PANDORA
Associazione di Promozione Sociale

Codice Fiscale: 91063090558
Registro Regionale APS N° 6778
E-mail: pandoraterniaps@gmail.com
PEC: pandoraterniaps@pec.it
www.pandoraeurope.org

Arrone, 19/05/2020

Relazione Progetto "Vivere i Borghi della Valnerina"- Progetto QIP Arrone

Nell'ultima verifica del gennaio 2020 veniva acclarato che il progetto del Comune di Arrone VIVERE I BORGHI DELLA VALNERINA finanziato dal Comitato Sisma Centro Italia era stato in larghissima parte realizzato e che rimanevano da concludere: 1) Arrone: Borgo Cardio protetto 2) "Raccontami la tua storia".

Nel mese di marzo veniva comunicato al Comitato Sisma Centro Italia che queste due ultime iniziative in corso venivano sospese a causa delle restrizioni governative a seguito dell'emergenza Covid-19.

Tuttavia proprio il distanziamento sociale e il divieto di uscire di casa rendevano ancora più rilevanti ed urgenti le due iniziative in modo da poter anticipare e fronteggiare situazioni di forte disagio sociale, soprattutto da parte degli anziani e degli studenti chiusi in casa. Così si è provveduto a proseguire entrambe le iniziative, pur con modalità consentite dalla normativa legata all'emergenza.

Arrone: Borgo Cardio protetto.

Il progetto è stato ultimato trasformando il concorso in una opportunità di coinvolgimento per gli studenti umbri proprio sul tema dell'intervento in caso di arresto cardiaco improvviso. Sono state attivate tre distinte sezioni di partecipazione: disegno, video e componimento coinvolgendo gli studenti, dalla primaria fino alla maturità. La selezione deve necessariamente avvenire attraverso una votazione popolare on line e a tal fine si è dovuta attivare una specifica attrezzatura informatica con la realizzazione anche di un programma per la votazione on line. Questo metodo tuttavia ha assunto anche un valore sociale in quanto impegna gli studenti forzatamente segregati a casa ma nello stesso tempo, attraverso la votazione popolare sui social, consente il coinvolgimento di migliaia di persone sensibilizzandole così alla problematica dell'intervento tempestivo ed adeguato in caso di arresto cardiaco improvviso. Particolarmente significativo risulta anche la collaborazione non solo con la Farmacia di Arrone ma anche con il sistema delle farmacie comunali di Terni. Si conclude così questa linea del progetto che è

stata particolarmente apprezzata e coinvolgente per la popolazione sensibilizzata ed abilitata all'uso del defibrillatore semiautomatico e alla effettuazione del massaggio cardiovascolare. Le iniziative hanno coinvolto largamente la popolazione che ha mostrato un corposo interesse chiedendocon forza di proseguire in tale direzione. Arrone è diventato, con il progetto finanziato dal Comitato Sisma Centro Italia, il centro vitale dell'intero territorio provinciale per la sensibilizzazione, specificatamente rivolta ai giovani, rispetto alla tematica. Nell'attuazione di tale articolata ed ampia iniziativa sono stati coinvolti giovani ed associazioni locali, chiamate così ad un ruolo di vero protagonismo da una parte per la vitalizzazione del borgo e dall'altra per la realizzazione di una campagna che consente di poter salvare vite umane in caso di arresto cardiaco improvviso.

"Raccontami la tua storia"

Il progetto è proseguito on line assicurando il richiesto sostegno psicologico da parte degli anziani. Questa iniziativa, poi ripresa anche in altre parti del Paese, è stata particolarmente apprezzata e ritenuta innovativa anche dalla stampa. Sebbene nell'ultima fase con modalità non previste, questa attività ha consentito all'anziano di sentirsi a proprio agio, utile e riconosciuto come individuo "speciale" con potenzialità e risorse. Gli stessi hanno così fronteggiato una condizione di solitudine, di emarginazione e di esclusione all'interno della famiglia stessa. Questa attività all'interno del progetto ha registrato un interesse e una partecipazione inaspettata tanto da dover essere stata replicata. Gli anziani sono stati messi nella condizione di potersi sentire a proprio agio e raccontare il proprio vissuto, di esprimere pensieri ed emozioni in modo interattivo in un rapporto di fiducia tra anziani e operatori. Sono state utilizzate diverse attività artistiche, come pittura, musica e teatro, come strumenti che consentono all'individuo di intervenire in modo flessibile su se stesso. L'anziano ha avuto la possibilità di raccontare di se , della sua vita , dei mestieri del suo tempo e dei giochi che faceva da bambino . Per facilitare ciòe nello stesso tempo "entrare" proprio all'interno di un borgo recuperando quelle suggestioni a cui gli anziani del posto sono più legati, l'attività si è svolta nel paese. La modalità on line con cui si è assicurata l'assistenza psicologica ha rappresentato anche per gli anziani una straordinaria occasione per acquisire dimestichezza con le moderne tecnologie e per cimentarsi in esperienza del tutto nuove e coinvolgenti. Acquisizioni ed esperienze che rimarranno come acquisite contribuendo anche nel tempo a combattere l'isolamento a cui gli anziani sono purtroppo destinati.

