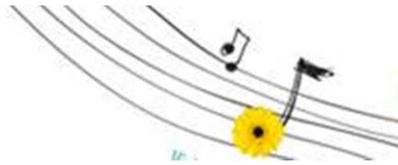


# PROGETTI E BUONE PRATICHE UISP SU STILI DI VITA E SALUTE

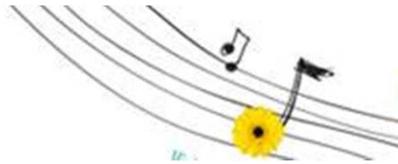
*Seminario di formazione stili di vita e salute*

*Bologna, 11 luglio 2015*



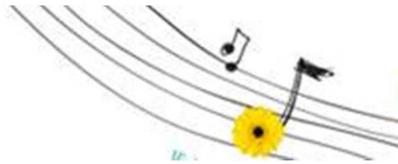
## Qualche ora insieme per....

- 1. Sguardo critico ma costruttivo ai progetti in corso**
- 2. Rilettura delle nostre buone pratiche in chiave attuale**
- 3. Laboratorio di progettazione partecipata per innovare le proposte progettuali**
- 4. Elaborazione di azioni strategiche accattivanti e versatili sul tema degli stili di vita e della salute**



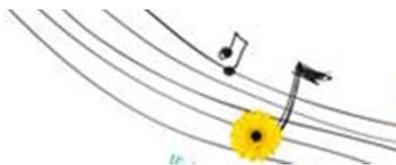
## I progetti e le campagne per tutti

1. **Diamoci una mossa, RiDiamoci una Mossa, 1,2,3..Mossa!**
2. **Pronti, Partenza, VIA!**
3. **Percorsi Indisciplinati**
4. **Sportivamente – Abili per lo Sport**



## Piano Nazionale della prevenzione

- **Fissa gli obiettivi comuni prioritari supportati da strategie ed azioni in grado di produrre, nel medio-lungo termine, un impatto sia di salute sia di sistema**
- **Afferma il ruolo cruciale della promozione della salute e della prevenzione come fattori di sviluppo della società.**

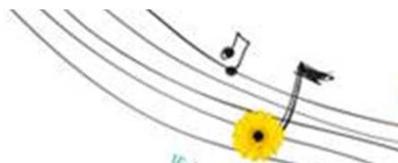


**I progetti e le campagne UISP producono /hanno prodotto/ possono produrre un impatto di salute e di sistema?**



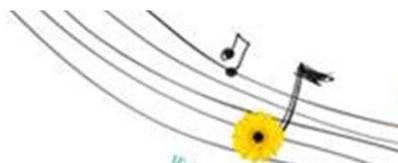
**Le azioni che mettiamo in campo sul tema della promozione della salute contribuiscono/hanno contribuito o possono contribuire allo sviluppo della società?**

**I progetti e le campagne che proponiamo sono «attuali» rispetto alla situazione sociale del momento?**



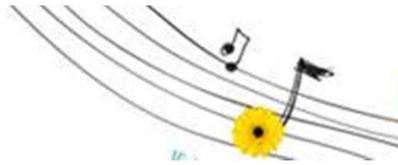
## Analizziamoli insieme....





## Infanzia e bambini





Nuovi stili di vita attivi  
per bambini e famiglie



il gioco continua

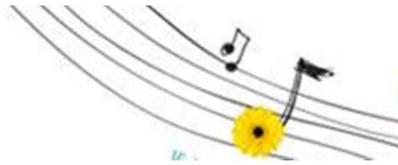


**Campagna di comunicazione triennale rivolta ai bambini delle scuole primarie e alle loro famiglie basata sull'idea che la promozione del movimento e del gioco non può essere separata da uno stile di vita alimentare corretto.**

**La formula da seguire è:**

***Uno stile di vita attivo + un'alimentazione corretta =***

***uno stile di vita sano.***



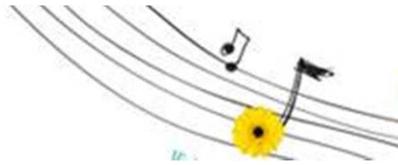
## Analisi di contesto:

**Nel 2005** «l'obesità infantile è una vera emergenza sociale. L'Italia è ai primi posti in Europa con il **34% di bambini in soprappeso** nella fascia 6-9 anni.

I fattori di rischio sono molteplici e interagiscono fra di loro: **la sedentarietà** (i bambini in soprappeso non fanno movimento, vanno a scuola in macchina, prendono sempre l'ascensore, passano il tempo libero davanti a TV o computer); **l'alimentazione** (mangiano non solo troppo, ma spesso, cibi ipercalorici); **la familiarità** (hanno almeno un genitore obeso, e prevalentemente appartengono a ceti sociali bassi e disagiati).

8 bambini in soprappeso su 10 rischiano di diventare adulti obesi»

(elaborazione Eurispes 2003 su dati dell'International Obesity Task Force).

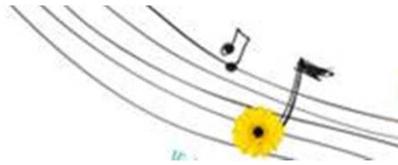


## La UISP propone «DIAMOCI UNA MOSSA»

### Obiettivi:



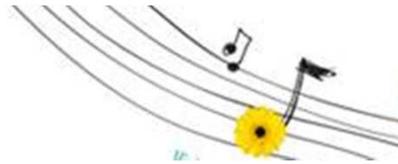
- 1. Realizzazione di una campagna informativa sugli stili di vita attivi basata sullo sport per tutti come pratica che favorisce il benessere, la salute, combatte la sedentarietà e quindi l'obesità infantile, non puntando sulla semplice trasmissione delle informazioni da parte di adulti esperti, ma favorendo la percezione di ciascuno quale soggetto attivo e responsabile delle proprie scelte, fin dai primi momenti evolutivi.**
- 2. Motivare e mobilitare la famiglia alla costruzione di "spazi" di attività fisica fuori dal recinto degli sport strutturati e centrati sul gioco, il movimento e gli stili di vita attivi, ideati per coinvolgere bambini e genitori.**



