

Bando
Oscar della Salute 2020
Premio Nazionale Rete Città Sane – OMS
www.retecittasane.it
MODULO PRESENTAZIONE PROGETTO

Titolo del progetto	Progetto integrato "Solitudini e No"
Ente proponente	COMUNE DI UDINE
Referente del progetto	nome Stefania cognome Pascut Indirizzo: Comune di Udine – Via Lionello n. 1 – 33100 Udine Telefono: 0432-1272384 e-mail: stefania.pascut@comune.udine.it
Città in cui ha avuto luogo il progetto	Udine
Popolazione del Comune	98.949 abitanti (al 31 dicembre 2019)
Durata del progetto:	Esprimere la durata in mesi: - Progetto "Solitudini e No": 24 mesi (luglio 2018-luglio 2020).
Descrizione di sintesi del progetto:	<p>(Massimo 30 righe) la descrizione deve comprendere anche la metodologia di progettazione</p> <p>"Solitudini e NO" è un progetto biennale che promuove il benessere sociale attraverso il benessere relazionale e una maggiore consapevolezza delle emozioni, portando al centro del dibattito pubblico il tema della solitudine. Ha una ricaduta a livello locale, nazionale e internazionale. Le persone hanno bisogno di relazioni significative per stare bene mentalmente e fisicamente. Il sentirsi soli o isolati è strettamente collegato al dolore sociale. Oggigiorno persone di ogni età e condizione soffrono di solitudine. Il progetto ha trattato diversi aspetti della solitudine e i modi possibili, per gli individui e la comunità, di affrontare questa condizione. È stato realizzato in collaborazione con ARTESS e IFOTES, organizzazioni non profit che si occupano di salute emozionale, ed è stato avviato nel 2018 con una serie di eventi ed iniziative pubbliche volte ad anticipare e preparare il terreno al congresso internazionale IFOTES "Uscire dalla Solitudine – Costruire Relazioni" tenutosi a Udine dal 3 al 7 luglio 2019 con circa 1000 partecipanti provenienti da tutto il mondo e 200 partecipanti locali. Nella settimana del congresso la città di Udine è diventata un laboratorio di connessioni sociali e creatività, un luogo da cui trarre ispirazione e rafforzare il proprio impegno nell'ambito</p>

	<p>della salute emozionale e del benessere sociale. Accanto al programma scientifico è stato sviluppato un programma di appuntamenti culturali, sempre sul tema della solitudine, aperti a congressisti e cittadini: tre concerti, due mostre, due presentazioni di libri nelle librerie della città e tre installazioni, nonché una serata al cinema.</p> <p><u>La metodologia</u> di progettazione ha previsto un approccio partecipato che ha coinvolto attivamente l'Università di Udine per la strutturazione del programma scientifico e gli enti e associazioni del territorio attivi sul tema della solitudine, quali le associazioni del Progetto NO Alla Solitudine, Progetto Camminamenti – Percorsi di stimolazione cognitiva per l'invecchiamento in salute.</p> <p>Il percorso formativo "Listening Skills - imparare ad ascoltare per comprendere gli altri e se stessi", basato sugli esiti del progetto europeo "EmPoWEring Educational Path for Emotional Wellbeing (2015-2017)", ha anticipato il congresso, coinvolgendo 18 studenti di età compresa tra i 16 e i 19 anni, del Liceo delle scienze umane Percoto (UD) in un percorso di 120 ore volto a rafforzarli e migliorare la loro percezione di auto-efficacia nella gestione delle competenze relazionali e comunicative. È stato condotto utilizzando metodologie attive nel coinvolgimento degli studenti in aula, integrate da metodologie interattive per il lavoro a distanza e in e-learning.</p>
<p>Obiettivi del progetto</p>	<p><i>(Massimo 30 righe)</i></p> <p>OBIETTIVI:</p> <p><u>Progetto integrato "Solitudini e NO" e Congresso "Uscire dalla solitudine-Costruire relazioni:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - promuovere il benessere sociale attraverso il benessere relazionale - portare il tema della solitudine al centro del dibattito pubblico <p><u>Percorso formativo "Listening Skills":</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - sviluppo di competenze relazionali e di ascolto, in particolare delle 6 macro-competenze individuate dal progetto europeo "Empowering" (Erasmus+) come fondamentali per lo sviluppo e il mantenimento di relazioni soddisfacenti; - far comprendere l'importanza del tema "solitudine e capacità relazionale" alle istituzioni e ai cittadini; - creare occasioni di formazione, apprendimento e riflessione; - creare modelli e strumenti di riferimento; - avviare il dibattito in Italia e collegarlo a ciò che accade nei paesi più avanzati; - collegarsi a grandi progetti europei con Udine come città-test (Healthy City).

