Collaborazione
Regione Marche/INRCA

# IL LABORATORIO DELLA LONGEVITA' ATTIVA IN AMBITO RURALE

*Workshop*

*Agricoltura sociale e bisogni emergenti*

Ancona, 21 giugno 2016

**Dr.ssa Cristina Gagliardi**
c.gagliardi@inrca.it

longevità attiva

marcio marcellini

# Il Progetto Longevità Attiva in Ambito Rurale

*Sperimentazione di servizi per la longevità attiva*

**Bando-concorso di Idee Regione Marche**

a risorse regionali e statali, finalizzato a far emergere, consolidare e facilitare lo sviluppo di iniziative capaci di promuovere la longevità attiva in ambito rurale, a sostegno dell'anzianità fragile, con particolare attenzione alla prevenzione dell'isolamento sociale e della non autosufficienza.

**Obiettivi**

- promuovere percorsi di sostegno al *benessere fisico* in ambiente naturale;
- sostenere l'adozione di *stili di vita sani* con una particolare attenzione all'educazione alimentare;
- attivare "*laboratori per la mente*" finalizzati al mantenimento delle capacità cognitive;
- costituire una *rete amicale stabile* tra i partecipanti, favorendo le occasioni di socializzazione;
- favorire lo *scambio attivo tra le generazioni*;
- realizzare interventi di animazione sociale come stimolo alla partecipazione alla *vita di comunità*.

# Le aziende interessate dal monitoraggio INRCA

| | | |
|---|---|---|
| 1 | Carmine | Ancona |
| 2 | La Fattoria del Borgo | Colbordolo (PU) |
| 3 | La Castelletta | Cupramarittima (AP) |
| 4 | Fontegranne | Belmonte Piceno (MC) |
| 5 | Puda Vida | Chiaravalle (AN) |
| 6 | La Quercia della Memoria | San Ginesio (MC) |

# Attività realizzate dalle aziende per tipologia

1. Orticoltura,
   Cura animali bassa corte
   Formazione su pratiche agronomiche
   Scambio di saperi tra generazioni es: raccolta olive
   Visite ad oliveto e frantoio, degustazione
   Riconoscimento piante officinali e aromatiche
   Raccolta frutta di stagione

2. Educazione alimentare con pranzo didattico
   Laboratorio di cucina dolce, centrifughe
   Educazione alimentare
   Scambio di saperi (fare la pasta a mano)
   Preparazione di pasti con prodotti provenienti dall'orto

3. Laboratori manuali ed esperienziali, es. cesteria, merletti
   Percorsi sensoriali es: laboratorio assaggio dell'olio
   Comicoterapia
   Musicoterapia
   Pet therapy
   Preparazione distillati

4. Discussione in gruppo
   Ricordo delle tradizioni agricole
   Ideazione di un documentario sulla vita agricola
   Diario di bordo

# Strumenti di ricerca utilizzati per il monitoraggio

**STRUMENTO DI INDAGINE QUALITATIVA: IL FOCUS GROUP**

Focus group in tre tempi ben definiti mirati a coprire la durata di ciascuna esperienza

**Discussione guidata su:**

- la motivazione che li ha spinti a partecipare
- le aspettative in merito all'esperienza
- il loro punto di vista in merito all'invecchiamento attivo
- la possibilità di apprendere cose nuove e trasferirle alle nuove generazioni
- il livello di soddisfazione per l'esperienza
- il livello di apprendimento raggiunto in merito a nuove conoscenze

