



Comune di Riccione  
DOCUMENTO PROGETTUALE

**Istruttoria pubblica per l'attivazione di un partenariato con Enti del Terzo Settore, ai sensi dell'art.55 comma 3 del D.Lgs n. 117/2017 e ss.mm.ii., ai fini della co-progettazione di azioni rivolte alla realizzazione di "Attività Motoria per Anziani".  
CUP E89I23000930004**

### Premesse

L'attuazione di azioni finalizzate alla realizzazione di "Attività Motoria per Anziani" è un'iniziativa che coinvolge il Comune di Riccione da diverso tempo e permette la realizzazione di corsi di aggregazione e formazione sportiva rivolti agli anziani residenti.

L'Amministrazione, da sempre sensibile al mantenimento dell'integrità fisica della persona, intende favorire la vita di relazione fra gli anziani che vivono anche problematiche di solitudine e di disagio.

Le restrizioni imposte dall'emergenza sanitaria hanno limitato molto l'attività motoria degli anziani e occorre contrastare l'eccessiva sedentarietà nelle fasce di popolazione che ora più che mai hanno bisogno di maggiori attenzioni e cure, in modo da prevenire qualsiasi tipologia di rischio.

L'Istituto Superiore di Sanità ha dedicato una sezione del suo sito istituzionale dedicata agli stili di vita e all'attività motoria per le persone over 65 in cui si evidenziano maggiormente i rischi della sedentarietà. Oltre a mangiare in modo sano ed equilibrato, occorre curare il proprio benessere fisico e mentale, e soprattutto mantenersi attivi.

Le attività motorie facilitano l'incontro e le relazioni, stimolano la creatività, aiutano a mantenere la mente attiva e migliorano il benessere psicologico.

### Finalità e obiettivi

L'importanza di incentivare la pratica di attività motoria in tutte le fasce della popolazione è ampiamente documentata e sostenuta dal mondo scientifico. La sedentarietà rappresenta per importanza il quarto fattore di rischio per le malattie di tipo cardiovascolare e per l'obesità e tali malattie rappresentano circa il 45% di tutte le cause di decesso. L'attività motoria ha come obiettivi la tutela della salute psico-fisica delle persone over 65, la prevenzione dei disagi di natura motoria legate all'età, la tonificazione muscolare, un benessere complessivo che passa anche dalle occasioni di socializzazione e relazione connesse alle attività stesse.

Per sostenere tali attività, l'Amministrazione intende mettere a disposizione alcune Palestre Comunali e Scolastiche individuando – secondo un calendario prestabilito - giorni ed orari in base alle effettive disponibilità degli spazi e in ragione della pluralità delle attività cui potrebbero essere assegnati i medesimi luoghi.

### Oggetto della co-progettazione

L'ambito della co-progettazione riguarda la gestione e la programmazione dei corsi tenuti da istruttori esperti in attività motoria per anziani, che perseguono le finalità sopra esposte e che siano commisurate alle possibilità e alle capacità del singolo individuo, in relazione ai limiti imposti dall'età e dall'eventuale presenza di patologie.



Per attività motorie si intendono, a titolo esemplificativo ma non esaustivo: attività ginniche in genere, attività posturali, pilates, antalgica, ginnastica “dolce” in generale, discipline all’aperto, “percorsi Vita” svolti in gruppo, ecc.

Le proposte devono essere adeguate alle possibilità dei singoli partecipanti ma, al tempo stesso, abbastanza impegnative da risultare sufficientemente stimolanti, tanto da garantire sia la motivazione che la possibilità dell’anziano di sperimentarsi con successo.

Gli istruttori dovranno essere in possesso di diploma ISEF o della laurea in scienze motorie (o di titolo assimilabile/equivalente). Detto personale dovrà avere con l’ETS partner un rapporto di lavoro/collaborazione conforme alle normative vigenti oltre alle regolari coperture assicurative.

