



Scheda di presentazione progetto del Piano Operativo Giovani (POG)

1. Codice Progetto

BVS_13_2015

2. Titolo del progetto

Attiva-mente montani

3. Riferimenti del compilatore

Nome	Renso
Cognome	Ordenes
Recapito telefonico	3403906434
Recapito e-mail	pgvsole@appm.it
Funzione	Presidente gruppo giovani di Cavizzana

4. Soggetto proponente

4.1 A quale tipologia di ente appartiene il soggetto proponente il progetto?

Comune

Associazione (specificare tipologia) giovanile

Comitato/gruppo organizzato locale

Gruppo informale

Cooperativa

Oratorio/Parrocchia

Comunità di Valle/Consorzio di Comuni

Istituto scolastico

Pro Loco

Altro (specificare)



5. Soggetto responsabile

5.1 A quale tipologia di ente appartiene il soggetto responsabile del progetto?

Comune

Associazione (specificare tipologia) Giovanile

Comitato/gruppo organizzato locale

Cooperativa

Oratorio/Parrocchia

Comunità di Valle/Consorzio di Comuni

Istituto scolastico

Pro Loco

Altro (specificare)

5.2 Specificare la denominazione o la ragione sociale del soggetto responsabile

Gruppo Giovani Cavizzana

5.3 Specificare in quale Comune ha sede il soggetto responsabile

Cavizzana

6. Collaborazioni

6.1 il soggetto responsabile prevede di collaborare attivamente con altri enti per questo progetto, anche in modo informale?

SI

NO



6.2 Se sì, con quale tipologia di soggetti?

Comune

Associazione (specificare tipologia) guide alpine

Comitato/gruppo organizzato locale

Gruppo informale

Cooperativa

Oratorio/Parrocchia

Comunità di Valle/Consorzio di Comuni

Istituto scolastico

Pro Loco

Altro (specificare) centri rafting, canoa club

7. Durata del progetto

7.1 Qual è la durata del progetto?

Annuale

Pluriennale

7.2 Quanto tempo è stato richiesto per la progettazione e quanto si prevede sarà necessario per attuare le fasi successive? Riportate di seguito:

Progettazione	Data di inizio 20/11/2014	Data di fine 10/12/2014
Organizzazione delle attività	Data di inizio 01/04/2015	Data di fine 30/05/2015
Realizzazione	Data di inizio 15/06/2015	Data di fine 30/08/2015
Valutazione	Data di inizio 01/09/2015	Data di fine 01/10/2015

8. Luogo di svolgimento

8.1 Dove si svolge il progetto?

Bassa Val di Sole



9 Ambiti di attività

9.1 In quale dei seguenti ambiti di attività ricade il progetto?

La formazione e la sensibilizzazione verso amministratori, genitori, animatori di realtà che interessano il mondo giovanile, operatori economici ed altri, al fine di accrescere i livelli di responsabilizzazione delle categorie di cui sopra verso i giovani cittadini, in qualità di figli ed utenti di servizi culturali, ricreativi o di altre attività

X La sensibilizzazione alla partecipazione/appartenenza al proprio territorio ed all'assunzione di responsabilità sociale da parte dei giovani, anche prevedendo momenti formativi residenziali strutturati sul modello dei campus

Attività di informazione, di indirizzo e di orientamento finalizzata a facilitare l'accesso alle opportunità offerte ai giovani ed a fornire prime risposte a richieste che i giovani o le loro famiglie manifestano anche in maniera individuale nei vari ambiti esistenziali: scuola, lavoro, socialità

L'apertura ed il confronto con realtà giovanili nazionali ed europee attraverso scambi o iniziative, basati su progettualità reciproche

Laboratori che vedano protagonisti i giovani nel campo dell'arte, della creatività, della manualità e della riflessione sulle grandi questioni del nostro tempo

X Progetti che vedano il mondo giovanile protagonista nelle fasi di ideazione, gestione e realizzazione

Percorsi formativi finalizzati all'apprendimento di competenze di cittadinanza attiva, con particolare attenzione all'ambito delle tecnologie digitali

