

Il Progetto “Longevità attiva in ambito rurale”

Longevità attiva Marche: la multifunzionalità al servizio dei meno giovani

Progetto di sperimentazione in ambito rurale
di servizi per la longevità attiva

Agrimarcheuropa, Ancona, 10 dicembre 2014

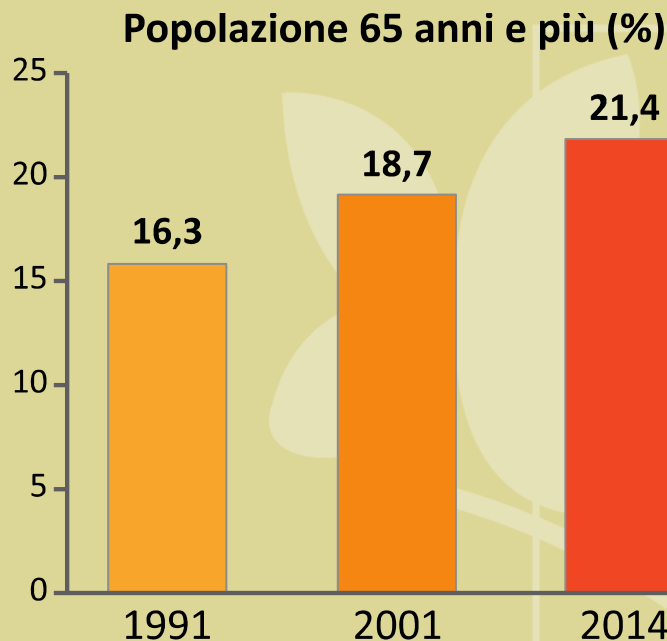
HEALTH
AND SCIENCE
ON AGING

CRISTINA GAGLIARDI

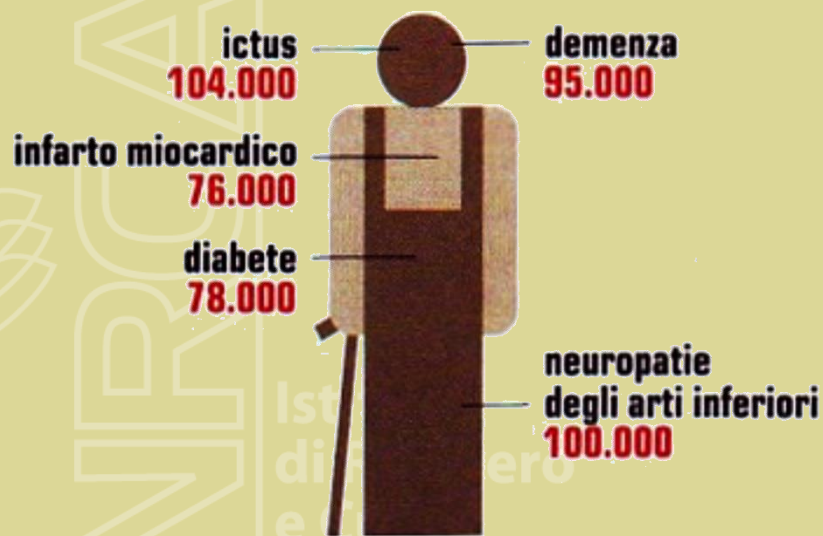
IRCCS-INRCA, Istituto Nazionale di Ricovero e Cura Anziani
c.gagliardi@inrca.it


longevitàattiva

● FRAMEWORK DEMOGRAFICO



LE MALATTIE CHE COLPISCONO OGNI ANNO GLI ANZIANI



L'invecchiamento della popolazione rappresenta uno dei fenomeni demografici più rilevanti nel nostro Paese. Nel 2014 gli ultra65enni in Italia risultano pari a 12,3 milioni e le proiezioni stimano che diventeranno 20 milioni nel 2065 ⁽¹⁾

Questo scenario pone questioni circa la qualità della vita dell'anziano con particolare attenzione alla fase della prevenzione della fragilità, per cui diventa sempre più urgente ideare soluzioni idonee a prevenire il decadimento funzionale e compensare le inevitabili vulnerabilità

● NUOVI MODELLI DI WELFARE

Una società che invecchia pone nuove sfide, la più urgente delle quali appare quella di individuare nuovi modelli di welfare e assistenziali che sappiano rispondere in modo flessibile e combinato alle esigenze di cura e inclusione degli anziani.



