

Scommettiamo che c'è un altro modo per... Guadagnare Salute?



L'esperienza dell'Ausl di Piacenza a Podenzano

La sfida di un laboratorio di partecipazione della comunità:
progettare e fare insieme ai cittadini

Obiettivi del progetto Guadagnare salute a Podenzano:

- fare in modo che la comunità nel suo insieme si interroghi, progetti e realizzi le condizioni più favorevoli per guadagnare salute
- decidere insieme ai cittadini di Podenzano cosa e come fare rispetto ai 4 fattori di rischio

Una SFIDA AMBIZIOSA, un modo nuovo di progettare fondato sulla PARTECIPAZIONE, che ha previsto la collaborazione paritaria fra tutti i soggetti coinvolti e la valorizzazione di tutti gli attori sociali.

Analisi del contesto locale

Podenzano scelto come territorio più adatto per:

- le caratteristiche demografiche (popolazione complessivamente più giovane rispetto alla media della Provincia)
- le caratteristiche territoriali (pianura e breve distanza tra le frazioni)
- le dimensioni (10 mila abitanti, non troppi né troppo pochi) più favorevoli ad una sperimentazione di partecipazione

Per analizzare il contesto locale, si è preso in esame il **Profilo di comunità** -che costituisce una lettura ragionata dei bisogni di salute e di benessere della popolazione locale-, **MONDOGIOVANI** -una ricerca su 1500 studenti della Provincia di Piacenza - e rilevazioni effettuate su scala provinciale e regionale con i sistemi di sorveglianza: **OKKIO** alla Salute, **PASSI** e **HBSC**.

Collaborazioni e Alleanze

L'alleanza fondamentale è con i cittadini attraverso tutto il percorso partecipativo. Ma sono necessarie anche alleanze "istituzionali" con il Comune, il Comprensorio Scolastico, le Associazioni del territorio.

Il modello teorico

La comunità: da **destinatario** diventa **partner** e **protagonista** nell'azione di promozione della salute.

Un passaggio né semplice, né facile, sia per la comunità, abituata alle ricette e alla delega nel campo della salute, sia per gli operatori, "esperti" delle questioni di salute.

Il percorso è un laboratorio

I diversi soggetti coinvolti giocano la loro parte, contribuendo alla costruzione del processo e alla determinazione della direzione da prendere. Azioni di ricerca, formazione, comunicazione e partecipazione si intrecciano e si sovrappongono, diventando ciascuna risorsa per le altre.

Una volta che sono chiari i criteri guida, i punti cardinali (*empowerment* della comunità, attenzione alle persone e cura delle relazioni, condivisione, ricerca del benessere individuale e collettivo, chiarezza dei ruoli e delle responsabilità), il percorso promuove la creatività che si esprime in diversi modi e dà corpo e vita ad azioni, eventi e a situazioni non immaginabili a priori.

Una grande opportunità

Il laboratorio di comunità così concepito rappresenta una grande opportunità di apprendimento dall'esperienza e di apprendimento cooperativo sia per i cittadini che per gli operatori.

... **Ma** comporta anche **notevole fatica** che è possibile sostenere solo con una **forte motivazione** intrinseca, che si genera e si alimenta nelle e delle **relazioni**, e che nessun incentivo economico può garantire.

Le tappe del processo di partecipazione

1ª tappa: gennaio/ aprile 2011

- Coinvolgimento dei livelli dirigenziali, di AUSL /Distretto e Comune, per creare consenso attorno al processo.
- **Formazione** "iniziale" all'Approccio di Comunità degli operatori Ausl.
La formazione "continua", accompagna tutte le tappe del percorso.
- **Contatti e interviste** per presentare progetto a 67 cittadini scelti tra coloro che, per ruolo, posizione, appartenenza o condizione potessero essere interessati a dare il loro contributo di idee ed esperienza.