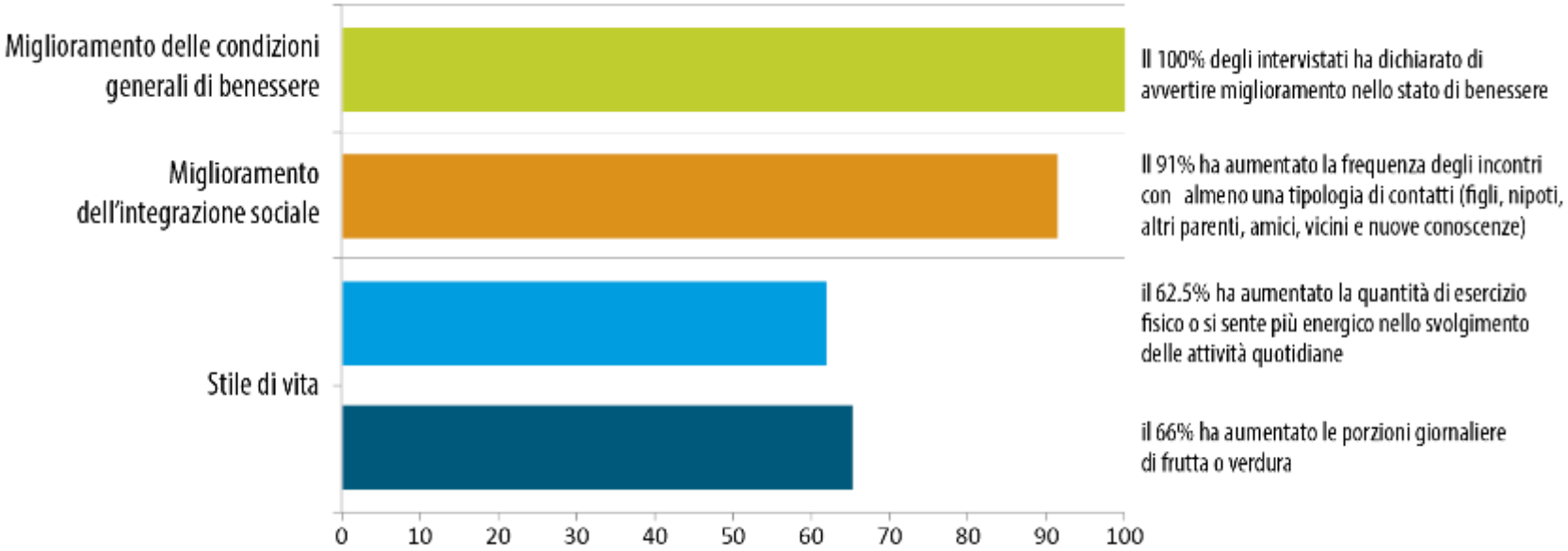
**STRUMENTI QUANTITATIVI**

- Condizioni di salute
- Capacità fisiche e mentali
- Senso di inclusione e partecipazione sociale
- Stile di vita