## Azioni:

- **Campagna di informazione e sensibilizzazione indirizzata a bambine e bambini delle scuole elementari e ai loro genitori, per la promozione dell'attività motoria (riscoperta del gioco all'aria aperta, del movimento con il gruppo familiare/amicale) e di una corretta alimentazione.**
- **Proposte aperte e non strutturate, considerate poco efficaci in sede di approccio al problema.**
- **Organizzazione di iniziative territoriali: appuntamenti, manifestazioni, proposte socializzanti per favorire nuovi stili di vita.**
- **Un week-end intergenerazionale, dedicato a bambini e genitori.**
- **Monitoraggio e valutazione d'impatto (Prof. Fabio Lucidi Facoltà di Psicologia2 )**





# Strumenti



Diario per i bambini



Posterone di classe

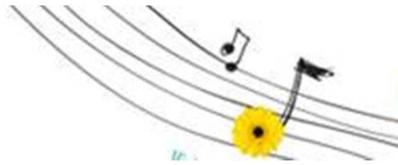


Brochure per genitori ed insegnanti



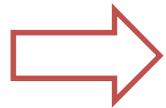
Depliant illustrativo-promozionale



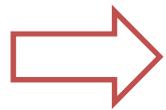


**2007**

## Risultati quantitativi



**69 città coinvolte**

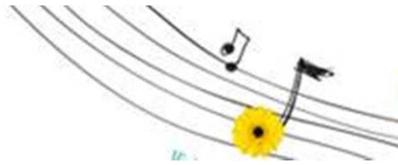


**20.000 bambini dai 6 ai 12 anni che hanno partecipato a “diamoci una mossa” insieme con i loro insegnanti e le loro famiglie**

## La valutazione....

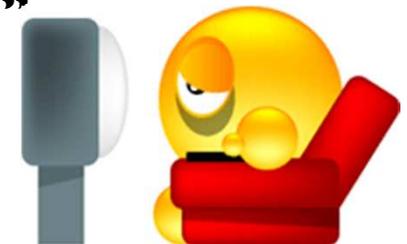


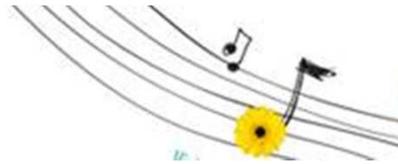
- **Questionari ex ante ed ex post con gruppo di controllo**
- **2000 bambini hanno partecipato alla I° fase di valutazione, prima dell'inizio delle attività.**
- **Per 604 di loro e' stato possibile appaiare i dati con quelli relativi ad una II° valutazione, al termine delle attività.**



## ... ed i risultati d'impatto

- **Il numero medio** di minuti/settimana trascorsi in attività di tipo sedentario (guardare la televisione, giocare ai videogames, ecc.) **è diminuito da 372 a 355, con un decremento di circa il 10%.**
- **Il numero medio** di minuti/settimana dedicati ad attività “impegnative”, come sollevare cose pesanti o andare velocemente in bicicletta, **è aumentato da 219 a 255, con un incremento di circa il 14%.**
- **Il consumo metabolico aumenta** in misura significativa (il met aumenta da 4300 a 6000) **e il bmi (indice di massa corporea) diminuisce** solo nei bambini “sovrappeso” mentre cresce nei bambini “sottopeso”



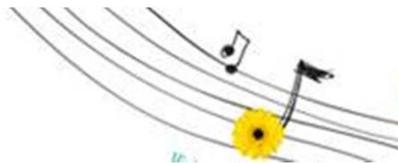


## Dal 2007 Diamoci una mossa amplia obiettivi e contenuti....



[www.diamociunamossa.it](http://www.diamociunamossa.it)





## ...diventa una campagna triennale



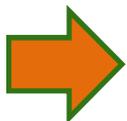
Nuovi stili di vita attivi  
per bambini e famiglie



**Promuove il movimento e il gioco, attraverso uno stile alimentare corretto.**



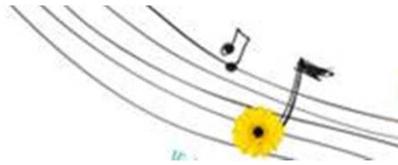
il gioco continua



**Trasmette non solo informazioni sui benefici di uno stile di vita sano, ma contribuisce a farlo diventare un'abitudine, in una strategia di mantenimento.**



**Valorizza la forza del gruppo naturale, la classe, come elemento trainante nella definizione e nel raggiungimento degli obiettivi.**

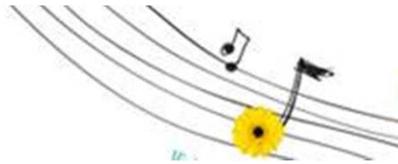


## La «forza» di Diamoci una mossa:

- Campagna triennale con uno scivolamento progressivo di contenuti
- Modello testato, funzionale e replicabile
- Valutazione dell'efficacia della campagna (azioni, metodologie e contenuti)

## La «debolezza» di Diamoci una mossa:

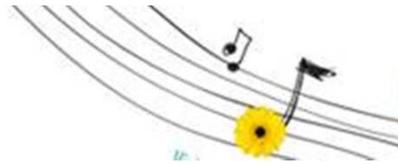
- Difficoltà a mantenere un «presidio stabile»
- Difficoltà a seguire la triennialità della campagna
- Sostenibilità economica ?
- La «competizione» con le innumerevoli campagne sugli stili di vita



## Raccomandazioni UE

**21 punti impegnano gli Stati membri della Comunità Europea a raggiungere, entro il 2020, i seguenti obiettivi:**

- 2. Equità nella salute** - ridurre di almeno un quarto le disuguaglianze dello stato di salute esistenti, all'interno di ciascuna nazione europea, tra i vari gruppi socioeconomici.
- 4. La salute dei giovani** - creare le condizioni per una migliore salute dei giovani, quale premessa indispensabile per un inserimento attivo e proficuo nella società.
- 11. Stili di vita più sani: (entro il 2015)** - far adottare da tutti i gruppi della popolazione stili di vita più sani.
- 20. Mobilitare i partner per la salute** ad avviare alleanze e collaborazioni a livello di individui, di organizzazioni pubbliche e private e di società civile per la messa in atto di strategie condivise per la "Salute per tutti"



Nuovi stili di vita attivi  
per bambini e famiglie

**Azione di sistema**

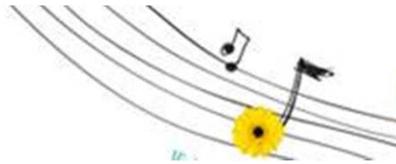
**Metodologia efficace e  
scientificamente testata**

- scivolamento dei contenuti
- promozione del benessere

**Le azioni proposte aiutano  
a conoscere la diversità  
(giochi e cucine dal mondo)**

**Le azioni progettuali possono:**

- ridurre le diseguaglianze in salute (accessibilità)
- Produrre un impatto di salute



