



STILI DI VITA E SALUTE: DAL DIRE AL FARE

12-13 maggio 2016 – Verona

SALUTE MENTALE – UISP PADOVA

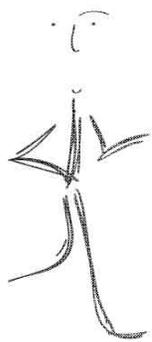
L'attenzione alla persona e la promozione di stili di vita inclusivi.





Il miglioramento dello stato di salute..

Mantenendo come punto fermo l'integrazione e il miglioramento dello stato di salute, l'attività motoria rivolta ad utenti che manifestano un disagio psichico consente di raggiungere importanti obiettivi partendo da attitudini personali.





La persona al centro ...

I nostri interventi pongono sempre la persona al centro del programma, consapevoli del fatto che ogni partecipante è portatore di vissuti e bisogni specifici.



L'attenzione alla persona

(si valutano costantemente le caratteristiche individuali e del gruppo per poterne cogliere potenzialità e sostenerne l'espressione)

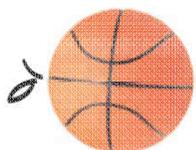
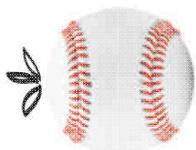
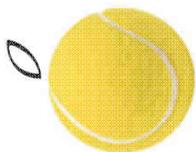
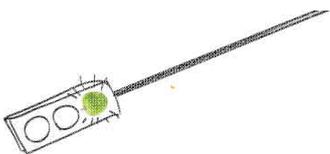
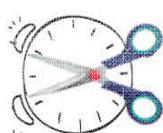
L'azione orientata al raggiungimento degli obiettivi

(le attività sono strutturate in modo da garantire a tutti l'esperienza del successo, migliorando autostima e senso di efficacia)

La comunicazione verbale e non verbale

(si valorizzano sempre la comunicazione e l'ascolto basandoci su atteggiamenti accoglienti e non stigmatizzanti)







L'attività motoria in psichiatria ... un'azione sociale e di comunità !

I nostri obiettivi:

AREA PSICO-FISICA

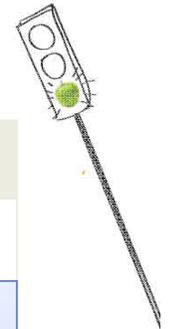
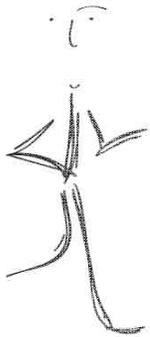
- Miglioramento delle funzioni cardio-respiratorie;
- Miglioramento della mobilità articolare;
- Consolidamento degli schemi motori di base (equilibrio e coordinazione);
- Recupero di alcune abilità latenti;

AREA EDUCATIVA

- Sviluppo dell'autonomia;
- Miglioramento dell'autostima e del senso di efficacia;
- Valorizzazione delle caratteristiche individuali;
- Gestione e controllo delle emozioni;

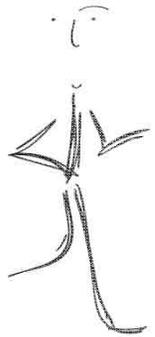
AREA SOCIALE

- Promozione di nuove relazioni interpersonali;
- Sviluppo del senso di appartenenza;
- Abbattimento dello stigma;
- Promozione di stili di vita inclusivi;





L'esperienza di Padova... sviluppo e attività.



-ATTIVITA' MOTORIA ADATTATA

(ginnastica dolce e di mantenimento adattata alle abilità fisiche e al grado di tolleranza degli esercizi)

-SPORT DI DISCIPLINA

(promozione di alcuni sport di disciplina quali la pallavolo e il calcio per la valorizzazione del lavoro di gruppo e la promozione di un sana competitività)

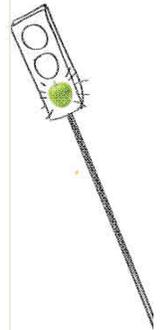
-GRUPPI DI CAMMINO

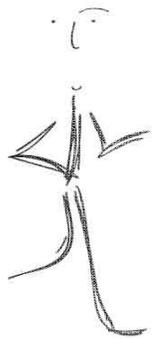
(partecipazione a iniziative di cammino strutturate per la promozione di uno stile di vita attivo in contrasto alla sedentarietà)

-ESPRESSIVITA' CORPOREA CON LA MUSICA

(migliorare il linguaggio espressivo del corpo e la comunicazione non verbale)

Le attività si sviluppano con cadenza settimanale per tutto l'arco dell'anno.





