Relazione **intermedia** progetto

16 MARZO 2022

1. Contesto di riferimento sul territorio e obiettivi

La presente sezione riporta sinteticamente: gli obiettivi generali, le aree prioritarie di intervento e le linee di attività

Perseguendo quelli che sono gli obiettivi generali, le aree prioritarie di intervento e le linee di attività individuate nel progetto presentato, si ricorda che **"SPORT 360 UNDER ED OVER PER IL FUTURO"** si pone come obiettivo:

- incentivare il ritorno ad uno stile di vita sano ed attivo supportando la ripresa delle strutture sportive;
- lo sviluppo e promozione dello sport come strumento di aggregazione e crescita sociale;
- incoraggiare i ragazzi a riprendere l'abitudine a svolgere attività fisica continuando la battaglia contro il dropout nella fascia d'età individuata (**UNDER 19**, prevalentemente 11-19);
- Incentivare gli **OVER 65** a svolgere attività fisica evidenziando i benefici di un invecchiamento attivo;

Tanto gli Under, quanto gli Over, sono stati messi reciprocamente a confronto nella risoluzione di alcuni problemi legati alla fruizione del tempo libero e dell'utilizzo dell'**attività fisica** come **strumento di prevenzione**, **inclusione** e **parità sociale**.

Al fine di realizzare un progetto che cogliesse tutte e le necessità sopra indicate, la partnership tra i cinque Enti di Promozione Sportiva - **ASI, ASC, ENDAS, MSP** ed **OPES** – nella prima fase si è concentrata sullo sviluppo di attività mirate a:

• Fornire informazioni necessarie ad una adeguata analisi dei problemi in campo;
• Fornire strumenti idonei a stimolare il raggiungimento degli obiettivi del progetto;
• Assicurare un efficiente impiego delle risorse;
• Aumentare l'efficacia delle azioni proposte.

1. Contesto di riferimento sul territorio e obiettivi

SPORT 360
UNDER ED OVER PER IL FUTURO

Le principali linee di attività sono state

1) **PREPARAZIONE KIT DI COMUNICAZIONE** (composto da Abstract progetto + lettera e modulo di adesione al progetto – grafiche in vari formati per condivisione su siti e social);
2) **INVIO RICHIESTE DI ADESIONE AL PROGETTO** (con il coinvolgimento dei Comitati Regionali /Provinciali degli enti proponenti);
3) **SELEZIONE DI UN NUMERO CONGRUO DI COLLABORATORI/TUTOR SPORTIVI;**
4) **INIZIO COMUNICAZIONI PER IL LANCIO E PROMOZIONE INIZIATIVA;**
5) **RACCOLTA ADESIONI AL PROGETTO DELLE ASD/SSD AFFILIATE AGLI ENTI**.

   In queste strutture viene erogata l'attività sportiva gratuita per ogni target interessato dal progetto per **almeno 2 ore a settimane per almeno 12 settimane**, a partire da dicembre 2021 fino al 30 aprile 2022 per un totale di **almeno 48 ore di attività sportiva erogata**;
6) **CREAZIONE CALENDARIO** DELLE ATTIVITÀ SPORTIVE DA EFFETTUARE NELLE STRUTTURE

ANALISI SINTETICA DEL CONTESTO DI RIFERIMENTO DEL PROGETTO, DELLE ESIGENZE E DEI BISOGNI INDIVIDUATI E RILEVATI

In tutte le attività di **Sport 360** è ricorrente e volutamente ripetuto il messaggio della gratuità delle attività sportive erogate, proposte nelle strutture aderenti, mirato ad incentivare l'utenza ad abbracciare uno stile di vita attivo e dall'altro lato a sostenere la ripartenza di palestre, piscine e centri sportivi in genere su tutto il territorio Nazionale.

Per far permeare questo concetto la comunicazione e la promozione del progetto **Sport 360** è stata scrupolosamente elaborata e orientata nel linguaggio a diversi tipi di destinatari.

