

Azione GS5: Promozione dell'attività fisica negli anziani

Attività. Promozione di una serie di interventi rivolti a migliorare la qualità della vita delle persone anziane e, attraverso il movimento, un cambiamento del loro stile di vita. Tutto questo mediante la realizzazione di specifiche iniziative, a seconda delle caratteristiche e dei bisogni dei diversi territori: corsi di Ginnastica Dolce, corsi di Attività Fisica Adattata (AFA), Ginnastica a Domicilio (GAD), Gruppi di Cammino.

Gli operatori che attiveranno (laureati in scienze motorie) o integreranno (volontari delle associazioni coinvolte) gli interventi seguiranno un percorso formativo che unirà elementi metodologici generali ed elementi specifici sulle patologie croniche.

Target. Popolazione anziana dell'intero territorio provinciale

Setting. La comunità residente sul territorio provinciale.

Intersectorialità. UISP collaborerà con la Consulta per la Salute, con le associazioni in essa rappresentate e con la Fondazione Demarchi, in raccordo con l'Osservatorio per la Salute della PAT e con l'APSS. Stringerà inoltre collaborazioni con i Comuni al fine di ottenere le strutture per lo svolgimento delle attività e per promuovere gli interventi. Sul territorio collaborerà con tutti i soggetti (AUSER, Circoli Pensionati, associazioni ricreative, associazioni sportive) interessati al raggiungimento degli obiettivi di promozione dell'attività fisica nella popolazione anziana.

Impatto sulle disuguaglianze. L'intervento è realizzato in collaborazione con i servizi sociali dei comuni coinvolti al fine di individuare gli anziani a rischio di isolamento sociale a cui proporre in maniera mirata le attività. In questo modo la promozione dell'attività fisica è un mezzo per contrastare l'isolamento sociale e contrastare le disuguaglianze.

Indicatori sentinella

Promozione attività fisica nell'anziano	Fonte	2015	2016	2017	2018
Numero complessivo di interventi realizzati	Monitoraggio interno	2	almeno 8	almeno 14	almeno 20

Cronoprogramma

Promozione attività fisica nell'anziano						
Attività	Responsabili/Referenti	Altri attori	2015	2016	2017	2018
Definizione del percorso formativo per operatori	UISP	Consulta della Salute, Fondazione Demarchi-UTEDT, Centro Servizi Volontariato	x			
Creazione della rete tra i diversi partner/stakeholder	UISP	Consulta della Salute, UTEDT, Centro Servizi Volontariato, Fondazione Demarchi, Enti Locali, UTEDT, APSS, Osservatorio per la Salute	x	x	x	
Formazione degli operatori	UISP	Consulta della Salute, Fondazione Demarchi-UTEDT	x	x	x	x
Attivazione degli interventi sul territorio	UISP	Consulta della Salute, Fondazione Demarchi-UTEDT, Enti Locali	x	x	x	x

Analisi dei rischi. La non collaborazione delle amministrazioni comunali, a fronte della riduzione delle risorse degli enti locali e della scarsa consapevolezza dell'importanza dell'attività fisica per il benessere individuale e collettivo.