# Le campagne di comunicazione...

Ministero della Salute

## SalutExpo 2015

Perchè SalutExpo | News e Media | Spazi ed eventi | Sicurezza degli alimenti

Sei in: [Home](#) > [Video](#) > Expo 2015, Campagna sulla corretta alimentazione del Ministero della salute - versione donna

### Expo 2015, Campagna sulla corretta alimentazione del Ministero della salute - versione donna

Mangia sano, investi in salute. È il messaggio della campagna sulla sana alimentazione del Ministero per la Salute in occasione di Expo 2015. Ingredienti base: Tutto ma non troppo, attività fisica, dieta mediterranea. Con la voce intervistatrice di Pino Insegno. Di più su [www.salute.gov.it](http://www.salute.gov.it)

Fruita nelle Scuole

Cerca nel sito

Area riservata

Per i genitori | Per gli insegnanti | Per i bambini

## Se La Mangi, ti Frutta

Campagna nelle scuole - Mangia bene cresci meglio

Mangia bene cresci meglio

La manifestazione "Mangia Bene Cresci Meglio" è promossa e sostenuta dal Ministero delle politiche agricole alimentari e forestali nell'ambito delle attività di sensibilizzazione scolastica sull'importanza di una sana alimentazione.

Barilla Center FOR FOOD & NUTRITION

CHI SIAMO | FORUM | FOCUS ON | TALKS | PUBBLICAZIONI

Home > News > The Weight of the Nation

### DETTAGLIO NEWS

← Torna all'elenco

#### The Weight of the Nation

FOOD FOR HEALTH

In un'epoca in cui la percentuale di persone sovrappeso e obese ha raggiunto livelli mai visti e si prevede un aumento esponenziale dei costi e carico dei singoli e della società correlati a tale fenomeno, negli Stati Uniti è stata lanciata una campagna di salute pubblica senza precedenti, intitolata The Weight of the Nation (Il peso della Nazione, ndr), per cercare di porre un freno a questa epidemia.

eurodesk

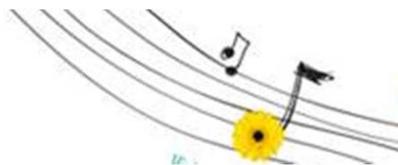
## EcoLife, campagna di informazione sugli stili di vita ecologici



guadagnare salute

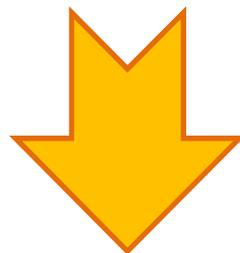
rendere facili le scelte salutari

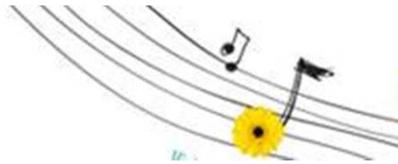




## Come possiamo «crescere»... ?

1. Creare reti territoriali sinergiche e competitive?
2. Formazione condivisa?
3. Buone pratiche che aiutino ad «abbattere» le diseguaglianze in salute?
4. Co progettare con il target gli interventi?
5. Comunicare meglio?
6. Ideare nuove azioni?

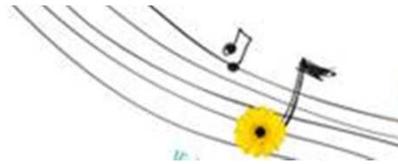




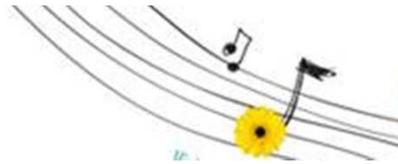
## ...introdurre elementi di novità?

- Orto in vaso/orto in giardino (alimenti bio)
- Ampliare il tema legato all'ambiente
- La spesa del bambino
- Giochi di ruolo bambino/genitore – genitore/bambino





**Let's Move ! è un'iniziativa globale , lanciata dalla First Lady , dedicata a risolvere la sfida di obesità infantile nell'arco di una generazione , in modo che i bambini nati oggi cresceranno sani e in grado di perseguire i loro sogni .**



- Healthy Snacks
- Make Physical Activity a Part of Your Family's Routine
- Plan a Healthy Meal
- Reduce Screen Time and Get Active
- Organize a School Health Team
- Plant a Kitchen Garden
- Schools
- Mayors & Local Officials
- Community Leaders
- Chefs
- Kids
- Health Care Providers

5

## simple steps TO SUCCESS

FOR PARENTS

Parents and caregivers can set a great example for the whole family by creating a healthy environment at home. Any combination of steps—making fruits and vegetables part of every meal, limiting treats, walking and playing, even shopping together—can add up to make a real difference in children's lives and help build healthy habits for life.

1 Keep fresh fruit in a bowl within your child's reach to grab as a quick snack. [GO >](#)

3 Plan a menu for the week. Get children involved in planning and cooking. [GO >](#)

2 Take a walk with your family after dinner. [GO >](#)

4 Turn off the TV during meals and share some family time. [GO >](#)

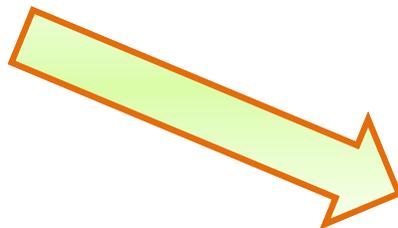
5 Talk to the principal about organizing a school health team. [GO >](#)

## 5 steps per 7 attori:

1. Genitori
2. Scuola
3. Amministrazioni
4. Leader comunitari
5. Chefs
6. Bambini
7. Operatori Sanitari



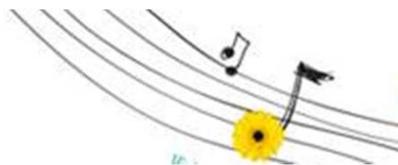
Nuovi stili di vita attivi  
per bambini e famiglie



**Pronti,  
partenza,  
VIA!**

**2011**

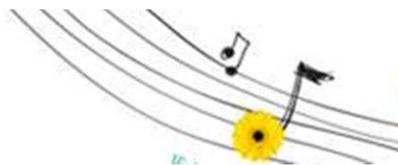
**Campagna per promuovere un cambiamento negli stili di vita dei bambini, coinvolgendo le famiglie, lavorando nelle scuole e nei centri sportivi informali delle periferie.**