#### Programmazione delle attività

A titolo esemplificativo si rappresenta, nella tabella sottostante, la programmazione degli anni precedenti. Indicativamente l’attività dovrà essere svolta per tre giorni alla settimana, sia in orario mattutino che pomeridiano, con la suddivisione in due turni successivi della durata ciascuno di 1 ora. Ad ogni turno parteciperanno indicativamente 30/35 persone.

giorni	Palestra MARTINELLI	Palestra FONTANELLE	Palestra PLAYHALL	Palestra ALGHERO	Palestra SAN LORENZO
LUNEDI’	9.00 – 11.00	9.00 – 11.00	9.00 – 11.00	14.30 – 16.30	14.30 – 16.30
MERCOLEDI’	9.00 – 11.00	9.00 – 11.00	9.00 – 11.00	14.30 – 16.30	14.30 – 16.30
VENERDI’	9.00 – 11.00	9.00 – 11.00	9.00 – 11.00	14.30 – 16.30	14.30 – 16.30

L’organizzazione del servizio potrebbe subire modifiche o variazioni in relazione alle sospensioni o ad altre situazioni che potrebbero verificarsi, in relazione al numero di iscritti e alle disponibilità delle palestre. I soggetti proponenti potranno eventualmente avvalersi anche di ulteriori spazi idonei in loro disponibilità.

Le attività si svolgeranno indicativamente da ottobre a giugno. Date di avvio e calendari dovranno essere proposti ma saranno oggetto di condivisione nel tavolo di co-progettazione.

#### Interventi connessi alle attività motorie

##### **Coordinamento e Segreteria**

L’ETS partner dovrà garantire personale disponibile per le attività di **raccolta delle iscrizioni** ai corsi di attività motoria, previa verifica dei requisiti dei partecipanti ai corsi. Tale attività potrà svolgersi presso un proprio ufficio o presso la sede dei servizi sociali. Il referente dovrà assicurare agli anziani le informazioni necessarie circa i corsi e per tutto il tempo necessario alla raccolta iscrizioni e al coordinamento degli utenti. Le aperture iscrizioni dovranno essere articolate almeno 3 volte l’anno, assicurando la gestione e l’organizzazione dei gruppi e delle presenze nelle diverse palestre e i turni tenendo conto delle preferenze di scelta degli anziani.

La **regolarizzazione della compartecipazione ai costi** a carico di ciascun utente sarà introiettata direttamente dall’ETS partner, prevista nel piano finanziario e successivamente rendicontata. Per procedere con continuità rispetto ad anni passati la contribuzione da parte



degli utenti non potrà superare i 35 Euro per 20 ingressi, compreso l'eventuale tesseramento all'Associazione sportiva.

Deve essere prevista un'**idonea copertura assicurativa** per responsabilità a copertura dei danni o incidenti o infortuni agli utenti e al personale dei corsi, in conseguenza dello svolgimento delle attività programmate per tutta la durata dei corsi nell'impianto e negli orari assegnati, sollevando l'Amministrazione Comunale da ogni responsabilità.

#### **Custodia e pulizie**

L'Ets partner dovrà provvedere, dopo ogni utilizzo, alla pulizia delle palestre e dei relativi spogliatoi e dei corridoi di accesso. Dovrà inoltre garantire la custodia e la vigilanza del materiale sportivo e delle attrezzature: tappetini, elastici a banda, bastoni per uso ginnico (...) e degli spazi utilizzati negli impianti sportivi messi a disposizione dal Comune di Riccione per i corsi di attività motoria.

Se necessario dovrà provvedere anche alla sanificazione degli ambienti e materiali nel rispetto della normativa vigente in materia di igiene e sanità pubblica.

#### **Destinatari**

La programmazione e l'organizzazione dei corsi di attività motoria sono destinati ad utenti over 65, residenti nel Comune di Riccione. Le eventuali ragioni di esclusione potranno riguardare solo motivi sanitari o di non idoneità fisica da valutare caso per caso.

#### **Durata**

Le attività oggetto della presente procedura di co-progettazione avranno durata annuale, secondo il calendario scolastico di apertura delle palestre da ottobre a giugno.

La Convenzione, stipulata tra le parti a conclusione della presente procedura di co-progettazione, potrà essere prolungata per un ulteriore anno previa comunicazione di disponibilità tra le Parti ed eventuale ri-progettazione degli interventi.

	Il Dirigente del Settore Servizi alla Persona e alla Famiglia Socialità di Quartiere <b>Dott.ssa Laura Rossi</b>
--	---