Dispositivi e interventi atti a promuovere il processo di transizione all'età adulta e l'autonomia dei giovani dal lavoro alla casa, dall'affettività alla consapevolezza della propria identità sociale

10. Area tematica

10.1 In quale area tematica o macro settore di intervento si inserisce il progetto?

Cittadinanza attiva e volontariato

Arte, cultura e creatività

Musica e danza

Teatro, cinema e fotografia

Tecnologia e innovazione

Educazione e comunità

X Sport, salute e benessere

Economia, ambiente e sostenibilità

Conoscere e confrontarsi con il mondo

Altro (specificare)



11. Obiettivi generali:

11.1 Quali sono gli obiettivi generali che il progetto si propone di raggiungere?

Obiettivi legati ai giovani

Promuovere l'ascolto come strumento di analisi dei bisogni

X Promuovere la conoscenza e/o la valorizzazione dell'identità locale e del territorio

X Favorire e sostenere il protagonismo e la partecipazione attiva

Sostenere la trasmissione di competenze di ideazione, progettazione e organizzazione di attività

X Sostenere la formazione e/o l'educazione

Promuovere l'interculturalità e la multiculturalità

Sostenere l'orientamento scolastico o professionale

Sostenere la transizione all'età adulta

Altro (specificare)

Obiettivi legati agli adulti e alla comunità in generale

Favorire il dialogo inter-generazionale

Favorire la responsabilizzazione e la sensibilizzazione degli adulti verso i problemi e le necessità dei giovani

Supportare la genitorialità

Promuovere sinergie tra gli attori istituzionali del territorio (comune, scuole, etc.)

Promuovere sinergie tra gli attori non istituzionali del territorio (famiglie, associazioni, gruppi, etc.)

Altro (specificare)

12. Obiettivi specifici

12.1 Quali sono gli obiettivi specifici (rispetto a quelli generali definiti nel punto 11) che il progetto si propone di raggiungere?

1 Acquisizione di competenze di programmazione di attività di animazione territoriale rivolta alla propria comunità

2 Acquisizione di competenze pratiche nello svolgimento di attività sportive

3 Assunzione di stili di vita sani

4 Conoscenza delle possibilità di attività outdoor offerte dal proprio territorio

5 Formare a una vita adulta attiva



13. Tipo di attività

13.1 Quali sono le attività principali che si prevede di realizzare con il progetto?

Corsi/interventi di formazione/laboratori/insegnamento di discipline - TEORIA

Corsi/interventi di formazione/laboratori/insegnamento di discipline - PRATICA

Dibattiti/incontri di discussione e confronto (su attualità, cultura...)

Eventi (convegni, concerti, ecc)

Visite a istituzioni / confronti - gemellaggi - scambi / campus

Animazione

Redazione giornalistica/Rivista

Diffusione / promozione informazioni sui giovani

Altro (specificare)

14. Descrizione del progetto

14.1 Descrivere brevemente il contesto e i bisogni affrontati

Si dice da sempre "finché c'è salute", "basta la salute" ed è vero la salute è la cosa più importante che abbiamo, il nostro bene più prezioso; se non siamo in salute, non siamo noi stessi, non riusciamo a godere in pieno della vita. Mantenerci in salute dipende anche da noi; fare attività fisica (dallo sport preferito a una semplice passeggiata), non è solo piacevole, ma fa funzionare al meglio il nostro cervello e il nostro apparato immunitario. Una passeggiata al giorno aumenta la nostra resistenza alle malattie e contribuisce a mantenere il nostro buon umore. E' da giovani che ci si impigrisce o si comincia uno stile di vita che ci formerà e ci accompagnerà per il resto dei nostri giorni. Limitare il consumo di zuccheri e grassi animali, che portano il nostro corpo a richiederne sempre di più; evitare o moderare l'uso di alcolici; evitare l'uso di tabacco; riposare a sufficienza concedendosi, ogni tanto, una piccola pausa per prevenire lo stress; imparare a riconoscere i segnali del nostro corpo, evitando di ricorrere ai medicinali per ogni piccolo disturbo; i consigli per avere coscienza di sé e vivere una vita sentendosi più vivi e pieni di energia, adottando un nostro metodo giorno dopo giorno, sono tanti.