● II PROGETTO “LOGEVITÀ ATTIVA IN AMBITO RURALE”

**Longevità attiva
dell'invecchiamento**

VISIONE POSITIVA

La sfida è rendere l'anziano una persona attiva nella società: scoprire nuovi valori di vita, dare un senso al tempo, condividere esperienze con altre persone, imparare cose nuove, prendersi cura della salute

**Azienda agricola
multifunzionale**

**SERVIZI ed attività rivolti
a questo target di
popolazione**

- prevedere l'utente quale protagonista nell'ambito delle varie attività
- offrire una molteplicità di setting delle esperienze
- inserire aspetti terapeutici
- prevedere una diversificazione delle attività in relazione alle caratteristiche degli utenti
- porre attenzione alla dimensione relazionale tra utenti operatori e famiglie
- prevedere un approccio intergenerazionale



ATTIVITÀ IN AZIENDA E INNOVAZIONE SOCIALE: LE PROPOSTE

ORTICOLTURA E ATTIVITÀ AZIENDALI

Chicchi in festa

Socializzazione assistita in occasione della vendemmia e della raccolta delle olive

Autogestione orto

Sollevamento piani di appoggio, supervisione prodotti a beneficio dei partecipanti, consegna a domicilio dei prodotti dell'orto ad anziani disagiati, esecuzione di innesti, Allevamento bassa corte, attività di scuderia Allevamento del baco da seta, prendersi cura

BENESSERE PSICO-FISICO

Camminate attive

Camminare perfezionando il movimento naturale, respirazione, postura, percezione dei vari ambienti in cui si pratica

Il giardino dei sensi

Percorso di stimolazione sensoriale: **TATTO** diverse tipologie di cortecce, foglie e frutti, **SUONI** giardino acquatico, con effetti sonori, **COLORI** contrasti cromatici per ipovedenti, **FRAGRANZE** specie arbustive ed erbacee odorose

Nordik walking

Percorsi con istruttori certificati

Medicina cinese

Agopuntura, dietetica e fitoterapia, farmacologia cinese con rimedi naturali, ginnastiche mediche quali Qì Gōng Tai ji quan

Tango Argentino

Momento poetico di espressione interiore, sia nell'ascolto della musica, sia nell'ascolto dell'altro nel muoversi insieme, utilizzando le tecniche di ascolto del proprio corpo

Yoga

Effettuare attività motorie/spirituali per riappropriarsi delle proprie energie, sotto la regia di un esperto



ATTIVITÀ IN AZIENDA E INNOVAZIONE SOCIALE: LE PROPOSTE

OSTEOPATIA, NATUROPATIA, FISIOTERAPIA POSTURALE, NUTRIZIONE

Corretto stile di vita

Uso e abuso dei farmaci, i disturbi del sonno, il processo di invecchiamento, anziani e società

Alimentazione

Conoscenza dei principi dell'alimentazione preventiva e curativa: cosa mangiare o cosa non mangiare in caso di presenza di alcune patologie: obesità, diabete e malattie cardiovascolari, importanza dell'idratazione, ruolo dell'acqua e delle verdure per la stipsi, dieta mediterranea

LABORATORI

Cucina

Cucina tradizionale, confronto tra palati di generazioni differenti, cucina dolce, gare di cucina, condivisione durante momenti conviviali, consegna a domicilio ad anziani in difficoltà

Antiche tradizioni

Tosatura e filatura, antichi merletti, tessiture con le foglie di mais, saponi vegetali, cesteria, ceramiche e pittura

Internet e E-mail

Utilizzo dei principali social network per costruire rapporti sociali in grado di mantenersi anche dopo il termine del progetto. Utilizzo di internet per la navigazione nei più diffusi servizi forniti dai **siti istituzionali**: Agenzia delle Entrate, INPS, ecc. Per scaricare documenti e per ricercare le informazioni utili.