# Caratteristiche degli utenti

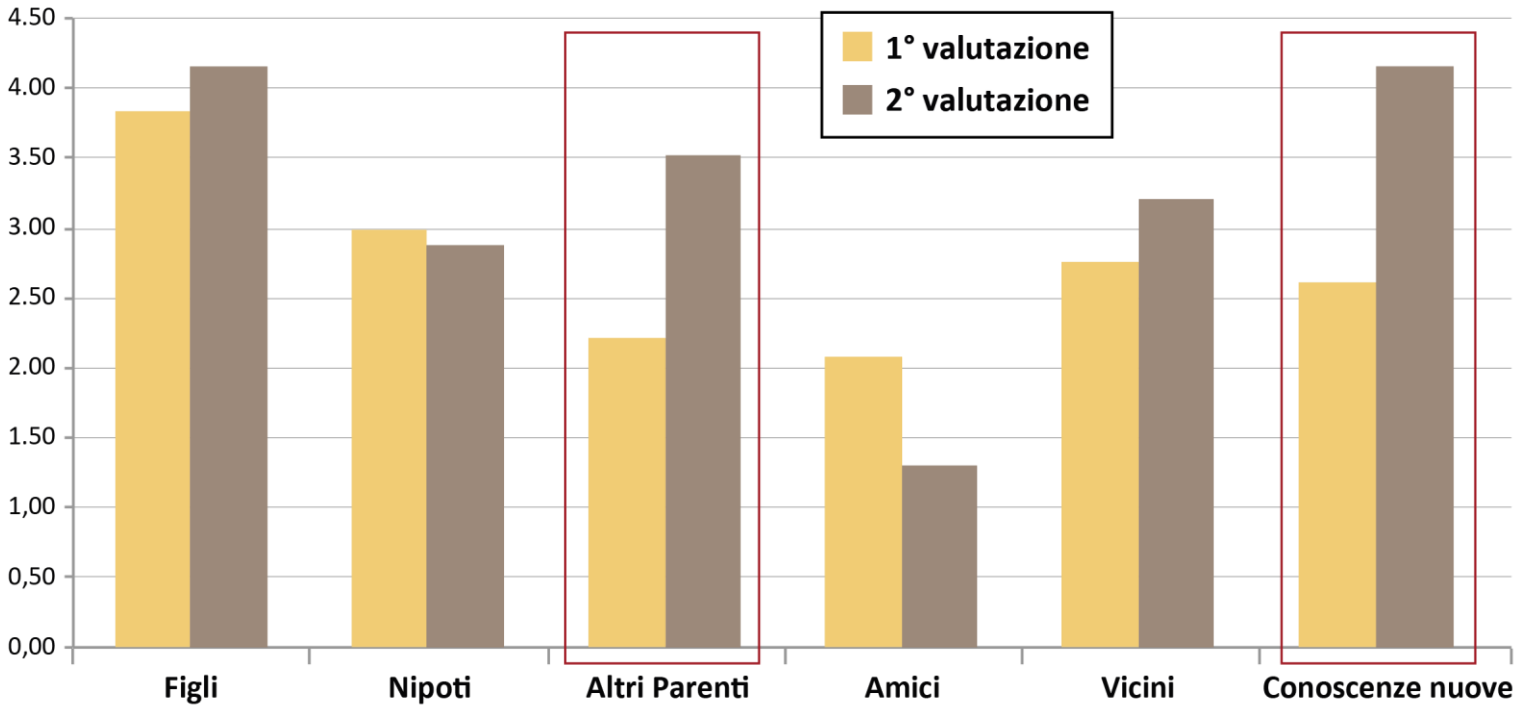
| Aziende | N. Partecipanti | Età Media | Sesso M | Sesso F | MMSE Range 0-10 | Grado d'istruzione (licenza) % Elementare | Media | Superiore | Laurea |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Carmine | 16 | 79,3 | 6 | 10 | 8,1 | 56,3 | 12,5 | 25 | 6,3 |
| La fattoria del Borgo | 25 | 68,8 | 9 | 16 | 9,6 | 24,0 | 32,0 | 36,0 | 8,0 |
| La Castelletta | 25 | 70,1 | 6 | 19 | 9,2 | 16,0 | 12,0 | 44,0 | 28,0 |
| Fontegranne | 14 | 79,6 | 7 | 7 | 9,2 | 71,4 | 0,0 | 21,4 | 7,1 |
| Puda Vida | 10 | 70,4 | 4 | 6 | 9,5 | 40,0 | 20,0 | 30,0 | 10,0 |
| La Quercia della memoria | 22 | 76,5 | 12 | 10 | 7,5 | 61,9 | 23,8 | 9,5 | 0,0 |
| | 112 | | 44 | 68 | | | | | |