I giovani sono la categoria sociale che maggiormente può essere condizionata da mode e modelli ideali estetici che possono compromettere l'immagine di sé, ricorrendo a comportamenti autodistruttivi sia nell'estremo tentativo di perseguire tali ideali sia come ribellione ad essi. Avviare un percorso che aiuti a far capire come il nostro corpo e la nostra mente siano collegati, come sia importante prendersi cura di sé in tutti gli aspetti e come tali pratiche quotidiane possano anche migliorare il nostro stato d'animo, riteniamo possa essere utile per innescare un circolo virtuoso che promuova uno stile di vita sano alimentato non da fanatismo estetico/prestazionale, ma da una reale consapevolezza dei limiti, capacità e bisogni del nostro organismo.

Tale consapevolezza riteniamo possa essere di estrema utilità in una fase evolutiva come quella adolescenziale e preadolescenziale in cui la ricerca dei propri limiti e del confronto con gli altri può portare a comportamenti di sfida estremi o di isolamento sociale per paura del giudizio altrui; una sana educazione sportiva può aiutare a mitigare gli aspetti più agonistici in favore di un miglior spirito di squadra, migliorare l'accettazione delle proprie peculiarità fisiche, mitigando il comportamento di confronto denigratorio dei difetti propri o altrui; il tutto può contribuire a migliorare la vita sociale, promuovendo un ambiente maggiormente attivo e accogliente. Il processo di confronto e apprendimento sarà aiutato e potenziato dalle caratteristiche fortemente naturali del nostro territorio.

Inoltre pensiamo sia doveroso e giusto informare e sensibilizzare anche i genitori affinché comprendano l'importanza di una corretta e sistematica educazione alimentare avviata fin dall'infanzia, per questo abbiamo deciso di farci aiutare da un esperto il quale sarà presente per chiarire tutti i dubbi di adolescenti e genitori.



14.2 Descrivere brevemente le attività da realizzare.

Il progetto vuole avviare un percorso che aiuti a far capire come il nostro corpo e la nostra mente siano collegati, come sia importante prendersi cura di sé in tutti gli aspetti e come tali pratiche quotidiane possano anche migliorare il nostro stato d'animo; tale percorso è utile per innescare un circolo virtuoso che promuova uno stile di vita sano alimentato non da fanatismo estetico/prestazionale, ma da una reale consapevolezza dei limiti, capacità e bisogni del nostro organismo.

Tale consapevolezza può essere di estrema utilità in una fase evolutiva come quella adolescenziale e preadolescenziale in cui la ricerca dei propri limiti e del confronto con gli altri può portare a comportamenti di sfida estremi o di isolamento sociale per paura del giudizio altrui; una sana educazione sportiva può aiutare a mitigare gli aspetti più agonistici in favore di un miglior spirito di squadra, migliorare l'accettazione delle proprie peculiarità fisiche, mitigando il comportamento di confronto denigratorio dei difetti propri o altrui; il tutto può contribuire a migliorare la vita sociale, promuovendo un ambiente maggiormente attivo e accogliente. Il processo di confronto e apprendimento sarà aiutato e potenziato dalle caratteristiche fortemente naturali del nostro territorio.

Il percorso vuole sensibilizzare anche i genitori affinché comprendano l'importanza di una corretta e sistematica educazione alimentare avviata fin dall'infanzia, per questo abbiamo deciso di farci aiutare da un esperto il quale sarà presente per chiarire tutti i dubbi di adolescenti e genitori.

Il progetto prevede la realizzazione di un percorso che si articola in 4 settimane di attività.

Le attività si possono così riassumere:

Attività 1:

1.1 incontro e presentazione dei partecipanti con attività di gruppo, presentazione progetto e programma attività;

1.2 pranzo;

1.3 lavoro in sotto-gruppo per avere una prima idea su cosa pensano i ragazzi rispetto alla tematica proposta. Formazione dei team e spiegazione delle modalità di assegnazione dei punteggi.