- Per i comitati territoriali dei **5 Enti proponenti** l'accento è stato posto sulla mission istituzionale comune a tutti gli EPS, ossia il diritto allo sport per tutti e l'erosione del tasso di sedentarietà;

- Per i "luoghi di sport", le associazioni sportive, sostenere la ripartenza di palestre, piscine e centri sportivi su tutto il territorio Nazionale;

- Per l'utente finale il messaggio è invece quello dell'importanza di uno stile di vita attivo con gli benefici sulla salute.

L'Attività Fisica e le Strutture Sportive contribuiscono sostanzialmente alla salute ed al benessere dei cittadini Italiani ma ancora oggi il livello di attività fisica, soprattutto nei giovani Under 19 e negli Over 65, non è sufficiente.

Di seguito un estratto i dati raccolti nel periodo e messi a disposizione degli aderenti al progetto…

ANALISI SINTETICA DEL CONTESTO DI RIFERIMENTO DEL PROGETTO, DELLE ESIGENZE E DEI BISOGNI INDIVIDUATI E RILEVATI

Il **10%** dei decessi all'anno in Europa è causato dall'inattività fisica **80%** di Bambini/Adolescenti in Italia non ha un livello adeguato di attività fisica **40%** di Adulti in Italia è classificato come sedentario

31% dei residenti in Italia è "fisicamente attivo"

33% dei residenti in Italia è "parzialmente attivo

37% dei residenti in Italia è "sedentario"

Troppo bassa appare l'attenzione degli operatori sanitari al problema della scarsa attività fisica, anche nei confronti di persone in eccesso ponderale o con patologie croniche.

Su **10 intervistati** meno di **3 riferiscono di aver ricevuto il consiglio**, dal medico o da un operatore sanitario, **di fare regolare attività fisica**; fra le persone in eccesso ponderale questa quota di poco superiore raggiunge il 37%, fra le persone con patologie croniche il 44%.

SINTETICA ANALISI DEL CONTESTO DI RIFERIMENTO DEL PROGETTO, DELLE ESIGENZE E DEI BISOGNI INDIVIDUATI E RILEVATI

SPORT 360
UNDER ED OVER PER IL FUTURO

Under 19

Almeno un media di 60 minuti al giorno di attività fisica di intensità moderata o vigorosa, per lo più aerobica, per tutta la settimana Integrare, almeno 3 volte a settimana, con attività aerobiche energiche, unitamente a quelle che rafforzano muscoli e ossa Limitare il tempo trascorso in sedentarietà, in particolare la quantità di tempo trascorso davanti allo schermo;

Over 65

Stesse raccomandazioni indicate per gli adulti __Inoltre, come parte della propria routine settimanale, includere almeno 3 volte a settimana attività funzionali, attività per migliorare l'equilibrio e per la forza di intensità moderata o elevata con l'obiettivo di prevenire le cadute e di valorizzare le capacità funzionale.

Praticare una regolare attività fisica contribuisce a migliorare la qualità della vita a ogni età. Influisce positivamente sia sullo stato di salute fisica sia sul grado di soddisfazione personale. L'esercizio fisico riduce la mortalità del 20-35%, aiuta a prevenire le malattie metaboliche, cardiovascolari e neoplastiche. L'attività fisica riduce inoltre il tessuto adiposo in eccesso, agisce come fattore protettivo sulla pressione arteriosa e modula positivamente il colesterolo nel sangue, controlla il livello di glicemia e riduce il rischio di diabete di tipo 2 del 35-50%. Uno stile di vita attivo comporta benefici evidenti per l'apparato muscolo-scheletrico prevenendo e/o attenuando le artrosi e contribuisce anche a ridurre il rischio di depressione del 20-30%, di ansia, stress e solitudine

Anche a partire da queste considerazioni, come noto, sono stati ridefiniti gli obiettivi progettuali dichiarati di seguito.