<p>Dimensione tematica a cui il progetto fa riferimento</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. investire nelle persone e nelle comunità che compongono le nostre città: una città sana dà l'esempio enfatizzando un focus umano sullo sviluppo della società e dando priorità agli investimenti nelle persone per migliorare l'equità e l'inclusione, attraverso un rafforzamento dell'empowerment; 2. progettare luoghi urbani che migliorano la salute e il benessere: una città sana dà l'esempio costruendo ambienti sociali, fisici e culturali adeguati a creare un luogo che sia attivamente inclusivo e faciliti la ricerca della salute e del benessere per tutti; 3. maggiore partecipazione e partnership per la salute e il benessere: una città sana dà l'esempio garantendo la partecipazione di tutti gli individui e le comunità alle decisioni che li riguardano e ai luoghi in cui vivono, lavorano, amano e giocano. <p>INDICARE A QUALE AREA / AREE FA RIFERIMENTO: Area 1</p>
<p>Azioni realizzate</p>	<p>Sintetizzare le attività realizzate per conseguire gli obiettivi programmati descrivendole brevemente</p> <p><u>Percorso formativo "Listening Skills":</u> Il progetto prevede 40 ore di formazione in aula utilizzando una metodologia attiva ed esperienziale e coinvolgendo i ragazzi in pratiche attive, giochi di ruolo, esercitazioni mirate e successiva elaborazione dell'esperienza; 30 ore di autoapprendimento interattivo in modalità e-learning utilizzando una piattaforma online appositamente sviluppata dal progetto EmPoWering; successive 50 ore di approfondimento e pratica in percorsi personalizzati in piccolo gruppo con supervisione. Si è lavorato sullo sviluppo delle seguenti conoscenze e competenze: ascolto attivo, rispetto dei valori, empatia, mantenimento dell'equilibrio emotivo, gestione del dialogo anche su contenuti critici, attivazione delle risorse personali. Il progetto rientrava nel percorso di alternanza scuola-lavoro. Al termine del percorso è stata rilasciata ai ragazzi una certificazione Listening Skills che documenta la formazione ricevuta e le competenze apprese. L'efficacia della formazione era stata precedentemente valutata attraverso un'azione di assessment condotta dai ricercatori della facoltà di Scienze della Formazione dell'Università di Udine.</p> <p><u>Congresso "Uscire dalla solitudine-Costruire relazioni":</u> Il congresso ha trattato diversi aspetti della solitudine e i modi possibili, per gli individui e la comunità di affrontare questa condizione. Durante le giornate del congresso i relatori e le relatrici hanno trattato i seguenti aspetti:</p> <ul style="list-style-type: none"> - il bisogno umano di contatti social - esplorare i diversi aspetti della solitudine - esperienze e buone pratiche per trasformare la solitudine