# Risultati dei principali indicatori di riferimento



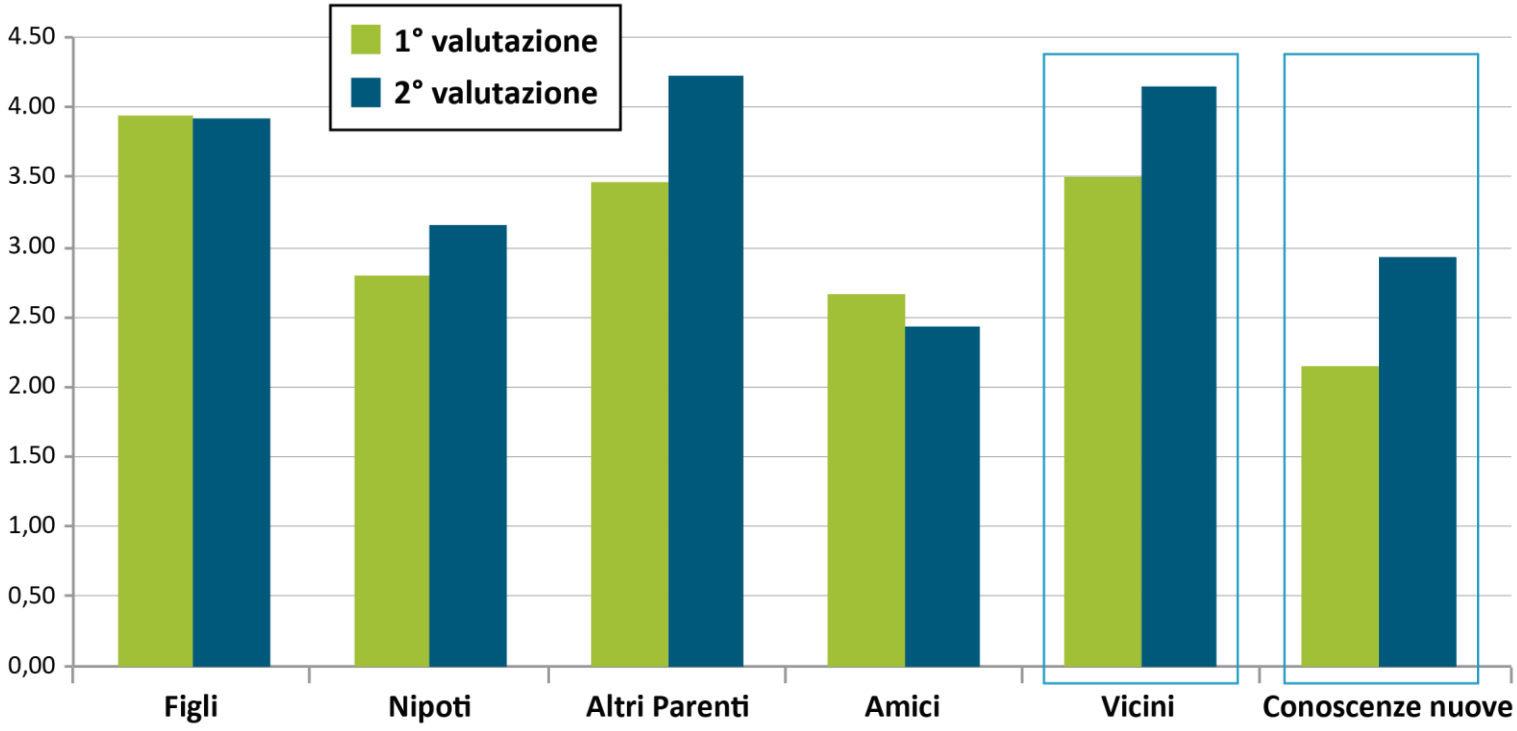

*Nota: Relativo ai partecipanti ad almeno due rilevazioni*

# Analisi del network sociale per gruppo MMSE ≤8



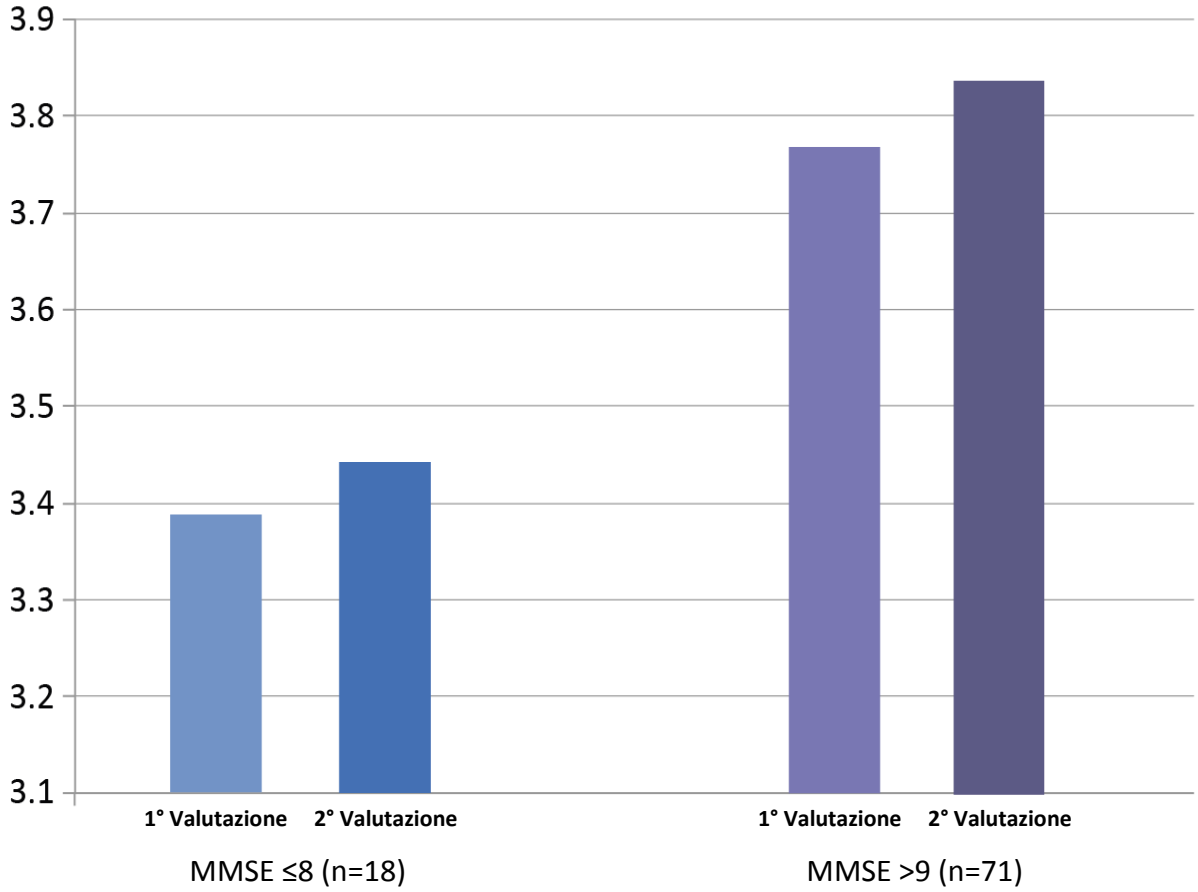

Nei riquadri l'aumento è statisticamente significativo (p<.05)

# Analisi del network sociale per gruppo MMSE >8




Nei riquadri l'aumento è statisticamente significativo ($p<.05$)

# Valutazione della qualità della vita



# MODELLO DEL LABORATORIO DI LONGEVITA' ATTIVA IN AMBITO RURALE DELLA REGIONE MARCHE

DGR 1130/2015. Approvazione "Modello del Laboratorio di Longevità Attiva in ambito rurale della Regione Marche".

# Attività e laboratori del format (1/2)

## Attività Obbligatorie

- ***Laboratorio di Orticoltura*** (orto sociale, coltivazione su piano rialzato, tecniche di potatura ed innesto, ecc
- ***Laboratorio di Orticoltura*** (orto sociale, coltivazione su piano rialzato, tecniche di potatura ed innesto, ecc;
- ***Laboratori per la mente e terapie occupazionali*** riferiti al mondo agricolo, alla natura o tradizioni rurali (possono comprendere attività espressive che utilizzano materiali come carta, creta, stoffa, la falegnameria, ecc);
- ***Laboratorio di educazione alimentare*** rivolto alla terza età con riferimento alle proprietà degli alimenti, ad una corretta alimentazione anche in relazione a specifiche esigenze nutrizionali
- ***Stimolazione dell'attività fisica*** nel contesto agricolo quali passeggiate, visite agli animali
- Attività di ***socializzazione*** e scambio ***intergenerazionale***

# Attività e laboratori del format (2/2)

## Attività Facoltative

- ***Cura degli animali*** da cortile
- ***Attività culturali e formative*** (ad esempio: conoscenze delle nuove tecnologie per agevolare attività della vita quotidiane e accedere a nuovi strumenti di comunicazione, fotografia naturalistica, teatro a tema agricolo, riconoscimento erbe spontanee, giardinaggio, eventi e tradizioni rurali)