2ª tappa: 14 maggio 2011

Primo incontro riunione con i cittadini contattati per illustrare il progetto e l'esito delle interviste
Nasce il **Comitato Promotore** che ha il compito di organizzare (dalla sede, alla brochure, alle locandine...) e promuovere il Laboratorio

3ª tappa: 17 e 18 giugno 2011

Il Laboratorio di comunità

Per far emergere dai cittadini indicazioni relative a possibili azioni da realizzare
Costituzione dei tre gruppi di progettazione su **ALIMENTAZIONE, MOVIMENTO e DIVERTIMENTO SANO**

4ª tappa: luglio/ottobre 2011

I tre gruppi di progettazione individuano le proposte di interventi da realizzare
Vengono selezionate nove azioni attraverso l'individuazione partecipata di criteri e "modalità di pesatura"

5ª tappa: 6 novembre 2011

La Fiera della attività

Le nove azioni scelte vengono presentate alla cittadinanza e si avvia la realizzazione

6ª tappa: dicembre 2011/aprile 2012

Realizzazione delle nove azioni
25 maggio 2012

Festa di Guadagnare Salute a Podenzano: una vera festa del paese con un "assaggio" di tutte le attività in corso

L' "Eredità" ai cittadini : maggio 2012

Il processo di affrancamento dal supporto degli operatori dell'Azienda Usl, passa attraverso la necessità di diventare "un'entità giuridicamente riconosciuta", per facilitare e mantenere la partecipazione, contrattare con il Comune, la Scuola e gli altri Enti e Associazioni, ottenere e impiegare risorse. Per questo i cittadini stanno cercando la modalità più opportuna .

La sfida del processo partecipativo

Il processo di partecipazione implica l'impiego di "esperti" della AUSL nel territorio, non per portare cura o sapere, ma per facilitare la ri-acquisizione del potere decisionale dei cittadini nel progettare e realizzare azioni relative alla salute/benessere della collettività.

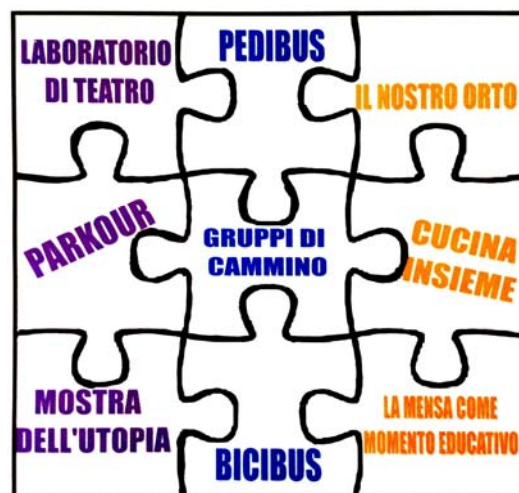
Quindi non un percorso preconfezionato, ma un processo, appunto , centrato sulla aggregazione e **responsabilizzazione dei cittadini finalizzata a creare ben-essere**, e non a reagire a situazioni di disagio, come accade di solito -anche nel territorio di Podenzano- per i Comitati "contro" (un particolare insediamento industriale, una discarica...).

Uno dei punti cardine, che abbiamo sostenuto e preservato, è stata **l'unitarietà** del Progetto, pur nella sua traduzione in attività specifiche.
Attraverso il percorso partecipativo si è realizzato un puzzle di attività con un "senso comune" : rendere più facili le scelte salutari a Podenzano.

Con gli incontri periodici del comitato di Coordinamento -composto da cittadini referenti per ciascuna attività e rappresentanti del gruppo di progetto della AUSL- , si è voluto rimarcare che l'obiettivo non erano le singole attività (che in prospettiva potrebbero essere modificate o sostituite da altre), ma la creazione di una situazione nel territorio del comune di Podenzano che, attraverso diverse declinazioni, rendesse **più facili comportamenti salutari** rispetto ai quattro temi di Guadagnare Salute.

La sfida è che -nel tempo- i singoli tasselli del puzzle possano cambiare il loro contenuto, assecondando i mutamenti e la fantasia dei cittadini della comunità, ma **non si perdano il significato unitario e la modalità partecipativa per raggiungerlo e mantenerlo.**

Il Puzzle delle azioni



Per una sana alimentazione:

Cucina insieme



Laboratorio indirizzato a bambini, ragazzi e adulti di Podenzano, con la collaborazione di uno chef della Scuola alberghiera Marcora Raineri di Piacenza.