## Innovazione di sistema

**Viene recuperata la vivibilità di spazi urbani per creare aggregazione per bambini e giovani**





## Risultati quantitativi (2011 – 2014)



**10 città coinvolte**



**10.297 bambini delle scuole primarie**



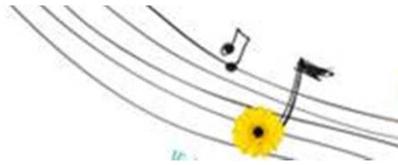
**544 insegnanti**



**37.953 bambini ed adolescenti coinvolti nelle attività dei centri**

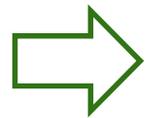


**1.458 tra operatori, volontari e genitori**

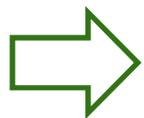


## La valutazione....

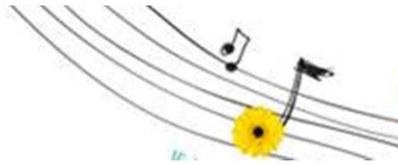
**SCUOLA:** Interviste con un campione di genitori, operatori e insegnanti per



valutare l'impatto delle attività scolastiche sulle conoscenze e le abitudini relative all'attività fisica e sui comportamenti alimentari dei bambini e delle loro famiglie fin dall'inizio del progetto.

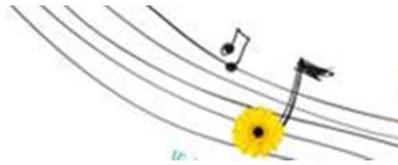


**SCUOLE E CENTRI:** questionari e focus group con l'inserimento di un "gruppo di controllo" (ottobre 2012 - ottobre 2013 ).



## ... ed i risultati d'impatto

- **Per l' 83 % degli intervistati , il centro è migliorato grazie all'intervento**
- **Più della metà di quelli intervistati trascorrono molto tempo nel centro riqualificato**
- **Più di tre quarti degli intervistati ha riferito che il numero di iniziative interessanti proposte nel centro è aumentato (76%) a seguito di riqualificazione.**
- **Più di tre quarti degli intervistati(77%) riferisce di aver percepito un miglioramento nei rapporti con le persone**

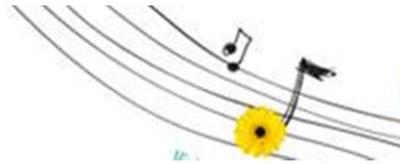


## La «forza» di Pronti, Partenza, VIA!:

- Modello testato, funzionale e replicabile
- Adatta spazi pubblici alle esigenze dei bambini e dei giovani
- Valutazione dell'efficacia della campagna (azioni, metodologie e contenuti)

## La «debolezza» di Pronti, Partenza, VIA!:

- Difficoltà a mantenere un «presidio stabile»
- Difficoltà ad ottenere le concessioni degli spazi?
- Sostenibilità economica ?



# Pronti, partenza, VIA!

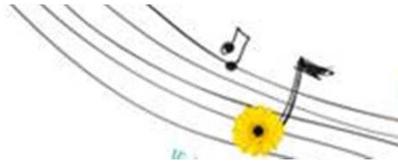
**Azione di sistema**

**Modello testato,  
validato e riproducibile**

**Lavoro in rete**

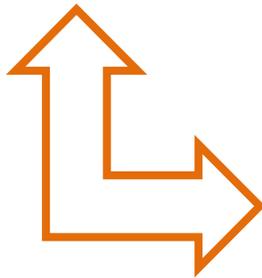
**crea le condizioni per  
una migliore salute dei  
giovani, (inserimento  
attivo e proficuo nella  
società)**

**Le azioni progettuali possono:**  
- ridurre le diseguaglianze in  
salute (accessibilità)  
- produrre un impatto di salute

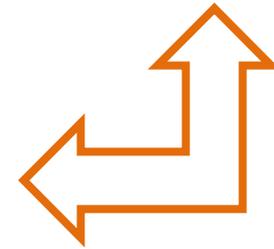


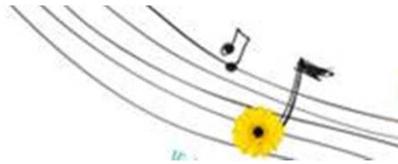
Nuovi stili di vita attivi per bambini e famiglie

**Pronti,  
Partenza,  
VIA!**

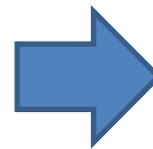
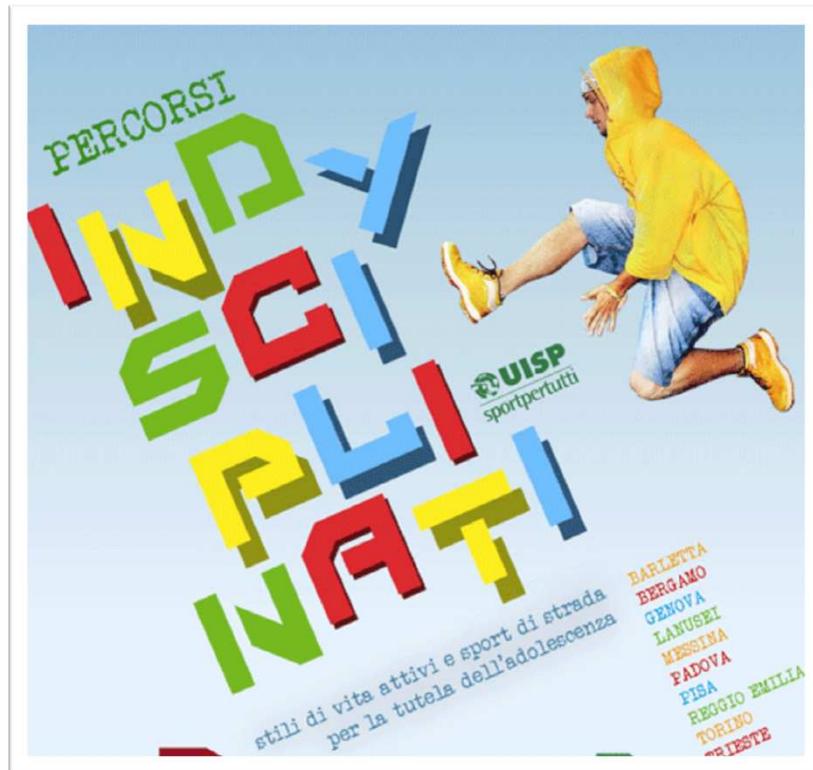