	<ul style="list-style-type: none"> - percorsi per la gestione delle chiamate di solitudine alle helpline. <p>Il congresso è stato realizzato in 4 lingue e ha visto la partecipazione di 1200 persone provenienti da 20 diversi paesi. Il programma si è articolato in 5 giornate con il coinvolgimento di 60 relatori e 75 formatori da tutta Europa, da Università italiane e da istituzioni e associazioni del territorio regionale. Si sono tenute:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 9 sessioni plenarie • 21 sessioni parallele • 92 workshop
<p>Beneficiari finali del progetto e numero</p>	<p>Elencare la/le categorie di beneficiari finali dell’iniziativa, indicandone il numero (se disponibile, o una stima)</p> <p><u>Percorso formativo “Listening Skills”:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - n. 18 studenti di un istituto superiore di Udine <p><u>Congresso “Uscire dalla solitudine-Costruire relazioni”:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - n. 1200 adulti operatori volontari delle helpline e di altre organizzazioni di volontariato provenienti da 20 paesi, prevalentemente europei
<p>Risultati attesi</p>	<p>Specificare i risultati qualitativi e quantitativi che ci si prefigge di raggiungere con le azioni previste</p> <ul style="list-style-type: none"> - Mettere al centro del dibattito pubblico il tema della solitudine e della possibilità di apprendere gli strumenti per il mantenimento della salute sociale ed emozionale. - Attivare sinergie e coinvolgere le associazioni ed enti, locali, nazionali e internazionali, attivi in questo particolare ambito o sul particolare aspetto della solitudine e delle problematiche relazionali. - Promuovere la conoscenza a l’apprendimento delle competenze d’ascolto in particolare nella fascia di età 16-18.
<p>Risultati raggiunti</p>	<p>Descrivere brevemente quali sono i risultati qualitativi e quantitativi raggiunti grazie alle azioni attuate</p> <p><u>RISULTATI QUALITATIVI:</u></p> <p>Il <u>congresso “Uscire dalla solitudine - Costruire relazioni”</u> ha ricevuto l’alto patrocinio del Parlamento Europeo e la medaglia del Presidente della Repubblica Italiana come premio di rappresentanza.</p> <p>A conclusione del <u>percorso formativo “Listening Skills”</u> i ragazzi partecipanti hanno realizzato dei lavori grafici e video che sintetizzano l’esperienza e gli apprendimenti acquisiti (in allegato).</p>

	<p><u>RISULTATI QUANTITATIVI:</u></p> <p><u>Percorso formativo "Listening Skills" (a.s. 2019):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - n. 1 scuole superiori coinvolte - n. 18 studenti partecipanti per 120 ore che hanno ricevuto l'attestato Listening Skills - <p><u>Congresso internazionale IFOTES:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - n. 1200 partecipanti al congresso, - n. 60 relatori - n. 75 formatori - n. 4 lingue con servizio di interpretariato: inglese, tedesco, francese e italiano - n. 9 sessioni plenarie - n. 21 sessioni parallele - n. 92 workshop
<p>Apprendimenti nella realizzazione del progetto</p>	<p><u>Descrivere lo scarto progettuale tra i risultati attesi e i risultati ottenuti</u></p> <p>L'impegno - anche economico - profuso ha fatto sì che siano stati raggiunti tutti gli obiettivi.</p> <p>Dal punto di vista quantitativo il congresso ha fatto registrare un numero maggiore di partecipanti rispetto al previsto e un numero maggiore di eventi culturali collaterali.</p>
<p>Costo totale del progetto (euro)</p>	<p>IMPORTO:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Progetto "Listening Skills": € 6.600,00 - Congresso IFOTES: € 456.380,61
<p>Finanziamenti ottenuti</p>	<p><u>Specificare le fonti di copertura del progetto (risorse proprie, risorse esterne – specificarne la tipologia)</u></p> <p><u>Percorso formativo "Listening Skills": € 6.600,00</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - € 4.000,00 dal Comune di Udine, - € 2.600,00 Associazione ARTESS <p><u>Congresso internazionale IFOTES: € 456.380,61</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - € 15.000,00 - Comune di Udine (risorse proprie), - € 45.376,00 - Regione FVG (risorse esterne), - € 1229,51 - sponsor (risorse esterne) - € 500,00 - soggetti privati (risorse esterne) - € 271.280 - quote iscrizione (risorse esterne) - € 49.680,05 - fondi da congressisti (risorse esterne) - € 73.000,00 - fondi propri IFOTES (risorse esterne)
<p>Sostenibilità del progetto</p>	<p><u>Indicare se il progetto, una volta terminate le risorse iniziali, può auto-sostenersi o trovare altre fonti per continuare nel tempo</u></p> <p>Il Percorso formativo "Listening Skills", avendo avuto riscontri</p>