Attività 2:

3 settimane di realizzazione del percorso con i partecipanti attivi; percorso realizzato attraverso il seguente programma:

2.1 lunedì:

- Incontro con nutrizionista e lavoro con sottogruppi per approfondire credenze e idee errate sulla dieta e le pratiche di dimagrimento casalinghe. Lavoro di confronto tra sottogruppi con definizione di un documento di sintesi che riporti le riflessioni sulle proprie abitudini errate e le possibili azioni concrete per migliorare il proprio stile di vita.

- Giochi di ruolo sull'immagine corporale e incontro con esperto di meditazione yoga per breve corso sul controllo della propria respirazione e la percezione del proprio corpo.

- Attività di condivisione in gruppo su percezioni e emozioni.

2.2 martedì:

- attività formativa sugli sport in montagna e acquatici e tecniche per svolgerle in sicurezza.

- organizzazione e sperimentazione mini olimpiade di giochi

2.3 mercoledì:

- corso base di arrampicata in palestra di roccia indoor (outdoor con il bel tempo) + giochi di gruppo

2.4 giovedì:

- rafting e canoa

- giochi d'acqua

2.5 venerdì:

- mattina: lavori di gruppi di tipo artistico e/o giornalistico come sintesi del lavoro svolto rispetto a sport e salute.

Al termine delle 4 settimane di attività, verrà realizzata una serata informativa aperta alla popolazione e ai partecipanti al fine di illustrare quanto fatto e per raccogliere eventuali idee e proposte da realizzare l'anno successivo.

Il materiale che verrà utilizzato durante i laboratori sarà: compensato, fogli di cartone, chiodini, viti, contenitori per liquidi e simili.



14.3 Descrivere brevemente i risultati attesi

Ci si attende che i partecipanti:

- sviluppino maggior consapevolezza dell'utilità di una attività fisica quotidiana per migliorare il proprio stato d'animo e la propria salute
- migliorare la propria alimentazione attraverso i consigli degli esperti
- migliorino la loro conoscenza delle attività sportive offerte dal proprio territorio
- apprendano a praticare attività sportive outdoor in sicurezza

14.4 Abstract

Un percorso che aiuta a far capire e sperimentare come il nostro corpo e la nostra mente siano collegati e come alcune pratiche quotidiane possano anche migliorare il nostro stato d'animo. Fare gruppo e stare in gruppo vivendo al meglio le meraviglie naturali che costellano la Val di Sole. Per ragazzi e ragazze tra gli 11 e i 19 anni d'età.

15. Target

15.1 Chi e quanti sono gli "organizzatori" del progetto?

Con "organizzatori" si intendono tutti coloro che verranno coinvolti nelle fasi di organizzazione: sono quindi coloro che partecipano a ideazione, progettazione e realizzazione del progetto e che quindi acquisiranno competenze organizzative e svolgono un ruolo da protagonisti.

Pre-adolescenti 11-14 anni (scuola secondaria di primo grado/ex scuola media)

Adolescenti 15-19 anni

Giovani 20-24 anni

X Giovani 25-29 anni

Genitori con figli di età compresa tra gli 11 e i 29 anni

X Altri adulti significativi (amministratori, animatori di realtà che interessano il mondo giovanile, operatori economici ed altri)

Altro (specificare)

Numero organizzatori 5



15.2 Chi e quanti sono i "partecipanti attivi" del progetto? Con "partecipanti attivi" si intendono tutti quelli che acquisiranno competenze prendendo parte al progetto
<input checked="" type="checkbox"/> Pre-adolescenti 11-14 anni (scuola secondaria di primo grado/ex scuola media)
<input checked="" type="checkbox"/> Adolescenti 15-19 anni
Giovani 20-24 anni
Giovani 25-29 anni
Genitori con figli di età compresa tra gli 11 e i 29 anni
Altri adulti significativi (amministratori, animatori di realtà che interessano il mondo giovanile, operatori economici ed altri)
Altro (specificare)
Numero partecipanti attivi 20