**Percorsi educativi in linea con Piano Nazionale della Prevenzione e le Raccomandazioni dell'Unione Europea**

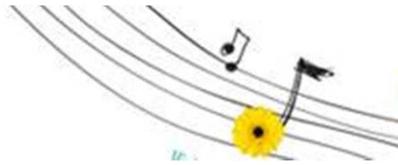




# Adolescenza



**Azione sperimentale per la tutela degli adolescenti, finalizzata a contrastare sedentarietà ed il drop-out, a favorire il recupero dei ragazzi all'attività motoria e sportiva e attivare processi di socializzazione e integrazione, attraverso lo sviluppo di 10 laboratori sperimentali**

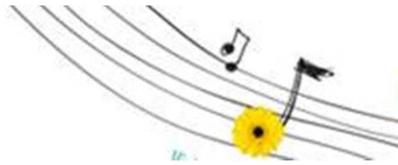


## Analisi di contesto:

Le indagini recenti sugli adolescenti indicano quella di oggi come una generazione seduta, con **oltre il 60% degli adolescenti** che trascorre più di 10 ore seduto. Un'"epidemia di sedentarietà" dovuta al sommarsi del tempo trascorso tra televisione, Internet, e scuola, dove le ore dedicate all'attività fisica sono troppo limitate.

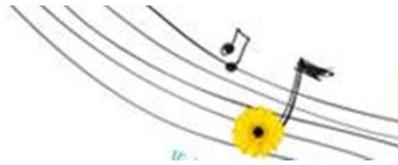
Ad aggravare la situazione, il **fenomeno del drop-out sportivo**, soprattutto tra i ragazzi, dovuto ad una proposta sportiva canonica fortemente selettiva fin dall'infanzia, che, anche per le aspettative di genitori e allenatori, crea negli adolescenti un senso di frustrazione. Lo sport di prestazione, inoltre, fatica a dialogare con questi ragazzi "orientati all'avventura" e alla libera espressione di sé.

(Abitudini e stili di vita degli adolescenti 2011-2012, Società Italiana di Pediatria)



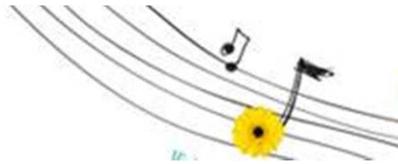
## Obiettivi:

- **Testare un modello di azione volto al recupero degli adolescenti all'attività motoria, a favorire le loro possibilità di aggregazione, di integrazione sociale anche di giovani migranti;**
- **intercettare i bisogni espressi o latenti dei giovani che si pongono al di fuori dei consueti circuiti sportivi promuovendo tutte quelle espressioni motorie non convenzionali e agite nella realtà quotidiana;**
- **favorire la costruzione di momenti di socialità reale attraverso proposte di sport destrutturati;**
- **facilitare il protagonismo attivo degli adolescenti con una sperimentazione che li veda protagonisti come co-progettatori (peer education);**
- **recuperare la vivibilità delle aree urbane e/o periferiche come spazi di aggregazione a carattere sportivo.**

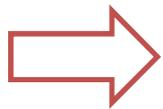


## Azioni:

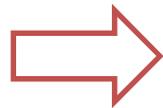
- **Laboratori di sport destrutturati nelle scuole (parkour, giocoleria, danza urbana..) rivolti agli adolescenti, strettamente collegati ad attività open air e alla co-progettazione e organizzazione di eventi locali da parte dei ragazzi, secondo la metodologia della peer education, in modo da incentivare la loro autogestione delle attività.**
- **Un ruolo essenziale di facilitatori di questo processo è stato svolto dagli educatori di strada, figure significative per i ragazzi per favorire una trasmissione empatica di saperi e abilità.**
- **Valutazione d'efficacia**



## Risultati quantitativi



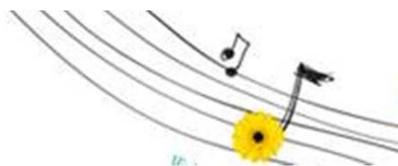
**10 città coinvolte**



**1.500 ragazze e ragazzi, italiani e stranieri, tra i 14 e i 20 anni**

## La valutazione....

- **5 sopralluoghi (focus group, interviste, osservazione, ecc.)**
- **30 questionari autocompilati (distribuiti in diverse fasi del progetto)**
- **30 ore di interviste (coordinatore, operatori, partecipanti)**
- **Analisi dei social network**
- **Analisi dei documenti**

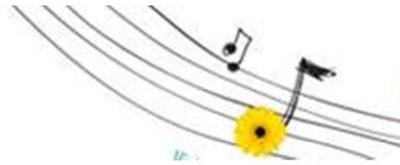


## ... ed i risultati d'impatto

L'analisi complessiva della qualità del progetto, condotta attraverso gli indicatori individuati per la valutazione dei singoli Comitati (Appropriazione degli spazi, Replicabilità e sostenibilità, Partecipazione del gruppo target, Raggiungimento dei risultati, Soddisfazione del gruppo target, Partnership, Rapporto con la scuola e Processi organizzativi), lascia emergere un giudizio largamente positivo.

Numericamente, la media dei giudizi complessivi per ogni singolo Comitato è 30.81, pari al 67% del valore del punteggio massimo ottenibile.

Indicatore	Media
Appropriazione degli spazi	3.85/5
Replicabilità e sostenibilità	4/5
Partecipazione del gruppo target	4.1/5
Raggiungimento dei risultati	4.45/5
Soddisfazione del gruppo target	4.55/5
Partnership	3.9/5
Rapporto con la scuola	3.85/5
Processi organizzativi	4.5/5



**Azione di sistema**

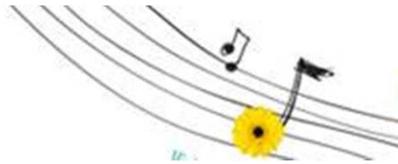
**Azioni e risultati  
in linea con PNP  
e le  
Raccomandazioni  
UE**

**Modello testato,  
validato e riproducibile**

*Peer Education*

**Le azioni progettuali possono:**  
- ridurre le diseguaglianze in  
salute (accessibilità)  
- produrre un impatto di salute

