

## Documento di validazione del progetto

da parte del Distretto sanitario che attesta la coerenza con le Aree di intervento previste nel Piano di Zona (PdZ) o del Piano Attuativo Territoriale (PAT) di riferimento.

Come previsto dai PdZ, l'Azienda Sanitaria e gli Enti gestori condividono progettualità e definiscono protocolli con i soggetti non istituzionali beneficiari di contributi economici pubblici favorendo la coerenza delle attività con i bisogni rilevati (bisogni territorialmente emergenti o socialmente rilevanti). L'obiettivo dei PdZ è, infatti, quello di rafforzare il coinvolgimento della comunità nella realizzazione di un sistema integrato di interventi volti ad una socialità di tipo solidale e universalistico/selettivo. Il progetto "SPORT e INTEGRAZIONE" nasce in quest'ottica, ovvero dall'esigenza di costruire una risposta adeguata al problema della sedentarietà esistente nelle Comunità Alloggio per persone adulte disabili e come contributo all'integrazione dei programmi di prevenzione e di promozione della Salute previsti dai PdZ e dai PAT. L'attività avrà inizio il 5.11.2020 e si chiuderà il 31.05.2021, per una durata complessiva di mesi 7.

Il progetto è rivolto a due gruppi di persone disabili residente presso la Comunità "La Fonte" di Prosecco: il primo gruppo ("Gruppo ND") è composto da 4 persone su sedia a rotelle, il secondo gruppo ("Gruppo D") è composto da 5 persone con disabilità lieve e con una buona autonomia dal punto di vista motorio. Il "Gruppo ND" è formato da persone con un'età media elevata (57 anni), con disabilità che comportano l'uso della carrozzina, motivo per cui viene reputato di necessità primaria l'inserimento in programmi integrati finalizzati alla pratica di attività di motorie, alla promozione della salute ed a tutte quelle attività associabili alla "cultura dell'invecchiare bene" presente nella macroazione n 7.1.1 della scheda 7 del PdZ ultimo.

Entrambi i gruppi inizieranno il loro programma di attività motorie previa valutazione individuale da parte dei fisioterapisti del Distretto di riferimento. La persona individuata per la conduzione dell'attività è un'operatrice del settore con competenze ed esperienze specifiche riguardanti i progetti di attività motorie rivolti a persone con disabilità e per la conduzione delle attività di gruppo in questione avrà il supporto costante di un operatore della Comunità "La Fonte" (un OSS). Le attività si svolgeranno sempre di giovedì (con inizio il primo giovedì di Novembre), dalle ore 9.30 alle ore 11.30. La prima ora verrà dedicata al gruppo composto da persone non deambulanti, mentre la seconda ora verrà dedicata all'altro gruppo ("Gruppo D"). I primi 3 incontri saranno dedicati alla valutazione dei partecipanti ed i programmi ipotizzati per ciascun gruppo potranno essere adeguati alle esigenze di ciascun partecipante, garantendo un buon grado di personalizzazione (il lavoro viene svolto con un rapporto operatore / ospite di 1:2, con momenti di affiancamento individuale). La prima parte del progetto si svolgerà presso i locali della Comunità "La Fonte", la seconda parte (ultimi 10 – 12 incontri) si svolgerà presso la palestra di Contovello. Il progetto consta di 28 sedute di attività motoria per ciascuno dei due gruppi. L'ultimo incontro è finalizzato alla raccolta ed analisi dei risultati raggiunti ed al raffronto con i risultati attesi.

Gli obiettivi del progetto sono i seguenti:

- 
- aumentare il benessere muscolare e cardiorespiratorio;
  - migliorare la salute ossea e funzionale;
  - ridurre il rischio di ipertensione, ictus, diabete, depressione ed altri rischi sanitari legati alla sedentarietà;
  - ridurre il rischio di cadute;
  - dare un contributo ai programmi di controllo del peso.

Per la Comunità “La Fonte” il progetto è da considerarsi un “progetto sperimentale” che avvia l'entrata della struttura nei percorsi di prevenzione delle malattie non trasmissibili attraverso l'attività fisica. Tali percorsi, con il monitoraggio dell'Azienda Sanitaria del territorio, potranno garantire un abbassamento del grado dei rischi sanitari legati alla sedentarietà per una “categoria di persone” particolarmente a rischio (persone adulte con disabilità).

Trieste, 29.09.2020

**Il coordinatore di struttura**

Giacomo Coppola



- 
- validazione dell'Azienda Sanitaria:



AZIENDA SANITARIA UNIVERSITARIA  
GIULIANO ISONTINA  
SERVIZIO RIABILITATIVO AZIENDALE

---

*Si rilascia su richiesta dell'interessato per gli usi consentiti dalla Legge*

---