Si cucina insieme attraverso la sperimentazione e realizzazione pratica di ricette e metodologie di lavoro, con ingredienti graditi e sgraditi, con verdura e frutta di stagione, in modo semplice, sano, rapido e rispettoso delle tradizioni e della stagionalità. Si prevede di raccogliere in un volume le ricette realizzate e di effettuare una registrazione su dvd dell'esperienza.



Mensa scolastica come momento educativo

In mensa, durante il pranzo, situazioni educative partecipate attraverso la presenza di animatori cuochi clown della cooperativa Casa Morgana. In aula giochi di assaggio, manipolazioni, incontri informativi e motivazionali, sperimentazioni e laboratori del gusto, con dietista dell'Ausl.

Un sapore mi fa ricordare..

Il sapore dolce mi ricorda la mia infanzia, mi bastava mangiare un cucchiaino di zucchero per farmi passare la tristezza.

il sapore amaro mi ricorda la tristezza, l'amaro in bocca lasciato dalle medicine, mi ricorda le delusioni, come una brutta verifica o una nota o una sgridata non meritata. le delusioni per un no dei miei genitori, per un regalo che non posso avere.."
(andrea)



In prima elementare...

Con Polpetta ho mangiato tutti i fagioli (Jacopo)

Quando c'era Marachella ho assaggiato i finocchi erano buoni (Gloria & Alice)
Prima a me non piacevano le carote, quando è arrivato Polpetta le ho assaggiate ed erano buone (Giulia)



Il nostro orto

Un orto come "terreno" di

aggregazione tra giovani, adulti e anziani.

Attraverso la coltivazione, si riscopre il piacere e la fatica di lavorare insieme la terra, per far incontrare i saperi di nonni e nipoti, genitori e figli e per stimolare e incuriosire i ragazzi alla conoscenza, al rispetto e al piacere di assaggiare i sapori di un cibo coltivato da loro. L'orto è anche un mezzo per approfondire la conoscenza della stagionalità, dei prodotti tipici della zona di appartenenza, delle tradizioni culinarie. I cittadini hanno deciso di mantenere l'orto come patrimonio comune, condividendo le scelte per la semina.



Per un divertimento "sano":

un'alternativa concreta e "accattivante" al ricorso all'alcool, al fumo e...altro



Proviamo il Parkour



Il Parkour è una disciplina metropolitana nata in Francia negli anni Ottanta che si è diffusa da poco in Italia, soprattutto grazie ai contatti sul web. I ragazzi lo descrivono così: *"Il Parkour non è uno sport, ma è una disciplina. Molta gente pensa che serva solo a saltare i tetti...non è affatto vero. Questo sport è stato inventato per abbattere le proprie paure e sfondare i propri limiti"* MattiaE.



"Quando si decide di iniziare a praticare questa disciplina è una continua sfida con il proprio corpo e la propria mente, perché se una persona dicesse a se stessa ^lo voglio fare anch'io^ ma saltasse un muro senza essere preparata, rischierebbe molto. Per questo si fanno esercizi, per potenziare il corpo, ma anche per rafforzare la propria personalità, la propria autostima e, quindi, per sconfiggere

le proprie paure. Bisogna essere consapevoli di quello che si fa e non farlo perché si vuole essere i primi, ma per captare le potenzialità del proprio corpo e spingerlo a fare sempre meglio, a superare ostacoli che prima non si riusciva ad oltrepassare; in poche parole, imparare a conoscere quello che il proprio corpo ti mette a disposizione." MattiaC.

L'attività di Podenzano è gestita dall'Associazione Parkour Piacenza (UISP) e coinvolge i ragazzi delle scuole secondarie di primo e secondo grado in allenamenti periodici che si svolgono all'aperto o in locali messi a disposizione dal Comune.



Laboratorio di teatro

Scoprire e conoscere le potenzialità del corpo come strumento di creazione e rappresentazione d'immagini. Il laboratorio teatrale vuole liberare la creatività dei partecipanti, che imparano a interpretare e comunicare i propri sentimenti, a giocare con la fantasia attraverso tre linee cardine: l'uso del corpo, l'uso della voce e la coscienza del sé.