**crea le condizioni per  
una migliore salute dei  
giovani, (inserimento  
attivo e proficuo nella  
società)**

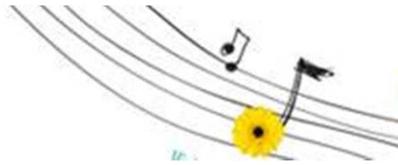


## La «forza» di Percorsi Indisciplinati:

- Modello testato, funzionale e replicabile
- Valutazione dell'efficacia della campagna (azioni, metodologie e contenuti)

## La «debolezza» di Percorsi Indisciplinati:

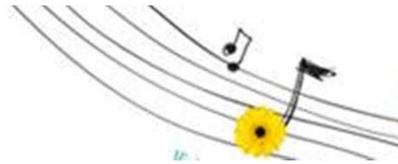
- Difficoltà a mantenere un «presidio stabile»
- Difficoltà di poter utilizzare spazi pubblici



## Come possiamo «arricchire» Percorsi Indisciplinati?

1. Creare reti territoriali sinergiche e competitive?
2. «Investire» sul target (peer education) e creare presidi stabili
3. Co progettare con il target gli interventi?
4. Ideare nuove azioni?
5. Formazione condivisa?
6. Buone pratiche che aiutino ad «abbattere» le diseguaglianze in salute?
7. «Adeguare» la comunicazione associativa a quella degli adolescenti?



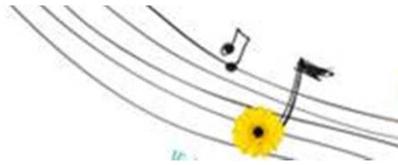


# Salute e disagio mentale



**Progetto rivolto  
al reintegro,  
attraverso  
l'attività  
sportiva, delle  
persone affette  
da malattia  
mentale**



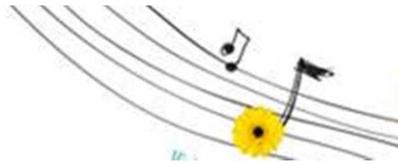


## Analisi di contesto:

**In Europa oltre 50 milioni di persone (l'11% della popolazione) soffrono di un qualche disagio psichico. La depressione è uno dei disturbi mentali più diffusi e gravi. Dati provenienti dagli Stati membri dell'Ue occidentali e meridionali indicano una prevalenza nell'arco della vita di forti depressioni nel 9% degli uomini adulti e nel 17% delle donne adulte. L'impatto di questo disagio sulla qualità della vita può corrispondere a quello di una grave malattia fisica, per esempio un grave ictus**

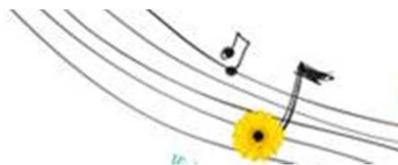
**L'1 % della popolazione italiana, circa 600 mila persone, soffre di un disturbo mentale grave (schizofrenie e depressioni acute).**

*Organizzazione Mondiale della Sanità*



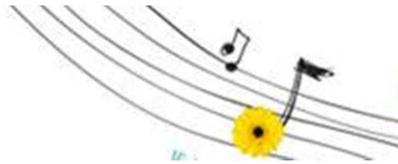
## Obiettivi:

- **Identificazione di un modello metodologico di intervento sul disagio mentale;**
- **Sperimentazione del modello al fine realizzare un effetto “volano” per sviluppare un’azione di sistema nei confronti del target;**
- **Valutare l’efficacia dello Sportper tutti nei percorsi di cura e di reintegro delle persone affette da malattia mentale.;**
- **Attivazione di processi che la diffusione delle “le buone pratiche” per la socializzazione e l’integrazione del target;**
- **Prevenire i fattori di rischio per la salute, con particolare riferimento all’integrità psichica, promuovendo la salute mentale, intervenendo sulla società al fine di aumentare i fattori predittivi positivi per la sanità del soggetto, quali ad esempio il sostegno sociale e l’eliminazione dei pregiudizi.**



## Azioni:

- **Nella prima fase progettuale (Validazione), che ha coinvolto 4 città, a seguito di laboratori sportivi, sono stati costruiti la griglia e gli indicatori di valutazione delle buone pratiche, che nello specifico hanno interessato il campo della riabilitazione psico-sociale**
- **E' stato avviato un aggiornamento del quadro delle esperienze Uisp, per avere una mappatura che permettesse di analizzare i punti di forza e di debolezza del nostro lavoro nell'area del disagio mentale.**
- **Questo data base ha portato ad individuare 5 città in cui avviare i laboratori sperimentali di gemmazione delle buone pratiche per restituire un sistema "volano", moltiplicatore di iniziative ad azioni supportate da una base scientifica.**



## Risultati quantitativi



**10 città coinvolte**



**1.020 pazienti coinvolti + 25 gruppo di controllo**

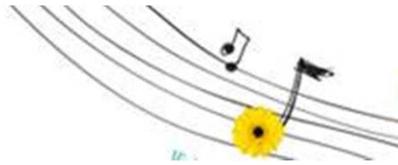


**8 discipline proposte:**

**calcio, nuoto, ginnastica, judo, pallanuoto, basket, pallavolo, atletica leggera.**

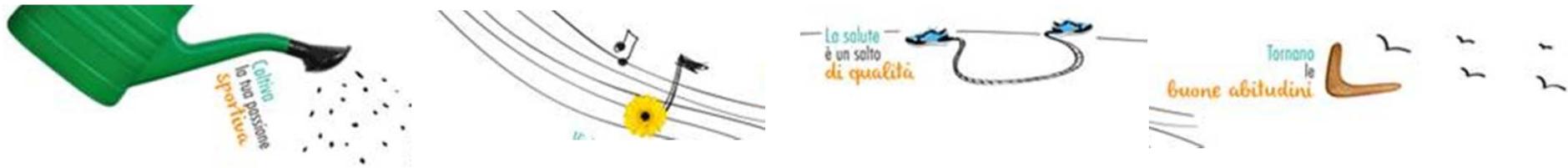
## La valutazione....

- **Questionari di valutazione (SAVE) dei soggetti prima di implementare l'intervento e a conclusione (dopo tre mesi).**
- **Gruppo di controllo (Sperimentazione)**



## ... ed i risultati d'impatto

- oltre il 40% degli utenti del gruppo sperimentale hanno **migliorato** le proprie condizioni contro il 16% del gruppo di controllo
- **Autostima**: il 54,8% delle persone che hanno fatto sport, alla fine del periodo di valutazione, si sono sentite "contente di sé", rispetto al 24% di coloro che non hanno partecipato alle attività. Il 52% è peggiorato sotto questo aspetto. Dato negativo che scende sotto il 10% tra coloro che hanno fatto sport.
- Per oltre la metà dei casi, sono migliorate anche le **relazioni familiari**.
- Un'attività fisica continuativa sembra essere anche una importante valvola di sfogo per le tensioni: il 43,6% dei pazienti ha fatto registrare una **diminuzione degli episodi violenti** (minacce, risse o danneggiamento di cose).