- ***Servizi co-terapeutici*** : Ortoterapia, Pet therapy, ginnastica posturale etc

# Figura e ruolo del tutor del progetto

*L'impresa agricola deve individuare una figura di accompagnamento che avrà i seguenti compiti*:

- seguire con continuità i beneficiari lungo l'intero iter del progetto
- coadiuvare il titolare dell'azienda nella redazione di relazioni periodiche sull'andamento delle attività
- partecipare alle attività di monitoraggio obbligatorie

*Requisiti consigliati:*

1. figura professionale esperte nel lavoro di relazione (ad es: assistenti sociali, psicologi, educatori)

1. altra figura con precedenti esperienze di lavoro nel sociale o servizi alla persona (preferibilmente con anziani) maturate in contesti formali o informali documentabili

1. tale ruolo potrà essere svolto in prima persona dall'imprenditore agricolo (se in possesso dei requisiti consigliati)

# Cohousing e servizi di accoglienza e soggiorno in contesto rurale (1/2)

## Obiettivo

*Realizzare servizi di soggiorno adeguati ad un target di anziani autosufficienti o con lieve disabilità fisica, nell'ambito di un più generale progetto di longevità attiva in ambito rurale.*

## Modalità di accoglienza

- accoglienza residenziale a lungo termine
- accoglienza residenziale temporanea, la durata della permanenza è limitata nel tempo e finalizzata a rispondere ad un bisogno temporaneo, ad esempio nel caso di dimissioni ospedaliere o, per un periodo di riposo e sollievo per la famiglia che assiste direttamente la persona anziana

# Cohousing e servizi di accoglienza e soggiorno in contesto rurale (2/2)

- **mini appartamenti**: unità abitative monolocali indipendenti per anziani soli e in coppia, con angolo cucina e bagno, muniti di impianto di climatizzazione e disponibilità di posto macchina;

- **appartamento unico**: unità abitativa comune provvista di camere singole o doppie personalizzabili e almeno due servizi igienici fruibili per ogni 6 residenti.