Vengono utilizzate diverse tecniche teatrali, dal linguaggio non verbale al mimo. I corsi sono gestiti da Piacenza Kultur Dom (PKD), compagnia teatrale professionale, e sono due: uno per bambini dalla 3 alla 5 elementare e uno per adulti.



Mostra dell'utopia

Si è chiesto ai cittadini (adulti e, in particolare, bambini) di individuare luoghi del territorio comunale, trascurati o abbandonati, che vorrebbero vedere trasformati e riutilizzati. I partecipanti hanno scattato foto di angoli del territorio "Com'è" e attraverso rielaborazioni grafiche, disegni, brevi testi e poesie hanno rappresentato "Come vorrei che fosse": il cambiamento immaginato.

La mostra è allestita in modalità itinerante, con debutto durante la festa conclusiva del progetto (maggio 2012), durante la quale vengono premiati i partecipanti.



Per l'attività fisica non competitiva:

Bicibus e pedibus



Pedibus incentiva e favorisce il moto dei più piccoli, accompagnandoli a scuola in compagnia.

Fornisce a tutti (con l'aiuto di nonni, genitori o altri adulti della Comunità come accompagnatori) un buon esempio di attività fisica, di socializzazione e di esplorazione del paese. diminuendo traffico e inquinamento.

Le stesse logiche si applicano a **Bicibus**, che propone carovane di due ruote per raggiungere le aule.

I percorsi individuati a Podenzano sono sei: quattro per pedibus e due per bicibus. Anche nella frazione di San Polo sono attivi due itinerari di pedibus



Gruppi di cammino



Appuntamenti pomeridiani e serali, calendarizzati (4 a settimana:) rivolti a tutta la popolazione, per portare i cittadini a camminare insieme. Rappresentano un'occasione per svolgere attività fisica alla portata di tutti e offrono la possibilità di partecipare a momenti conviviali, rafforzando lo spirito di comunità.

Un istruttore di fit-walking accompagna il gruppo e suggerisce esercizi che migliorano la qualità dell'esperienza. La differenziazione dei percorsi consente la partecipazione anche agli anziani e ai meno allenati.

Chi sta partecipando a questa iniziativa ha dichiarato che "Podenzano sta scoprendo di essere **un paese**, in cui la gente si può incontrare".

I cittadini coinvolti nella progettazione hanno potuto dialogare con l'amministrazione comunale, che ha modificato la viabilità per rendere i percorsi di gruppi di cammino, bicibus e pedibus più sicuri e confortevoli.



Punti di forza del percorso di partecipazione

- E' un percorso di apprendimento sia per i cittadini che per gli operatori.
 - Per i cittadini : riscoperta del fatto di "contare", di decidere, di organizzare.
 - Per gli operatori: ribaltamento del ruolo. Da esperti che assumono decisioni a partecipanti del processo decisionale a volte insieme ai cittadini, a volte dei soli cittadini.
 - Per entrambi: fatica ed entusiasmo, ascolto, accettazione dell'opinione degli altri e di valorizzazione di priorità differenti dalle proprie aspettative; tempo, impegno.
- Ha un effetto "contagio": anche altri Comuni si sono attivati per realizzare lo stesso percorso o almeno una parte del percorso, anche nei loro territori.
- Assunzione di responsabilità sociale. La partecipazione aiuta a sviluppare e a far crescere la responsabilità sociale, alimentando la **coesione sociale** che sappiamo essere un determinante della salute.

