

RIPENSANDO L'ATTIVITA' FISICA ADATTATA

INFORMAZIONE DI BASE

L'Attività Fisica Adattata

L'attività fisica e la socialità sono sicuramente due chiavi dell'invecchiamento attivo.

L'Attività Fisica Adattata, nel seguito riferita come "AFA", le realizza entrambe.

L'AFA rientra nei programmi di promozione dell'attività fisica rivolta alla popolazione di ogni fascia d'età, che presenta uno o più fattori di rischio, patologie specifiche o condizioni generiche di fragilità, come gli anziani. Gli obiettivi specifici dell'AFA, praticata con costanza, si sostanziano principalmente nel ridurre le ri-ospedalizzazioni per le patologie croniche e le liste di attesa delle attività ambulatoriali di fisioterapia. L'Attività Fisica Adattata si rivolge agli adulti che presentano difficoltà di movimento o dolori oppure hanno subito un intervento chirurgico oppure sono affetti da una patologia cronica che comporta una disabilità fisica, anche temporanea. L'AFA è un percorso non sanitario che prevede una serie di programmi di attività motoria di gruppo, finalizzati a migliorare il benessere della persona ed a contrastare le difficoltà di movimento temporanee o conseguenti a malattie croniche.

Il programma AFA, in convenzione con ASL TO 4 dal 2010, viene realizzato attualmente in 17 comuni del territorio di competenza de Comitato UISP di Cirié Settimo Chivasso, con 39 corsi che ospitano oltre 500 utenti.

Il programma AFA rientra nel Piano Locale della Prevenzione di ASL TO4 e si inserisce nei due programmi:

PP2 – COMUNITA' ATTIVE. In particolare

PP02_OS01_IS01 Programmi di promozione dell'attività fisica nella popolazione di ogni fascia di età

PP02_OS01_IS02 Programmi di promozione dell'attività fisica nella popolazione di ogni fascia d'età, con presenza di uno o più fattori di rischio, patologie specifiche o condizioni di fragilità (anziani)

PL12 - LA PROMOZIONE DELLA SALUTE NELL'AMBITO DELLA CRONICITA'. In particolare

PL12_OT03_IT08 Accordi intersettoriali (b)/Presenza di Accordi con soggetti esterni al sistema sanitario che possono sostenere/contribuire alle azioni (es. ANCI, Associazioni di promozione sociale e/o Sportiva, ecc.)

Il progetto è in linea con il PIANO per l'INVECCHIAMENTO ATTIVO (P.I.A.) 2022 – 2025 della Regione Piemonte, in particolare con l'obiettivo 2 – *Sostenere e promuovere la salute attraverso l'adozione di stili di vita sani, stimolare l'attività fisica e contrastare la sedentarietà*

L'IDEA DI PROGETTO

Il progetto prevede di sviluppare gli interventi di Attività Fisica Adattata secondo due direttrici:

1. Rafforzare gli interventi nei comuni con alto Indice sintetico di disagio sociale e bisogno di salute (HAZ), quali ad esempio Settimo Torinese, con un indice di disagio sociale pari a -0,2
2. Attuare interventi in piccoli comuni che, pur non avendo un indice di disagio sociale basso, sono a rischio di isolamento e di esclusione dai servizi di promozione della salute attraverso l'attività motoria causa la difficile raggiungibilità, come ad esempio il comune di Usseglio.

Il progetto prevede l'avvio di corsi nei comuni con le caratteristiche di cui sopra a completa gratuità.

Per quanto riguarda gli interventi di cui al punto 1., dal momento che alcuni corsi AFA sono già attivi nei comuni in questione, di vasta estensione, si inseriranno in tali corsi nuovi utenti in condizione di disagio sociale/economico e si apriranno corsi in nuove sedi al fine di rendere più agevole la fruizione del servizio. I praticanti dei corsi gratuiti verranno selezionati su indicazione dei servizi sociali e/o prendendo in considerazione il loro reddito.

Riguardo gli interventi di cui al punto 2. tutti i richiedenti verranno ammessi, indipendentemente dalla loro condizione socio/economica.

PARTENARIATO

Il Comitato UISP Cirié Settimo Chivasso APS sarà il capofila del progetto.

I partner proposti sono:

- ASL TO4
- Comune di Settimo Torinese
- Comune di Usseglio

Per i partner il cofinanziamento previsto è in ore/uomo da impiegare in attività attivazione e di promozione del progetto, quindi senza impegno diretto di risorse economiche.

VALORE DEL PROGETTO

Il valore totale del progetto è di € 20.000,00, di cui € 4.000,00 di cofinanziamento. La richiesta di contributo sarà di € 16.000,00

TEMPISTICA

Durata di 12 mesi, con inizio a settembre 2024 e fine ad agosto 2025