In particolare il progetto Raccontami la tua storia è stato un percorso di arte terapia che ha avuto come obiettivo quello di facilitare la narrazione della propria storia di vita. Il percorso è iniziato con alcuni incontri di preparazione ed organizzazione svoltisi nel mese di Dicembre 2019 e le attività con i partecipanti si sono svolte in

presenza presso i locali dell'oratorio della parrocchia di Arrone da Gennaio a Febbraio 2020. Durante questi incontri, l'attività si è concentrata sul far riemergere le proprie conoscenze, lasciare una traccia di sé, sul prendere consapevolezza di essere attore principale della propria vita e sul far riaffiorare racconti e sogni nel cassetto, attraverso l'intervento integrato di diverse figure professionali quali: psicologi, arte terapeuti, artisti e musicisti. Il filo conduttore, che ha collegato il lavoro dei diversi professionisti coinvolti, è stato quello dell'autobiografia. Il narrare di sé e delle proprie esperienze ha fatto sì che l'individuo si sia potuto sentire protagonista attivo della propria vita e, di conseguenza, si è attenuato quel senso di esclusione e di emarginazione, di cui spesso soffre la popolazione anziana.
Per stimolare e facilitare la narrazione delle loro storie di vita sono stati utilizzati i diversi linguaggi dell'arte terapia, nello specifico: la fotografia, la musica, le parole e la narrazione.
E' stato, quindi, chiesto loro di selezionare e portare delle foto che ritraessero loro stessi: dall'età adulta fino all'infanzia. Successivamente, sono stati invitati a creare un album fotografico annotando vicino ad ogni immagine ricordi, pensieri, emozioni e sensazioni che la stessa gli suscitava. Ognuno di loro, poi, ha condiviso con il resto del gruppo il proprio lavoro. Ripercorrere le tappe più significative della propria vita è stato importante al fine di poter ridare senso e significato a ciò che si è vissuto, alle scelte fatte e ai percorsi intrapresi.
A causa dell'emergenza Coronavirus e dei conseguenti decreti, il progetto ha proseguito la sua attività a distanza, in maniera telematica, attraverso videochiamate di gruppo che si sono svolte nei mesi di Marzo e Aprile 2020, attivando un servizio di supporto psicologico aperto a tutti gli anziani residenti nel Comune di Arrone, che hanno vissuto una situazione di difficoltà emotiva legata ai cambiamenti della quotidianità a seguito del Covid-19. Un modo per condividere le proprie emozioni al fine di ridurre la sensazione di isolamento, traendo beneficio dal confronto.
Sono stati anche proposti incontri di movimento secondo il metodo Slow Gym ideato dal dottor Fabio Lattanzi, un sistema basato su movimenti lenti, dolci e circolari che ha come scopo quello di mobilizzare e idratare le articolazioni, migliorare la circolazione del sangue, tonificare la muscolatura e rilassare la mente.

Per concludere, con queste due ultime attività l'intero progetto VIVERE I BORGHI DELLA VALNERINA è stato portato a termine con ampia soddisfazione degli utenti e raggiungendo tutte le finalità poste a base del bando del Comitato Sisma Centro Italia. La presente deve considerarsi pertanto la relazione conclusiva richiesta ed integra le precedenti già prodotte ed approvate.

Nei prossimi giorni, non appena dopo il blocco del coronavirus, sarà ultimata la documentazione relativa alle spese sostenute nell'ultima fase e che trovano completa copertura nel badget residuo approvato (6.656,02 euro), esaurendolo.

Tale documentazione sarà prodotta in largo anticipo rispetto al programmato audit in loco dopo il 15 giugno.

In fede,

Dott.ssa Marisol Flores

Presidente