*Spazi comuni per entrambe le tipologie: cucina, sala da pranzo e soggiorno finalizzate al massimo della relazionalità e all'incoraggiamento delle relazioni intergenerazionali, unitamente alla zona servizi con locale lavanderia e pulizie.*

# Giardino sensoriale
# un percorso sensoriale guidato

## Che cosa è

- **Percorso guidato** che si svolge in spazi verdi privi di ostacoli, all'interno dei quali le persone anziane fragili possono muoversi in sicurezza. Durante le camminate vengono stimolati i cinque sensi nel riconoscimento di piante ed odori di vario tipo.

- **Ambiente protesico** studiato appositamente per aiutare a compensare eventuali deficit psico-fisici, attraverso una mirata stimolazione delle abilità e competenze residue in un ambiente protetto e mediante spazi, arredi e ausili progettati per meglio adattarsi alle caratteristiche di ciascun ospite.

# Elementi di progettazione del giardino

- Progettato da un **team di esperti** nel rispetto delle norme urbanistiche in zone rurali;
- Attrezzato in senso protesico secondo i seguenti parametri:
  - *facilità di orientamento;*
  - *fruibilità (garantita da orti e aiuole rialzate);*
  - *sicurezza (opportunamente recintato, assenza di pericoli durante il percorso e nelle soste);*
  - *accessibilità (dal punto di vista fisico, visivo e sociale);*
  - *libertà di movimento (ampi spazi per facilitare gli spostamenti);*
  - *possibilità di riposo in luoghi separati da quelli scelti per la socializzazione;*
  - *stimolazione sensoriale e sperimentazione terapeutica*

# Requisiti Agricoli per la realizzazione del Format

*Caratteristiche facoltative:*

1. produzioni/trasformazione di vegetali quali oliveto, frutteto, cereali destinati alla panificazione e/o pastificazione, vigneto, florovivaismo, bosco;

1. allevamento di bassa corte e di bovini/ovini/equidi/suini con relative attività di trasformazione, apicoltura;

1. servizi di ospitalità agrituristica, attività di fattoria didattica, servizi educativi, attività ricreative, sportive e culturali;

1. sensibilità ambientale: adozione di tecniche di coltivazione biologica o a basso impatto, produzione di energia da fonti rinnovabili, utilizzo di tecniche di bioedilizia per l'adeguamento degli edifici e/o adozione di tecniche di ingegneria naturalistica per le sistemazioni esterne (scarpate ecc.) ciclo dei rifiuti (raccolta differenziata, compostaggio aziendale ecc., )

**Consistono in attività e attitudini dell'azienda che vengono considerate maggiormente qualificanti perché arricchiscono il progetto in termini di varietà di attività proposte e di salubrità dell'ambiente e di sensibilità verso tecniche di coltivazione responsabili.**

# Requisiti Agricoli per la realizzazione del Format

*Caratteristiche obbligatorie:*

1. multifunzionale e diversificata, pertanto non deve presentare caratteristiche monocolturali, di agricoltura industrializzata o specializzata, ma viceversa presentare la struttura tipica della casa agricola tradizionale con ad esempio l'attività di orticoltura, allevamento di animali, frutteto, e altro ancora;

2. possedere obbligatoriamente alcune caratteristiche aziendali:
   - orto aziendale, con la possibilità di coltivare piante aromatiche e officinali per la riproduzione di profumi e sapori
   - vendita diretta
   - mantenimento e il recupero del paesaggio agricolo (siepi, alberate, stagni, fossi, aree boschive)
   - l'attività dovrà essere in rapporto di connessione con l'attività agricola che si configura comunque come principale.

**Questa tipologia di azienda può offrire: l'accoglienza tipica della tradizione rurale, una molteplicità di stimoli capaci di coinvolgere gli anziani nelle varie attività, elementi qualificanti nel soddisfare le esigenze di benessere e di mantenimento della salute.**