favorevoli sia dagli studenti che dagli insegnanti dell'Istituto, è stato riproposto nel successivo a.s. 2019-2020 con la medesima modalità, solo che, a causa della pandemia e del conseguente lockdown e chiusura delle scuole, è proseguito in modalità digitale con la didattica a distanza, raggiungendo comunque gli obiettivi.

In continuità con le azioni del Congresso IFOTES, e sempre nell'ambito della campagna biennale "Solitudini e No", nel corso della primavera 2020 è stato realizzato il **Progetto "Distanti 1 metro, vicini 1 secondo"**, ciclo di 6 video-conferenze sul tema della solitudine proposte in modalità online, con l'intervento di esperti e commenti degli stessi relatori:

- 20 aprile: "La solitudine negli anziani" (Marco Trabucchi) - link

<https://www.youtube.com/watch?v=T5jsx97kfk8>

- 22 aprile: "Identità, memoria e legami affettivi" (Michela Marzano) - link

<https://www.youtube.com/watch?v=vggGfTk2tFk>

- 29 aprile: "Hikikomori e isolamento sociale giovanile" (Marco Crepaldi) - link

<https://www.youtube.com/watch?v=renWGFuq3gk>

- 6 maggio: "Vita, relazioni e solitudini" (Pierluigi Di Piazza) - link <https://www.youtube.com/watch?v=J4hTSLP8Hao>

- 13 maggio: "Identità culturale, violenza e solitudine" (Franco Fabbro) - link

<https://www.youtube.com/watch?v=M7xSqxQ3aPw>

- 20 maggio: "Morte come abbandono e solitudine: Il valore del supporto sociale e della ricerca interiore" (Ines Testoni) - link

<https://www.youtube.com/watch?v=B3pSjtPhVX0&t=183s>

La collaborazione tra Comune di Udine, l'Associazione ARTESS e la rete IFOTES continua tuttora, e potrebbe prevedere la realizzazione di un prossimo congresso sulle tematiche della salute emozionale che stanno già emergendo (numerosi riscontri su problematiche relazionali e di stress) e che probabilmente emergeranno con più evidenza al termine della pandemia di Covid-19.

Strumenti di comunicazione utilizzati

Illustrare quali mezzi di comunicazione sono stati utilizzati per pubblicizzare l'iniziativa

Percorso formativo "Listening Skills":

- Invito alle scuole e presentazione del percorso formativo nelle assemblee di istituto
- brochure "Listening Skills"
- congresso presentazione risultati Listening Skills a.s. 2018-19 (14 febbraio 2019) e consegna attestati agli studenti

Congresso IFOTES:

- sito internet ufficiale: <https://udine-2019.ifotes.org/it>
- 9 comunicati stampa
- 207 articoli