Acquisire le competenze informatiche per essere spese come "aiuto" in casa con i nipoti!

L'AVVIO DEI PROGETTI



IL MONITORAGGIO E LA VALUTAZIONE DEI PROGETTI

L'obiettivo principale è quello di ridurre la complessità di ciò che si deve analizzare che, nell'ambito dei progetti legati alle politiche sociali, e ancora più difficile, in quanto la loro complessità è legata alla complessità insita nei fatti sociali

Deve imporsi una necessaria capacità di selezionare unicamente gli aspetti rilevanti del progetto da valutare

La selettività di un impianto valutativo, rispetto a ciò che si ritiene osservare e confrontare, fa sempre riferimento ad un sistema di presupposti e di assunti che dovrebbe essere negli obiettivi dichiarati del progetto

● LA VALUTAZIONE DEI PROGETTI

I progetti sociali non possono avere rigore di un esperimento in laboratorio, ma sono guidati dalle necessità sul campo

Processo complesso che segue l'andamento di ciascun progetto nelle modalità peculiari calate in ciascun contesto aziendale

La valutazione viene ideata in stretta relazione al progetto, ma viene adeguata al reale sviluppo dell'intervento

Sfida: trovare il giusto mezzo tra praticità e validità dei risultati

LA SCELTA DEGLI STRUMENTI E DEGLI INDICATORI PER LA VALUTAZIONE

Analisi di presupposti e obiettivi del progetto

- creare iniziative di incontro e scambio tra le generazioni;
- promuovere percorsi di sostegno al benessere e sostenere l'adozione di stili di vita sani;
- attivare laboratori per la mente;
- costituire una rete amicale stabile per i partecipanti favorendo la socializzazione;
- realizzare interventi di animazione sociale in azienda per favorire anche la partecipazione alla vita di comunità

Selezione delle dimensioni rilevanti per la valutazione

- Tra gli effetti facilitanti il rapporto con le piante e gli animali, la permanenza all'interno di spazi naturali e poco codificati, la partecipazione alla vita di relazione in piccoli gruppi non formali sono riconosciuti alcuni elementi tra cui:
 - ampliamento della rete di relazioni
 - aumento dell'integrazione sociale
 - aumento del benessere fisico, mentale e sociale.
 - un miglioramento della qualità della vita
 - Elings e Hassink, 2008
 - Complesso di metodologie di ricerca e un protocollo di test comuni a tutti i progetti ma che saranno anche guidate anche dalle particolari necessità che emergeranno durante la durata delle attività organizzate nell'ambito dei progetti stessi.

CONCLUSIONI

Rispetto ad ognuna di queste dimensioni ci si attende che gli indicatori prescelti presentino valori di miglioramento al termine della sperimentazione. Ad ogni modo, per quanto riguarda i benefici attesi, bisogna precisare che l'impatto delle pratiche di longevità attiva in ambito rurale deve necessariamente declinato nel contesto particolare di ciascun progetto ed in relazione con le tipologie di servizi offerti e con gli utenti raggiunti dai servizi. In generale possiamo dire che la possibilità di rapportarsi con le piante e gli animali, la permanenza all'interno di spazi naturali, ed non ultima la partecipazione alla vita di relazione in piccoli gruppi non formali sono riconosciuti quali elementi capaci di ottenere miglioramenti nell'ambito delle condizioni generali di benessere, in particolare in relazione alla capacità di rapportarsi (specialmente nel caso della persona con limitazioni funzionali) con l'ambiente circostante, nel generale livello di integrazione sociale, nel miglioramento della percezione del proprio livello di benessere fisico, mentale e sociale.



Longevity attiva in ambito rurale

GRAZIE PER L'ATTENZIONE!



Istituto
di Ricovero
e Cura
a Carattere
Scientifico

HEALTH
AND SCIENCE
ON AGING