DEFINIZIONE DEGLI OBIETTIVI PROGETTUALI

5 ENTI

20 REGIONI

66 PROVINCE

DETTAGLIO DELLE ATTIVITA' SPORTIVE PIANIFICATE ED EROGATE

SPORT 360
UNDER ED OVER PER IL FUTURO

UNDER 19

- Fitness Sport360 Rebalance
- Fitness Sport360 Functional
- Fitness Sport360 Walk&Fit
- Fitness Sport360 AcquaCircuit
- Fitness Sport360 AcquaTraining
- Fitness Sport360 OutdoorTraining
- Fitness Sport360 WarmUp
- Arti Marziali Sport 360 - Kung Fu
- Arti Marziali Sport 360 - Ju Jitsu
- Nuoto Sport 360 - Nuoto Acqua Gym

OVER 65

- Fitness Sport360 Walk&Fit
- Fitness Sport360 AcquaCircuit
- Fitness Sport360 AcquaTraining
- Fitness Sport360 OutdoorTraining
- Ginnastica Sport 360 - Pilates Senior
- Ginnastica Sport 360 - Hatya Yoga E Respirazione
- Ginnastica Sport 360 - Posturale - Ginnastica Dolce Over
- Nuoto Sport 360 - Nuoto Senior
- Nuoto Sport 360 Attivita' Libera Nuoto Per La Terza Eta'
- Nuoto Sport 360 - Nuoto Acqua Gym

Metodologia applicata al progetto

Superata l'empasse organizzativa, dovuta per larga parte alla chiusura degli impianti e alla difficoltosa ripartenza, il progetto **Sport 360**, a partire dalla **seconda metà di novembre 2021**, ha iniziato a diffondersi nel tessuto associativo dei proponenti con l'esecuzione delle azioni pianificate.

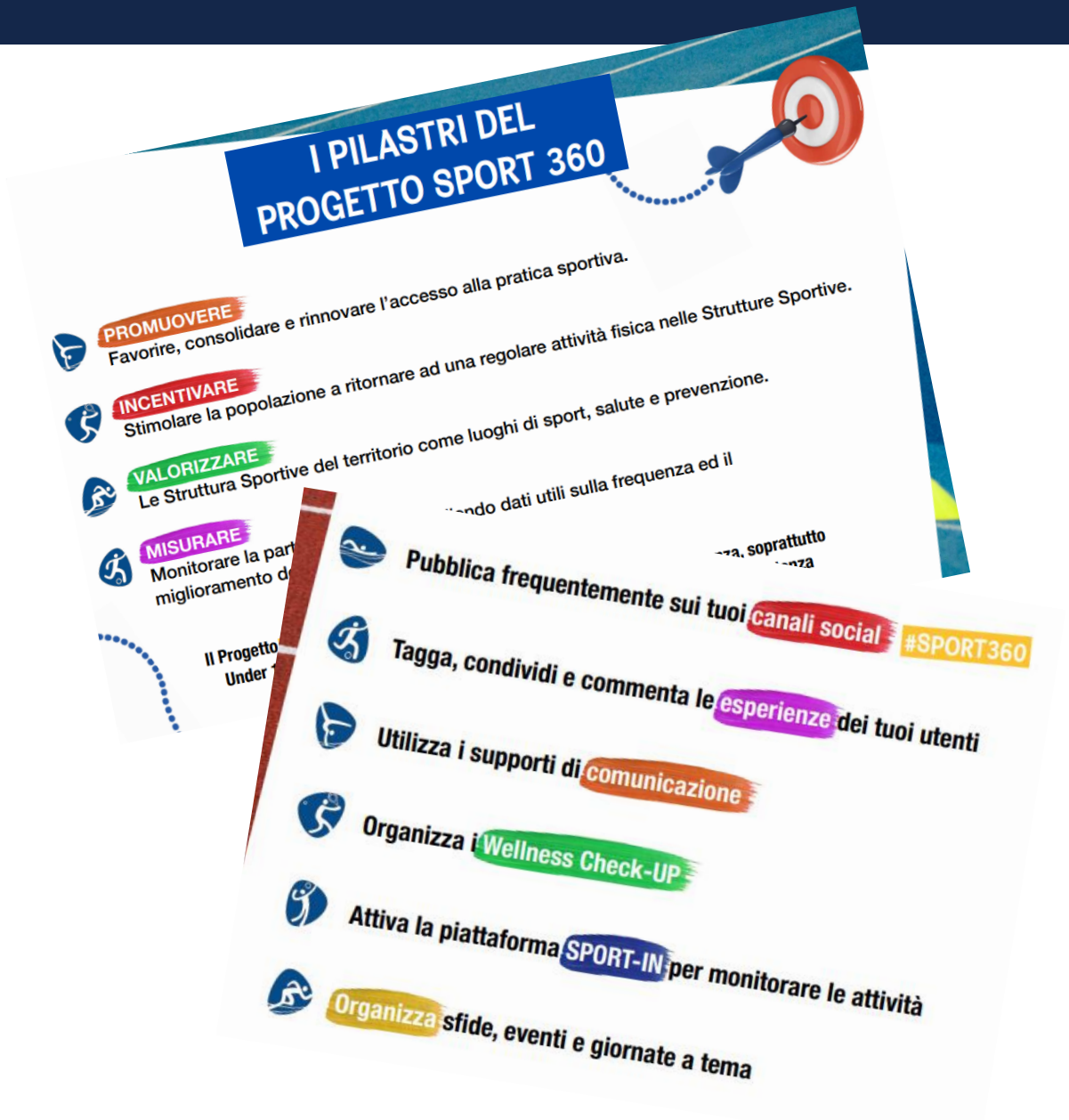
E' stata istituita una cabina di regia inter-enti che ha condotto circa **30 riunioni organizzative a distanza** con i referenti di progetto, nazionali e territoriali, volte ad individuare le soluzioni migliori utili alla diffusione del messaggio e alla corretta comprensione del modalità di partecipazione al progetto. Un progetto ambizioso ed imponente.