Le sociolimpiadi



Evento ludico-sportivo nato dalla volontà di coinvolgere tutti gli utenti delle strutture del DSM dell'ULSS 16, in una giornata di sport e inclusione sociale.

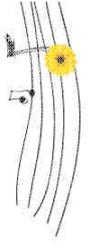
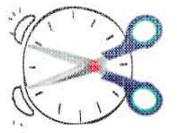
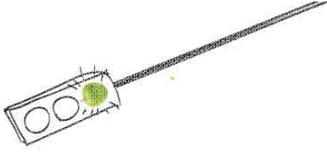
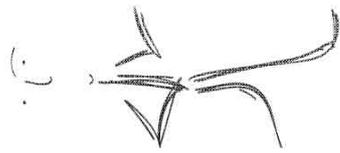


I laboratori estivi



I laboratori estivi intervengono in un periodo in cui le attività ordinarie dei centri di accoglienza sono in diminuzione. Le attività dei laboratori si sviluppano in spazi esterni, nei parchi, lungo percorsi arginali e danno priorità agli elementi ludici e socializzanti.







Giovani e salute mentale ...

Uisp è impegnata a promuovere azioni congiunte e coordinate fra i servizi della sanità pubblica, associazionismo e privato sociale, allo scopo di intercettare e tradurre i bisogni della popolazione più giovane in condizione di disagio.

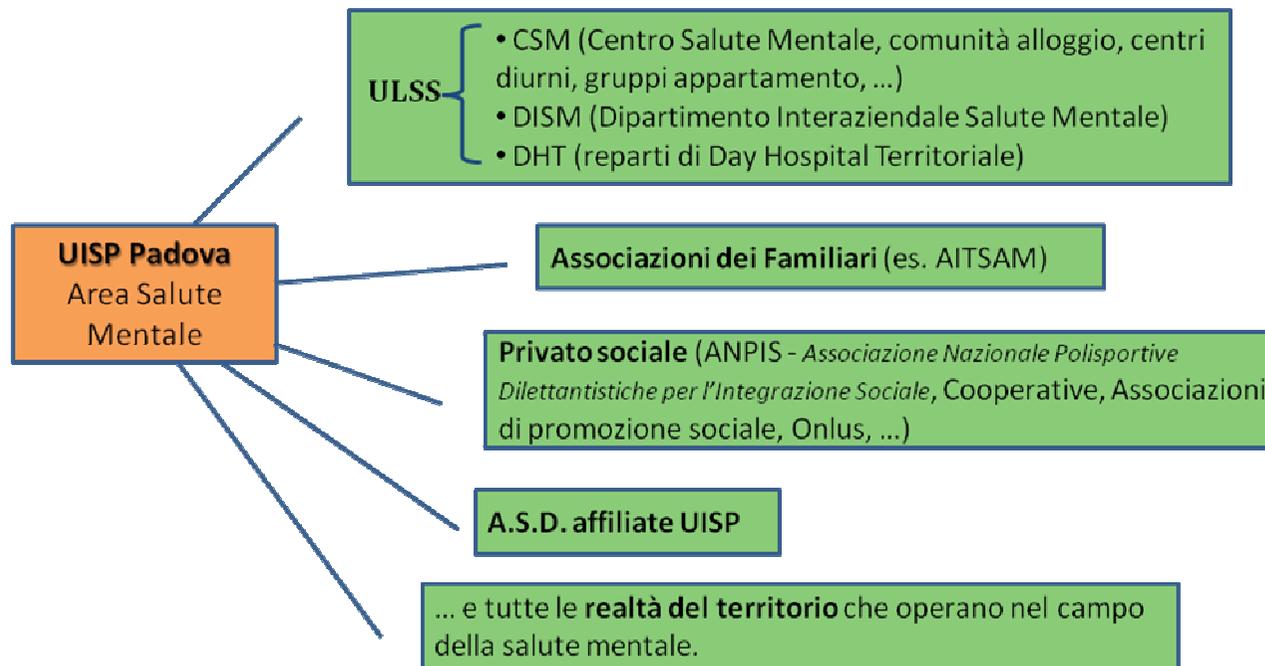
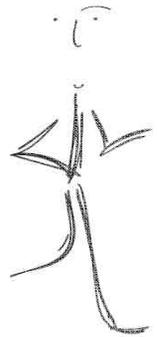
In questo contesto lo scopo del nostro intervento è quello di contribuire a:

- **Favorire la normalità e non l'accudimento;**
(stimolare nei più giovani la partecipazione autonoma e autogestita a tornei e attività).
- **Aumentare l'autostima e recuperare abilità, risorse e interessi;**
(ascolto dei bisogni e sostegno).
- **Combattere il senso di isolamento e inutilità;**
(responsabilizzazione e condivisione).
- **Tradurre l'attività motoria in buone pratiche;**
(trasferibilità e riproducibilità nel quotidiano)





Le azioni e i risultati ...

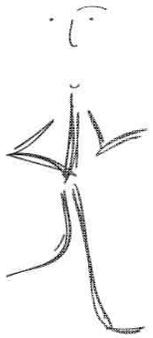


- **Interventi sul territorio da quasi vent'anni.**
- **Da 100 ore annue alle attuali 1600 (con interventi a cadenza settimanale).**
- **Interventi su tutta la provincia di Padova (in particolare ULSS15/ ULSS16/ ULSS17).**



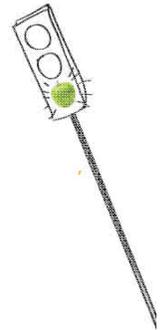


Le risorse umane e la valutazione...



Gli educatori motori UISP che intervengono nell'area della salute mentale sono:

- laureati in scienze motorie
- psicomotricisti
- istruttori di federazione, per disciplina specifica



Partecipano a periodiche riunioni di confronto e di supervisione con l'equipe dell'area della salute mentale UISP. In queste occasioni si condividono obiettivi e finalità degli interventi, la programmazione degli incontri e si valutano punti di forza e di debolezza delle attività.

Inoltre, incontrano periodicamente i medici, gli educatori e gli infermieri delle strutture per condividere la programmazione degli interventi e valutare i benefici dell'attività sullo stato generale di salute dei pazienti.





L'esperienza di Trento...

Fuori gioco - laboratorio di coesione sociale

Fuori gioco è un campionato che nasce da una rete di associazioni affiliate UISP operanti nel mondo della salute mentale, con l'obiettivo di promuovere il calcio quale strumento per favorire l'inclusione sociale e il miglioramento del benessere degli utenti con disagio psichico.





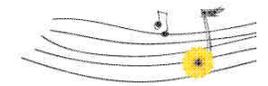
Gli obiettivi ...



- Creare opportunità di benessere e inclusione;
- Aprire spazi di gioco;
- Promuovere la voglia di stare insieme subordinando la positiva competizione ai valori di solidarietà, sostegno e rispetto.



Il campionato vede scendere in campo, insieme e senza distinzioni, operatori e utenti, pazienti e volontari accomunati dalla voglia di confrontarsi e divertirsi.





Lo sviluppo...

Questa esperienza sta ottenendo positivi riscontri in molte realtà italiane. In trentino, grazie al supporto operativo e organizzativo di UISP è diventata una **progettualità solida** e riconosciuta dalle istituzioni, che si pone l'obiettivo di una **maggiore estensione possibile in tutta la comunità**.

Nell'ultima stagione la formula è cambiata: non più singole partite ma **giornate di gioco** aperte a tutte le squadre allo scopo di enfatizzare ancora di più la dimensione relazionale, lo spirito di festa e la voglia di stare insieme.