Punti critici del percorso di partecipazione

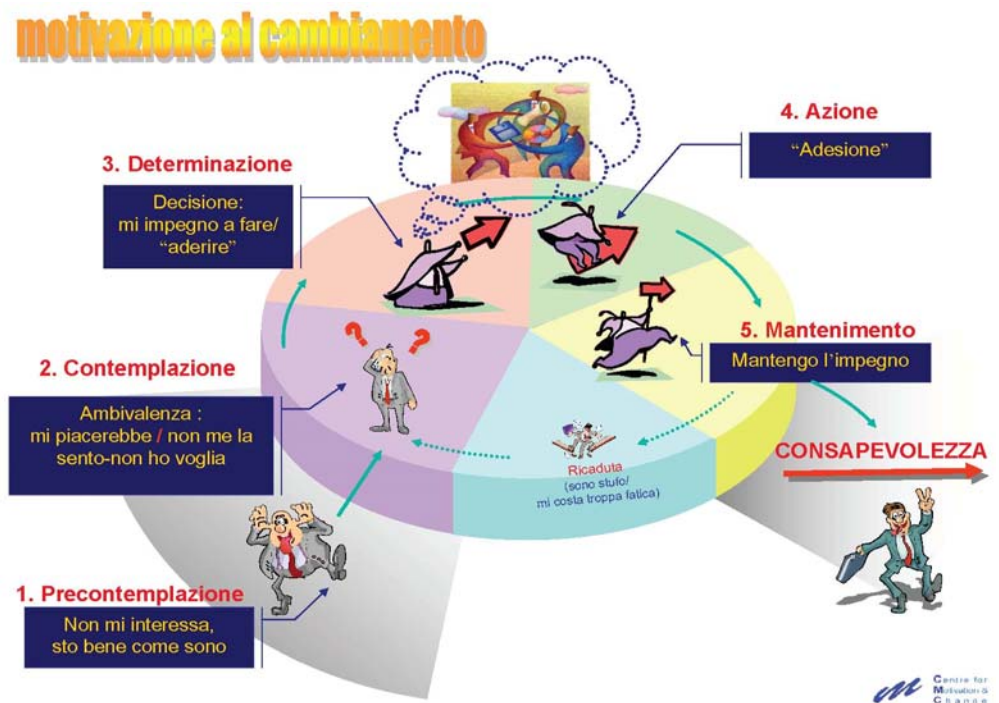
- Partecipazione "attiva" e partecipazione "passiva". Le persone che hanno svolto un ruolo attivo in tutte le tappe del percorso, sono le stesse che già avevano un ruolo "attivo" nelle associazioni del territorio. Gli altri cittadini sono più restii ad assumersi responsabilità dirette; probabilmente ormai abituati alla delega, tendono ad "aderire" a un'iniziativa, più che a "costruirla".
- Assunzione di responsabilità individuale. La difficoltà del singolo cittadino di assumere un impegno specifico nella realizzazione delle iniziative.
- Difficoltà burocratiche / organizzative: la necessità di diventare una "entità giuridicamente riconosciuta" per poter svolgere qualsiasi attività e, quindi, dare continuità al percorso anche quando il progetto CCM è concluso.

Partecipazione e consapevolezza

La consapevolezza non è semplice conoscenza (livello cognitivo); ha a che fare con la capacità di "rendersi conto", di interiorizzare concetti o convinzioni in modo tale che questi possano avere la capacità di farci cambiare un comportamento. Il cambiamento di abitudini di vita è un processo soggettivo - come ci insegna l'approccio motivazionale - che passa attraverso diverse fasi. Nelle attività che i cittadini di Podenzano stanno svolgendo, non si può dire che ci sia già per tutti la consapevolezza di realizzare un cambiamento

di stile di vita, ma più semplicemente di partecipare a una attività piacevole.

La consapevolezza è una conquista successiva, quando il piacere dei nuovi comportamenti si consolida in un'abitudine "scelta" e mantenuta, e si coniuga con la convinzione che è "la scelta migliore".



La valutazione

La valutazione di Guadagnare Salute a Podenzano ha avuto e ha l'obiettivo di accompagnare il progetto in tutte le sue fasi, monitorandone l'andamento, rilevandone il funzionamento e restituendo a decisori ed operatori informazioni di *learning* e di *empowerment*, utili cioè sia per una migliore conoscenza, sia per una eventuale correzione o ri-programmazione di alcune attività e quindi per migliorarne l'efficacia.

Nella **prima fase aprile/luglio 2011**, la valutazione ha restituito informazioni su **Guadagnare Salute nel suo complesso**:

- obiettivi del progetto (condivisione tra gli 'attori')
- risultati attesi
- dimensioni e aspetti di efficacia
- significato e livello della partecipazione
- significato di *empowerment* di comunità.