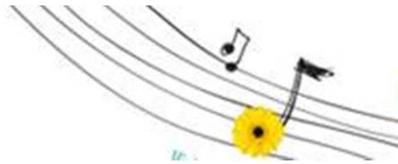


## La «forza» di Sportiva...mente:

- Modello testato scientificamente, funzionale e replicabile
- Valutazione dell'efficacia delle azioni (azioni, metodologie e contenuti)
- Progetto innovativo **a livello di sistema** poiché risponde ad un'esigenza di miglioramento della struttura organizzativa offrendo al contempo metodologie e strumenti capaci di potenziare l'impatto sui beneficiari delle azioni associative.

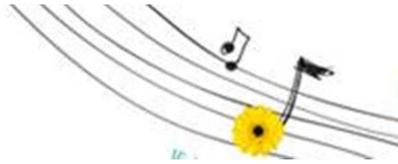
## La «debolezza» di Sportiva...mente:

- Difficoltà a mantenere un «presidio stabile»
- Difficoltà a mantenere relazioni continuative



## Raccomandazioni UE

- ✓ **Equità nella salute** - ridurre di almeno un quarto le disuguaglianze dello stato di salute esistenti, all'interno di ciascuna nazione europea, tra i vari gruppi socioeconomici.
- ✓ **La salute dei giovani** - creare le condizioni per una migliore salute dei giovani, quale premessa indispensabile per un inserimento attivo e proficuo nella società.
- ✓ **Stili di vita più sani: (entro il 2015)** - far adottare da tutti i gruppi della popolazione stili di vita più sani.
- ✓ **Mobilizzare i partner per la salute** ad avviare alleanze e collaborazioni a livello di individui, di organizzazioni pubbliche e private e di società civile per la messa in atto di strategie condivise per la "Salute per tutti"
- ✓ **Migliorare la salute mentale** - migliorare il benessere psicosociale di tutti e offrire una migliore assistenza sanitaria alle persone con problemi di salute mentale.



## **SPORTIVA...MENTE:**

lo sport per tutti per la qualità della vita delle persone nell'area del disagio mentale

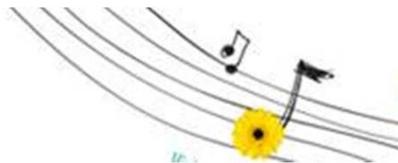
**Azione di sistema**

**Modello testato,  
validato e riproducibile**

**Azioni e risultati  
in linea con PNP  
e le  
Raccomandazioni  
UE**

**crea le condizioni per  
una migliore salute dei  
giovani, (inserimento  
attivo e proficuo nella  
società) e promuove il  
benessere**

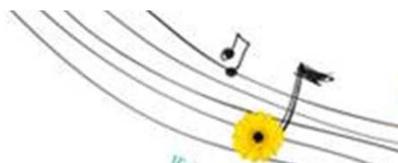
**Le azioni progettuali possono:**  
- ridurre le disuguaglianze in  
salute  
- produrre un impatto di salute



## Come possiamo «migliorare» ?

1. Creare reti territoriali sinergiche e competitive?
2. Creare relazioni stabili con le famiglie?
3. Ideare nuove azioni? Motivare meglio?
4. Formazione condivisa?
5. Buone pratiche che aiutino ad «abbattere» le diseguaglianze in salute?
6. Comunicare meglio le nostre azioni?



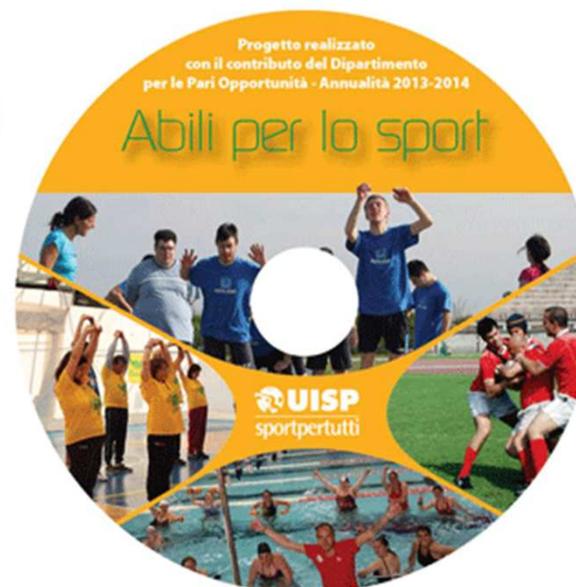


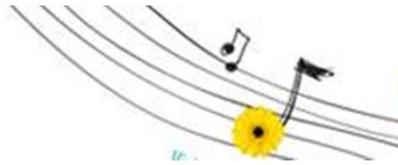
# SPORTIVA...MENTE:

lo sportpertutti per la qualità della vita delle persone nell'area del disagio mentale



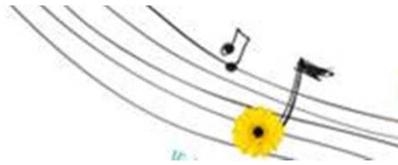
2011





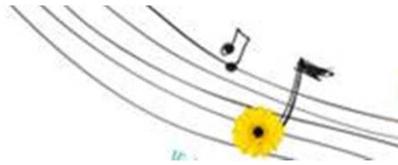
## Obiettivi:

- **Promozione e sviluppo di attività sportive per persone con disabilità intellettive e alle cronicizzazioni delle malattie psichiatriche;**
- **Valutazione dell'efficacia della pratica sportiva nei percorsi di inclusione e riabilitazione proposti, per garantire pari opportunità a tutti i cittadini di accesso a occasioni di benessere e di salute;**
- **Integrazione tra abili e disabili nelle attività sportive proposte**
- **Sperimentazione di attività sportive «nuove» . Rugby, danza, gruppi di cammino**



## Azioni:

- **Identificazione di un modello metodologico di intervento sportivo nell'area del disagio mentale testato e validato inizialmente in tre città**
- **Le linee guida emerse sono state implementate attraverso una sperimentazione in altre 5 realtà come gemmazione di buone pratiche per la riabilitazione psicosociale di pazienti psichiatrici.**
- **Per il monitoraggio e la valutazione dell'efficacia dell'intervento**



## Risultati quantitativi



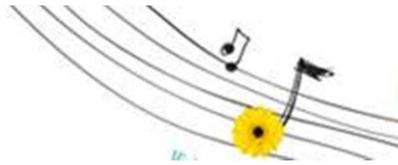
**8 città coinvolte**



**273 pazienti coinvolti + 120 abili**

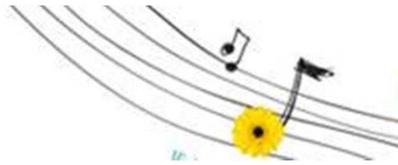
## La valutazione....