15.3 Chi e quanti sono i "fruitori" (pubblico / spettatori) del progetto? Con "fruitori" si intendono tutti coloro che assisteranno ad un evento, una serata, una manifestazione, aperti al pubblico
<input checked="" type="checkbox"/> Tutta la cittadinanza
Pre-adolescenti 11-14 anni (scuola secondaria di primo grado/ex scuola media)
Adolescenti 15-19 anni
Giovani 20-24 anni
Giovani 25-29 anni
Genitori con figli di età compresa tra gli 11 e i 29 anni
Altri adulti significativi (amministratori, animatori di realtà che interessano il mondo giovanile, operatori economici ed altri)
Altro (specificare)
Numero fruitori 400



16. Promozione e comunicazione del progetto

16.1 Indicare le modalità tramite cui si prevede di diffondere le informazioni e le comunicazioni inerenti al progetto

Nessuna comunicazione prevista

Articoli su quotidiani, riviste, bollettini

Bacheche pubbliche

Cartelloni/manifesti/locandine/volantini

Eventi pubblici (conferenza stampa, serate ecc..)

Lettere cartacee

Passaparola

Strumenti informatici (E-mail, newsletter, Social Network, Blog..)

Telefonate / SMS

Altro (specificare)

17. Valutazione

17.1 Sono previsti strumenti di valutazione?

SI

NO

17.2 Se sì, quali?

1 Questionario sulle aspettative dei partecipanti

2 Questionario di valutazione di soddisfazione dei partecipanti

3

4

5



18. Piano finanziario del progetto	
18.1 Spese previste	
Voce di spesa	importo
1. Affitto sale, spazi, locali	€ 0,00
2. Noleggio materiali e attrezzature (specificare)	€ 0,00
3. Acquisto materiali specifici usurabili (specificare) cartoleria, cordame, materiale per giochi	€ 1000,00
4. Compensi n.ore previsto 20 tariffa oraria 37,5 forfait	€ 750,00
4. Compensi n.ore previsto 20 tariffa oraria 37,5 forfait	€ 750,00
4. Compensi n.ore previsto tariffa oraria forfait	€ 0,00
4. Compensi n.ore previsto tariffa oraria forfait	€
4. Compensi n.ore previsto tariffa oraria forfait	€
5. Pubblicità/promozione	€
6. Viaggi e spostamenti	€
7. Vitto e alloggio per i partecipanti ai progetti	€
8. Tasse / SIAE	€
9. Rimborsi spese (specificare)	€
10. Assicurazione	€ 300,00
11. Altro 1 (specificare) rafting/canoa	€ 0,00
12. Altro 2 (specificare)	€ 0,00
13. Altro 3 (specificare)	€
14. Altro 4 (specificare)	€
15. Valorizzazione attività di volontariato	€

Totale A: €2800,00



18.2 Incassi ed Entrate esterne al territorio previste	
Voce di entrata	importo
1. Finanziamenti di Enti pubblici esterni al territorio di riferimento del PGZ (specificare quali)	€
2. Finanziamenti di soggetti privati esterni al territorio di riferimento del PGZ (specificare quali)	€
3. Incassi da iscrizione	€
4. Incassi di vendita	€

Totale B: € 0,00

DISAVANZO (Totale A – Totale B)	€ 2800,00
--	-----------

18.3 Entrate previste provenienti dal contesto del PGZ	
Voce di entrata	importo
1. Finanziamenti di enti pubblici del territorio di riferimento del PGZ membri del Tavolo (specificare quali) Comuni aderenti al Piano, Consorzio BIM Adige, Comunità di Valle	€ 1400
2. Finanziamenti di enti pubblici del territorio di riferimento del PGZ non membri del Tavolo (specificare quali)	€
3. Finanziamenti di soggetti privati del territorio (specificare quali)	€
4. Autofinanziamento	€
5. Altro (specificare)	€
6. Altro (specificare)	€

Totale: € 1400,00

Disavanzo	Finanziamenti di Enti pubblici membri del Tavolo	Entrate diverse	Contributo PAT
€ 2800,00	€ 1400,00	€ 0,00	€ 1400,00
percentuale sul disavanzo	50 %	0 %	50 %