Nella **seconda fase, agosto 2011-aprile 2012**, la valutazione ha spostato l'attenzione prima sui **gruppi**, poi sul **loro lavoro** e quindi sulle **azioni** (progettate e attuate).

È prevista una prima valutazione di esito del progetto tra un anno, a maggio 2013

Una valutazione in itinere

Si è pertanto cercato di monitorare in corso d'opera l'efficacia e il funzionamento del progetto, attraverso strumenti (schede di monitoraggio dei gruppi e delle azioni sul territorio, dati sulle presenze, questionari e focus ai componenti dei gruppi) che sono stati costruiti in maniera partecipata secondo una metodologia ben precisa e pianificata.

Empowerment o... advocacy?

Il progetto sembra aver agito non tanto sull'empowerment, quanto principalmente sull'advocacy, ovvero sulla capacità di farsi promotori. Infatti nella prima fase il processo ha coinvolto persone che già avevano conoscenze e comportamenti adeguati, ma che erano disponibili a impegnarsi per coinvolgere altri cittadini.

Comunicazione e informazione

In una prima fase, la comunicazione è stata gestita soprattutto dagli operatori Ausl, con il supporto dei primi cittadini coinvolti, attraverso contatti personali (telefonate, mail e sms).

Contestualmente all'organizzazione del Laboratorio di comunità i membri del Comitato promotore hanno cominciato ad avvertire la necessità di informare gli altri abitanti del paese per favorire la partecipazione.

L'informazione ufficiale (a cura dell'Ufficio stampa dell'Azienda UsI) ha quindi previsto comunicati stampa, pagine speciali sul quotidiano locale "La Libertà", partecipazione a trasmissioni televisive su canali locali, stampa di brochures, locandine, segnalibri...

Prodotti multimediali: videoclip.

In rete: sito Ausl, sito Saluter (Regione Emilia Romagna), sito Comune Podenzano.

Social network: Facebook ("Guadagnare Salute a Podenzano")

Newsletter del Comune di Podenzano.

Si è tuttavia rilevato che tutte queste modalità di comunicazione/informazione sono efficaci solo se supportate da un capillare "*dassa-parola*" dei cittadini.

Responsabili del progetto Azienda UsI di Piacenza

Elisabetta Borciani Epidemiologia e Comunicazione del rischio – Dipartimento di Sanità Pubblica

(e.borciani@ausl.pc.it)

Manuela Buono Qualità, Formazione e Accreditamento – Dipartimento Cure Primarie

(m.buono@ausl.pc.it)

Gli operatori Ausl coinvolti nel progetto:

Susanna Breveglieri Assistente sanitaria Area Pediatria di Comunità – Ass. Primaria -

Dipartimento Cure Primarie

Elena Cammi Assistente sanitaria Epidemiologia e Comunicazione del rischio -

Dipartimento di Sanità Pubblica

Giorgio Chiaranda Medico Medicina dello sport

Dipartimento Cure Primarie

Patrizia Cuminetti Assistente sanitaria Area Pediatria di Comunità – Ass. Primaria

Dipartimento Cure Primarie

Giuseppe Melandri Medico Igiene alimenti e nutrizione

Dipartimento di Sanità Pubblica

Anna Lorena Mori Assistente sanitaria Epidemiologia e Comunicazione del rischio

Dipartimento di Sanità Pubblica

Raffaella Pellizzari Assistente sanitaria Area Pediatria di Comunità – Ass. Primaria

Dipartimento Cure Primarie

Cristina Sartori Assistente sanitaria Epidemiologia e Comunicazione del rischio

Dipartimento di Sanità Pubblica

Emanuele Soressi Educatore Counselor promozione salute

Supporto metodologico: Elvio Raffaello Martini – Psicologo di comunità

(Martini e Associati)

Supporto comunicazione: Silvia Barbieri – giornalista

Ufficio stampa Ausl Piacenza

Supporto valutazione: Filippo Ciucci – Esperto di ricerca sociale e valutazione di politiche pubbliche e interventi sociali