, **Di sana e robusta emozione**: convegno e modulo di formazione sulla gestione delle emozioni in campo e nella vita, in collaborazione con le associazioni udinesi aderenti a Carta Etica dello Sport. Pubblicazione della prima parte del manuale "Capitano delle tue emozioni". Progetto realizzato in collaborazione con la fondazione svizzera Education 4 Peace.

22 dicembre, **Natale feste e Solitudine**: azione tramite i media locali di sensibilizzazione al tema e informazione sui servizi di ascolto.

Tutte le azioni realizzate sono state presentate dal 3-7 luglio 2019 al Congresso internazionale IFOTES "**Leaving Loneliness – Building Relationships**": Il congresso internazionale, svoltosi in 4 lingue, ha visto la partecipazione

	<p>di 1200 persone provenienti da 20 paesi. Il programma si è articolato in 5 giornate con il coinvolgimento di 60 relatori e 75 formatori da tutta Europa, alcuni dei quali</p> <p>provenienti dall'Italia, dall'Università di Udine e associazioni del territorio regionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 9 sessioni plenarie con key-note speakers internazionali • 21 sessioni parallele con relatori italiani e stranieri • 92 workshop, in 6 lingue
<p>Beneficiari finali del progetto e numero</p>	<p>Elencare la/le categorie di beneficiari finali dell'iniziativa, indicandone il numero (se disponibile, o una stima)</p> <ul style="list-style-type: none"> - per Listening Skills: 34 studenti delle scuole superiori di Udine più insegnanti; - per "Di sana e robusta emozione" 50 coach e allenatori di squadre sportive giovanili e allievi; - per "Solitudini e No" e Congresso IFOTES: caregivers, associazioni, cittadini, studenti. <p>Circa 2000 persone hanno complessivamente partecipato ai diversi eventi.</p>
<p>Risultati attesi</p>	<p>Specificare i risultati qualitativi e quantitativi che ci si prefigge di raggiungere con le azioni previste</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Raggiungere il maggior numero di cittadini per far comprendere l'importanza della cura della salute sociale 2. Coinvolgere il maggior numero di associazioni nell'implementazione di buone pratiche per la salute sociale, con un approccio partecipato e condiviso 3. Sperimentare l'efficacia di alcuni modelli e strumenti, soprattutto per quanto riguarda la formazione di giovani e giovanissimi sulle competenze relazionali 4. Valorizzare le pratiche e le azioni già in essere, in particolare per quanto riguarda il contrasto della solitudine degli anziani, armonizzandole in una cornice progettuale condivisa e di sistema 5. Contribuire a rendere la nostra società più vivibile e inclusiva, valorizzando l'apporto di tutti
<p>Risultati raggiunti</p>	<p>Descrivere brevemente quali sono i risultati qualitativi e quantitativi raggiunti grazie alle azioni attuate</p> <ul style="list-style-type: none"> - Per 12 mesi, una volta al mese è stato realizzato un evento pubblico sul tema solitudine/nuova relazionalità o è

	<p>stato presentato l'esito di un percorso formativo, o comunque è stato portato all'attenzione del pubblico un aspetto specifico con il coinvolgimento dei media locali,</p> <ul style="list-style-type: none"> - 10 associazioni sono state coinvolte e hanno collaborato a 1 o più eventi - La collaborazione è avvenuta su un piano locale, ma anche nazionale (Telefono Amico Italia) e internazionale (IFOTES) - 34 studenti di età 16-19 anni hanno ottenuto la certificazione "Listening Skills" - Circa 2000 persone hanno preso parte ad almeno uno degli eventi/attività organizzate - Le iniziative hanno avuto un'ampia copertura mediatica (n. 207 articoli su stampa regionale e nazionale, 18 servizi/interviste radio, 18 servizi/interviste TV). Si stima che oltre 10.000 persone siano venute a conoscenza tramite media e social.
<p>Apprendimenti nella realizzazione del progetto</p>	<p>Descrivere lo scarto progettuale tra i risultati attesi e i risultati ottenuti</p> <p>Non sono stati rilevati significativi scarti progettuali. L'obiettivo ambizioso di ospitare un evento internazionale con oltre 1000 partecipanti, di contribuire con l'esperienza pilota di un'intera città e con il coinvolgimento del maggior numero di attori sociali su un tema specifico, attuale e definito nell'ambito della salute sociale, ha indotto tutte le parti a operare in modo attivo e propositivo, rispettando tempistiche e obiettivi prefissati. Tutte le attività messe a progetto sono state realizzate. Ogni mese è stato realizzato un evento o è stato presentato l'esito di una specifica azione, dandone risonanza attraverso i media.</p>
<p>Costo totale del progetto (euro)</p>	<p>Costi sostenuti dal Comune di Udine:</p> <ul style="list-style-type: none"> - € 4.000 per Progetto "Listening Skills" • € 2.700 Convegno di Sana e Robusta Emozione • € 1.621 Eventi Moderne solitudini
<p>Finanziamenti ottenuti</p>	<p>Specificare le fonti di copertura del progetto (risorse proprie, risorse esterne – specificarne la tipologia)</p> <ul style="list-style-type: none"> - risorse proprie del Comune, di personale ed economiche - risorse umane e finanziarie delle associazioni ARTESS e IFOTES - risorse di personale volontario e di mezzi delle altre associazioni coinvolte, compreso il contributo finanziario dal