- **Sistema di analisi e monitoraggio dei percorsi di inclusione dei soggetti coinvolti attraverso una metodologia di ricerca e analisi di tipo quantitativo (questionari ex ante ed ex-post) volte a valutare l'impatto in termini di benefici apportati dal progetto ai destinatari.**



## ... ed i risultati d'impatto

- Le 'Competenze di vita' (appropriatezza comportamentale, verbale ed emotiva, igiene personale...) migliorano mediamente nel 33% circa dei soggetti (meno rispetto al 45% circa della prima fase) e peggiorano nel 5% (poco più rispetto al 3.5% della prima fase).
- Il peso corporeo migliora nel 28% dei casi peggiorando nel 7% circa.
- Diminuzione del numero di ricoveri (2 soggetti su 3 interessati), dei TSO (per l'unico soggetto interessato), di crisi (per un soggetto su tre), e dei problemi con le forze di sicurezza (nell'unico soggetto interessato).
- Il dosaggio della terapia farmacologica che viene ridotto per 7 dei 76 soggetti interessati e potenziato per 3

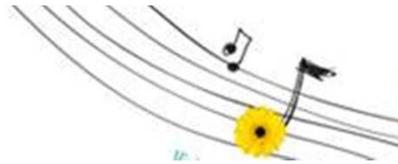


## La «forza» Abili per lo Sport:

- **Modello testato e valutato scientificamente, funzionale e replicabile**
- **Abili per lo Sport ha promosso delle competenze, anche tecniche, che possono essere messe a disposizione per la promozione del benessere di comunità (il tema centrale delle azioni del progetto).**
- **Sperimentazione di attività sportive aperte a tutti (rugby, danza, nuoto), non indirizzate e non medicalizzate: partecipazione di famiglie, ragazzi e operatori delle società sportive, bambini delle scuole (quindi si è trattato di una proposta rivolta a tutta la cittadinanza).**

## La «debolezza» di Abili per lo Sport :

- **Difficoltà a mantenere un «presidio stabile»**
- **Difficoltà a mantenere relazioni continuative**



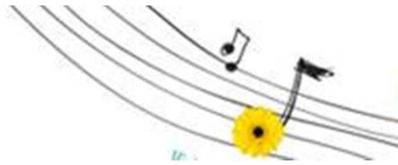
**Azione di sistema**

**Modello testato,  
validato e riproducibile**

**crea le condizioni per una  
migliore salute dei giovani,  
(inserimento attivo e proficuo  
nella società) e produce  
benessere**

**Azioni e risultati  
in linea con PNP  
e le  
Raccomandazioni  
UE**

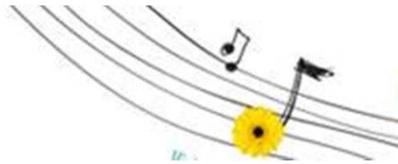
**Le azioni progettuali  
possono ridurre le  
diseguaglianze in salute**



## Come possiamo «migliorare» ?

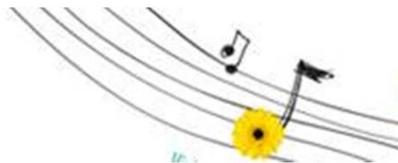
1. Creare reti territoriali sinergiche e competitive?
2. Creare relazioni stabili con le famiglie?
3. Motivare meglio?
4. Ideare nuove azioni?
5. Formazione condivisa?
6. Buone pratiche che aiutino ad «abbattere» le diseguaglianze in salute?
7. Comunicare meglio le nostre azioni?





**Come possiamo elaborare azioni strategiche, accattivanti e versatili sul tema degli stili di vita e della salute?**





➤ **Analizziamo i bisogni del territorio, non proponiamo azioni «spot»**

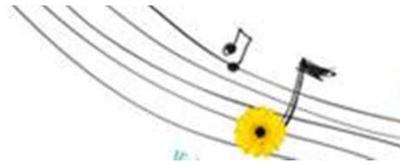


**Produciamo azioni di sistema**

➤ **Valorizziamo le esperienze presenti sul territorio o a livello nazionale**



**Valorizziamo la rete e le reti locali**



➤ **Valutiamo le nostre azioni e metodologie**



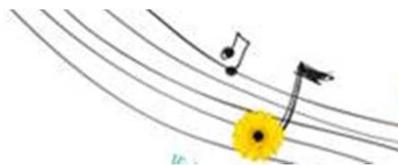
**Aiuta ad accreditarci – no autoreferenzialità**

**Aiuta a modificare e rettificare il nostro approccio in itinere**

➤ **Comunichiamo quello che facciamo ed i risultati che otteniamo**

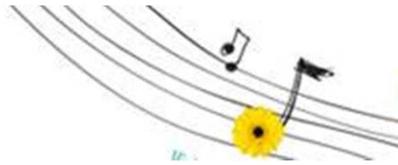


**Produciamo materiale di comunicazione con azioni e risultati**



**DiAMO uno sguardo ...**





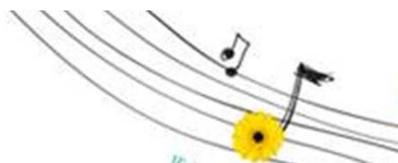
**Maratona di 6,6 chilometri unica nel suo genere: orario di partenza... 5.30 del mattino. Si corre in un giorno infrasettimanale.**

**Target:** giovani, adulti ed anziani:

**Parole chiave:** aggregazione, movimento e stile di vita sano



- Si corre nei luoghi culturali delle città, all'alba, quando la città dorme
- Raccoglie enorme consenso tra gli over 60 (giorno/orario)



# Laboratorio di buone pratiche