Le riunioni hanno prodotto indicazioni specifiche per guidare gli utenti alla miglior comprensione possibile dello spirito del progetto, con un linguaggio diretto e che guidasse il destinatario a sposare l'iniziativa senza perdersi tra fiumi di parole e legittime perplessità sui ritorni tangibili.

All'uopo quindi sono stati sviluppati **manuali** e **supporti** di comunicazione contenenti:

- **Informazioni** poste sotto forma di "consigli" - sia in termini di numero di ore da erogare sia relativamente alla gratuità/agevolazione da prevedere negli eventuali palinsesti sportivi già pianificati;
- **Definizione dei Wellness Check Up** utili a misurare lo stato di salute iniziale e finale degli utenti, abbinati ad una serie di consigli per titolari e referenti, volti a massimizzare, anche in termini di comunicazione, questa iniziativa. (allegato 1)
- **Guida all'utilizzo della piattaforma Sport e Salute Sport IN** per la registrazione di parte delle attività e monitoraggio dei progetti in corso;
- **Kit advertising completo di grafiche** declinabili, personalizzabili e dotate di riferimenti interattivi per interagire con i singoli organismi sportivi/enti di riferimento.

Metodologia applicata al progetto



NOTA: l'approccio metodologico al progetto ha tenuto in grande considerazione la necessità di **uniformare i linguaggi tra gli Enti proponenti**; con il modello proposto si sono ridotte queste difficoltà, mettendo in campo risorse umane, organizzative e finanziarie nuove e opportunamente indirizzate.

Il gruppo di riferimento centrale è stato coordinato dai rappresentanti dei **5 enti proponenti**, in collaborazione con i responsabili delle associazioni di rifermento regionali/provinciali e si è occupato di **analizzare, elaborare** e **sperimentare** le strategie e le azioni pilota da proporre sul territorio.

2. Attività realizzate e loro coerenza con gli obiettivi progettuali

Attività svolta dal novembre 15 2021 al 15 marzo 2022

Tutte le attività sono state pianificate seguendo un piano operativo interno, riportando le mile stones su un **Digramma di Gannt** che consente immediatamente il monitoraggio delle attività progettuali (*allegato 2 digramma Gannt aggiornato*).