	progetto Carta Etica dello Sport (1.500 €).
Sostenibilità del progetto	<p>Indicare se il progetto, una volta terminate le risorse iniziali, può auto-sostenersi o trovare altre fonti per continuare nel tempo</p> <p>Di fatto sta continuando, utilizzando gli esiti del primo anno e gli output del congresso internazionale. Le associazioni che hanno sviluppato le attività del primo anno stanno lavorando allo sviluppo progettuale del secondo anno, iterando alcune azioni (es. formazione alla rispettosa gestione delle relazioni interpersonali nelle scuole ed in ambito sportivo) e proponendo nuove attività (es. azioni per il coinvolgimento di persone della terza età nelle relazioni sociali, anche con il supporto dei giovani). Il Comune di Udine assiste e facilita i processi e la cooperazione tra le diverse associazioni.</p>
Strumenti di comunicazione utilizzati	<p>Illustrare quali mezzi di comunicazione sono stati utilizzati per pubblicizzare l'iniziativa</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comunicati stampa su media regionali e nazionali e interviste su radio e TV regionali - distribuzione di volantini e locandine - promozione e diffusione delle iniziative tramite i siti web - diffusione delle iniziative tramite newsletter - diffusione delle informazioni tramite social media
Punti di forza del progetto	<p>Uno dei maggiori punti di forza del progetto è stato quello di aver proposto un tema di drammatica attualità all'attenzione di ampie fasce sociali, alle Istituzioni, alle associazioni e alla cittadinanza e di aver coinvolto i diversi soggetti in una riflessione attiva con ricadute anche nella pratica e nell'operatività.</p> <p>Il tema della solitudine inoltre è diventato un soggetto comunicabile e affrontabile, con la conseguenza di ridurre lo stigma sociale che spesso viene associato a chi è solo.</p> <p>Un altro punto di forza è stato il riconoscere ai diversi soggetti pubblici e del privato sociale competenze e conoscenze e averli facilitati nel metterle in comune per il conseguimento di risultati di cui tutti possono beneficiare.</p>
Problematicità sorte durante l'attuazione del progetto	<p>Indicare eventuali difficoltà incontrate nell'attuazione del progetto</p> <p>Non ci sono stati particolari problematiche nella realizzazione del progetto, non sottovalutando tuttavia la difficoltà a reperire risorse economiche adeguate</p>
Il progetto è stato oggetto di valutazione? Se sì di che tipo?	<p>Monitoraggio e valutazione periodica dei partner di progetto.</p> <p>Sulla formazione "Listening Skills" è stata condotta una valutazione da parte dell'Università di Udine, con due test somministrati ai partecipanti e a un gruppo di controllo.</p>

	<p>Per quanto riguarda le altre azioni del progetto, i promotori hanno costantemente monitorato gli sviluppi e realizzato attività informali di valutazione, attraverso incontri con i diversi soggetti coinvolti, ponendo attenzione alla prevenzione ed alla eventuale gestione di possibili conflitti o fraintendimenti e facilitando la relazione tra associazioni attraverso il reciproco riconoscimento di competenze e ambiti di azione.</p>
<p>Parole Chiave per descrivere il progetto (massimo 5)</p>	<p>Benessere emozionale</p> <p>Salute sociale Competenze relazionali Contrasto alla solitudine</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