	<ul style="list-style-type: none"> - 36 interventi a radio / TV
<p>Punti di forza del progetto</p>	<p>Punti di forza di "<u>Listening Skills</u>" sono stati:</p> <ul style="list-style-type: none"> - La proposta che deriva da un progetto internazionale impostato, testato e promosso da una rete internazionale di helpline. Lo stesso percorso formativo viene testato – oltre che a Udine – in altri paesi europei con studenti delle secondarie superiori, dell'Università e con giovani adulti - La possibilità di lavorare su tempi lunghi con i ragazzi e seguirli nell'apprendimento e nella pratica all'interno dei percorsi di alternanza <p>Punti di forza del <u>Congresso internazionale IFOTES</u> sono stati:</p> <ul style="list-style-type: none"> - La partecipazione di 1000 persone, operatori di helpline, provenienti da tutta Europa - La sinergia tra Comune di Udine e soggetti attivi a livello locale e internazionale, grazie alla focalizzazione puntuale e condivisa sui temi affrontati – solitudine e bisogno di relazione - connessi alla salute sociale ed emozionale - Il coinvolgimento di tutti i soggetti locali, dall'Università ad altre istituzioni e associazioni di rappresentanza che hanno messo a disposizione risorse e competenze - Inoltre, un valore aggiunto del progetto è stato il coinvolgimento di n. 50 volontari reclutati tramite una "call" aperta a studenti e cittadini, che hanno supportato IFOTES, ARTESS e il Comune di Udine negli aspetti logistici del congresso (accompagnamento persone, attività di accoglienza, logistica, assistenza nei luoghi congressuali e durante le attività culturali nei vari loghi della città.
<p>Problematicità sorte durante l'attuazione del progetto</p>	<p><u>Indicare eventuali difficoltà incontrate nell'attuazione del progetto</u></p> <p>Molte sono state le difficoltà di tipo logistico-organizzativo, considerate le dimensioni di Udine per un evento di 5 giorni che ha portato in città più di 1.000 persone, ma sono state tutte affrontate e superate, grazie alle sinergie espresse da tutti gli attori coinvolti.</p>
<p>Il progetto è stato oggetto di valutazione? Se sì di che tipo?</p>	<p>Il <u>Percorso formativo "Listening Skills"</u> non ha previsto una valutazione tramite questionari, ma è stata privilegiata l'auto ed etero-valutazione nell'interazione continua con i ragazzi e nell'attività di supervisione e di verifica della capacità di gestire le competenze acquisite.</p> <p>Per la realizzazione del <u>congresso internazionale IFOTES</u> sono stati istituiti un Comitato di Pilotaggio e un Comitato Scientifico, che hanno costantemente monitorato e valutato l'efficacia delle azioni per il conseguimento dei risultati. Le Federazioni</p>

	<p>Nazionali di Helplines provenienti da tutta Europa hanno dato riscontri positivi all'evento in termini di contenuti e di capacità organizzative, tanto da proporre Udine come città ospitante anche in occasione del prossimo congresso IFOTES.</p>
<p>Parole Chiave per descrivere il progetto (massimo 5)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Solitudine - Salute sociale ed emozionale - Relazione - Ascolto - Locale e internazionale
<p>Allegati (da inviare sempre in formato elettronico alla mail indicata)</p>	<p>Tutto ciò che aiuta la Commissione a valutare nel merito il progetto, soprattutto per i risultati raggiunti, ad es.:</p> <ul style="list-style-type: none"> - documento di progetto - budget revisionale e consuntivo - valutazione del progetto a cura dei progettisti - materiali promozionali <p><u>ALLEGATI:</u></p> <p>Progetto integrato "Solitudini e No"</p> <ul style="list-style-type: none"> - cartolina progetto <p>Percorso formativo "Listening Skills":</p> <ul style="list-style-type: none"> - pieghevole <p>Congresso IFOTES:</p> <ul style="list-style-type: none"> - programma congresso ITA - cartolina congresso - sito web https://udine-2019.ifotes.org <p>Progetto "Distanti 1 metro – Vicini 1 secondo"</p> <ul style="list-style-type: none"> - volantino - canale YouTube di ARTESS: https://www.youtube.com/hashtag/distanti1metrovicini1secondo

Modalità di partecipazione:

Ogni Comune partecipante potrà presentare **un solo progetto** per ognuna delle tre aree tematiche. Il "Modulo presentazione progetti" (scaricabile all'indirizzo www.retecittasane.it) opportunamente compilato, con gli eventuali allegati, dovrà pervenire entro le ore 12,00 dell'15 dicembre 2020 esclusivamente al seguente indirizzo e-mail: cittasane@comune.ancona.it. Per informazioni scrivere allo stesso indirizzo.