Le attività propedeutiche, nei primi tre mesi di attività, nel dettaglio son state:

- **Programmazione** e **coordinamento**;
- **Preparazione kit comunicazione** - grafiche adattamenti - abstract progetto -lettere e modulo di adesione;
- **Selezione tutor/collaboratori** sportivi sul territorio;

In questa prima fase sono stati convolti sul territorio 100 tutor e collaboratori individuati tra i referenti territoriali, in 66 provincie in 20 regioni;

- Invio comunicazioni per l'adesione al progetto;
- **Conduzione questionario Sport e Salute**: dal 30 gennaio 2022 è iniziata la somministrazione dei questionari agli utenti. I dati sono in possesso della SeS con l'obiettivo minimo di 750 compilazioni per target da raggiungere;
- Erogazione attività sportiva target1: inizio 10/12/2021 - in corso
- Erogazione attività sportiva target2: inizio 10/12/2021 – in corso

Il raggruppamento ha avviato autonomamente la campagna di promozione del progetto e delle sue finalità principalmente, in questa fase, per il tramite dei siti istituzionali dei singoli Enti.
Il logo del progetto è stato inserito su tutto il materiale cartaceo prodotto, creando un brand riconoscibile dell'iniziativa.

3. Risultati raggiunti in relazione ai risultati attesi

A **Dicembre 2021** il progetto è entrato nel vivo e man mano il raggruppamento sta raggiungendo gli obiettivi. Nello specifico sono state pianificate:

12 SETTIMANE DI ATTIVITÀ A PARTIRE DAL 10/12/2021 AL 30/04/2022

Dettaglio dell'attività erogata:

DICEMBRE 2021:

2 ORE DI ATTIVITA' PER IL TARGET **UNDER 19** IN **1 SETTIMANA**
2 ORE DI ATTIVITA' PER IL TARGET OVER 65 IN **1 SETTIMANA**

GENNAIO 2022:

6 ORE DI ATTIVITA' PER IL TARGET UNDER 19 IN **3 SETTIMANE**
6 ORE DI ATTIVITA' PER IL TARGET OVER 65 IN **3 SETTIMANE**

FEBBRAIO 2022:

4 ORE DI ATTIVITA' PER IL TARGET UNDER 19 IN **2 SETTIMANE**
4 ORE DI ATTIVITA' PER IL TARGET OVER 65 IN **2 SETTIMANE**

MARZO 2022:

2 ORE DI ATTIVITA' PER IL TARGET UNDER 19 IN **1 SETTIMANA**
2 ORE DI ATTIVITA' PER IL TARGET OVER 65 IN **1 SETTIMANA**

TOTALE ATTIVITA' EROGATA AL 15/03/2022

TARGET UNDER 19: **14 ORE** DI ATTIVITA' SPORTIVA GRATUITA IN **7 SETTIMANE**
TARGET OVER 65: **14 ORE** DI ATTIVITA' SPORTIVA GRATUITA IN **7 SETTIMANE**

3. Risultati raggiunti in relazione ai risultati attesi

Dettaglio dell'attività sportiva **pianificata in corso di erogazione**:

- MARZO 2022: 4 ORE DI ATTIVITA' PER IL TARGET UNDER 19 IN 2 SETTIMANE
  4 ORE DI ATTIVITA' PER IL TARGET OVER 65 IN 2 SETTIMANE
- APRILE 2022: 6 ORE DI ATTIVITA' PER IL TARGET UNDER 19 IN 3 SETTIMANE
  6 ORE DI ATTIVITA' PER IL TARGET OVER 65 IN 3 SETTIMANE

TOTALE ATTIVITA' DA EROGARE ENTRO IL 30/04/2022

- TARGET UNDER 19: 10 ORE DI ATTIVITA' SPORTIVA GRATUITA IN 5 SETTIMANE

- TARGET OVER 65: 10 ORE DI ATTIVITA' SPORTIVA GRATUITA IN 5 SETTIMANE

3. Risultati raggiunti in relazione ai risultati attesi

SPORT 360
UNDER ED OVER PER IL FUTURO

BENEFICIARI DIRETTI DELLE AZIONI PROGETTUALI

Attività di riferimento	Destinatari degli interventi previsti	Destinatari effettivamente raggiunti	TOTALE
PIANIFICAZIONE STRATEGICA, CREAZIONE DELLA RETE	ASD/SSD	ASI 268 ASC 102 ENDAS 123 MSP 84 OPES 177	754
PIANIFICAZIONE STRATEGICA, CREAZIONE DELLA RETE ED ERGOGAZIONE DEI SERVIZI	UTENTI TARGET **UNDER 19**	ASI 34.611 ASC 15.420 ENDAS 18.259 MSP 11.834 OPES 26.518	106.442
PIANIFICAZIONE STRATEGICA, CREAZIONE DELLA RETE ED ERGOGAZIONE DEI SERVIZI	UTENTI TARGET **OVER 65**	ASI 31.509 ASC 10.280 ENDAS 4.859 MSP 4.716 OPES 17.198	68.562
ATTIVITA' SPORTIVE PROPOSTE	TUTTI	Oltre **60 tipologie** di attività sportiva proposte nelle macrocategorie ginnastica/fitness, arti marziali, nuoto, yoga.	
SOMMINISTRAZIONE WELLNESS CHECKUP	TUTTI	L' attività è in corso, la fase di raccolta ed elaborazione sarà svolta nei mesi di **aprile** e **maggio 2022**	

N.B La tabella sopra esposta riporta gli obiettivi intermedi totali e aggregati dei 5 enti proponenti. Unitamente all'invio della relazione, ogni ente invierà l'elenco delle associazioni aderenti e dei luoghi dove sono organizzate le attività, identificate.

4. Comunicazione

Il piano di comunicazione e promozione **ha previsto, nei primi sei mesi**, le seguenti attività:

- mailing mirate;
- call di presentazione;
- link sul sito istituzionale e social;
- informativa diretta verso i responsabili dei comitati territoriali;
- invio Ebook di presentazione Sport360

Il **materiale** previsto per la **comunicazione** ha compreso:

- newsletter
- flyer
- locandine
- roll up
- card per eventi
- striscioni
- tool kit advertising
- wellness check up

Negli ultimi **due mesi** attività il piano di comunicazione e promozione continuerà le attività già stabilite e pianificate:

- mailing mirate;
- advertising web e social;
- link sui siti istituzionale;
- informativa diretta verso i responsabili dei comitati territoriali;
- comunicati stampa con i primi numeri del progetto;
- Conduzione seconda parte della Survey.

5. Criticità riscontrate e conclusioni

Eventuali criticità esterne (mutamento del contesto socio-economico, rapporti con il contesto di riferimento, ecc.)

Ovviamente il protrarsi della situazione pandemica ha inciso fortemente sullo svolgimento delle attività progettuali.

Molte delle riunioni organizzative, nonché le fasi di mappatura ed elaborazione della strategia, sono state realizzate perlopiù da remoto e hanno rincorso gli eventi esterni, causando continue modifiche, rielaborazioni e cambi di strategia. Ovvie quindi le incidenze sulla produzione di materiali ed informative, costantemente soggette a revisione.

I ritardi si sono riscontrati nella programmazione e nella successiva realizzazione delle attività sportive nei luoghi di sport, consentendo l'**avvio solamente nella seconda metà di novembre 2021.**

Infine la fase sperimentale della piattaforma ufficiale di monitoraggio e tracciamento Sport In, ha ulteriormente allungato le tempistiche di lavorazione, anche per la necessità di inserimento di questa procedura in processi comunicativi ed operativi già avviati con i destinatari.

Ricordiamo quindi infine che il progetto Sport 360 si prefigge di **incentivare la scintilla motivazionale e di perseguire la promozione della pratica sportiva attraverso la sua attuazione**, identificando nelle fasi della scelta e della decisione i due momenti fondamentali.

In funzione di ciò, **Sport 360** mira a porre al centro l'attività fisica come l'insieme di una pluralità di pratiche sportive e motorie promotrici di salute e benessere a vantaggio di tutta la Popolazione. Questo concetto sarà portato avanti nelle settimane residue alla conclusione del progetto.

I caratteri predominanti del progetto **Sport 360** vogliono essere efficacia ed efficienza, puntando anche ad una **replicabilità** delle attività sia nel tempo che in altri contesti.