

**SERVIZIO SANITARIO – REGIONE SARDEGNA***DIPARTIMENTO DI SALUTE MENTALE – ASLORISTANO**Piazzale "San Martino" Oristano – Vecchio Ospedale**tel. 0783/317927**fax. 0783/70072***RESPONSABILE DOTT. GIAMPAOLO MINNAI****PROGETTO RIABILITATIVO "GRUPPO PALESTRA" ANNO 2013.**

Gli operatori del Centro di Salute Mentale di Oristano, nell'ambito del proseguimento delle attività di riabilitazione, intendono riproporre per l'anno 2013 un corso di attività motoria rivolto agli utenti in carico del suddetto Centro con gravi difficoltà di socializzazione e isolamento sociale.

OBIETTIVI

Il progetto denominato "Gruppo Palestra" è finalizzato a sostenere le persone coinvolte in un percorso di emancipazione ed inclusione sociale e al raggiungimento dei seguenti obiettivi:

- stimolare e potenziare l'autosufficienza nelle attività quotidiane e sviluppo di autonomie personali;
- stimolare abilità e competenze sociali;
- sviluppare e migliorare la qualità dei rapporti interpersonali (famiglia e ambiente esterno);
- migliorare la capacità di gestione delle personali tematiche emotivo-relazionali;
- creare e sviluppare negli utenti il senso di appartenenza ad un gruppo;
- ridurre e superare le situazioni d'isolamento stimolando la partecipazione alle attività.

Il progetto ricopre importanza per quanto riguarda i benefici dell'attività fisica sul sistema nervoso soprattutto nelle persone affette da disturbi mentali.

E' infatti dimostrato che l'attività fisica produce una migliore performance cognitiva, quindi una migliore adesione al trattamento terapeutico con conseguente diminuzione della posologia e dei ricoveri ospedalieri.

DESCRIZIONE DELLE AZIONI

Il corso si svolgerà presso una palestra della città di Oristano e prevede attività di ginnastica generale con l'utilizzo di macchine e attrezzature, nello specifico verranno impartiti elementi di psicomotricità, rilassamento e training autogeno, ritmo, coordinazione ed equilibrio.

Verranno curati gli aspetti legati alla cura dell'igiene personale, all'accettazione del regolamento della palestra che è riferito al rispetto degli altri, degli spazi e delle attrezzature.

TEMPI DI ATTUAZIONE

Il progetto si articolerà su otto mesi con il seguente orario: il lunedì e il venerdì dalle ore 11.00 alle 12.00.

DESTINATARI

Il progetto è rivolto a quindici utenti, in carico al CSM di Oristano, che vivono situazioni di isolamento, scarsa accettazione del piano terapeutico con conseguente ricovero presso il SPDC (per alcuni), assenza di rete sociale e di un sostegno familiare.

L'inserimento delle quindici persone nel gruppo palestra è preceduto dalla predisposizione di un progetto terapeutico-riabilitativo personalizzato per ciascuno di loro.

In particolare il suddetto progetto contiene un'analisi della situazione dell'utente, definisce i singoli obiettivi, le azioni e i tempi necessari per realizzare gli interventi da attivare.

SOGGETTI COINVOLTI

Un istruttore qualificato con esperienze maturate con utenti con problematiche psichiche, supportato dalla presenza di tre operatori del CSM.

RISULTATI ATTESI

Le attività riabilitative costituiscono un supporto determinante al recupero delle abilità perdute come la capacità di mantenere gli impegni, di rispettare gli orari, di curare la propria persona, di autonomia di movimento, di utilizzo di mezzi pubblici e accrescimento delle capacità di inserimento all'interno del gruppo e la gestione degli spazi e dei tempi.

1. Per le persone coinvolte nel progetto i risultati attesi sono i seguenti:

- l'uscita dall'isolamento, dalla marginalità attraverso la socializzazione;
- allargamento della propria rete relazionale;
- aumento dell'autonomia personale;
- sviluppo della capacità di programmare i propri spazi di autonomia,
- coinvolgimento in altre attività o in ambiti di interesse;
- una migliore adesione al trattamento terapeutico con conseguente diminuzione della posologia e dei ricoveri ospedalieri.

2. Per le famiglie:

- coinvolgimento dei familiari e amici nel percorso;
- diminuzione del carico familiare;
- miglioramento nella comunicazione familiare;
- avvicinamento ai servizi e coinvolgimento nella rete di supporto sociale.

3. Per il Servizio:

- diminuzione del carico assistenziale;
- migliore adesione al trattamento terapeutico con diminuzione dei farmaci e dei ricoveri;
- ampliare e consolidare i rapporti con la rete sociale;
- un maggiore coinvolgimento dei familiari.

VERIFICHE

Le verifiche verranno effettuate trimestralmente e in itinere dall'equipe referente del progetto.

Come strumento di valutazione verranno utilizzate delle schede di rilevazione durante il corso del progetto.

SPESA

Il costo complessivo del progetto per n. 80 ore di attività motoria è determinato in Euro 4.000,00 + IVA di legge.

La succitata spesa verrà imputata sul finanziamento L.R. 20/97 (annualità 2006) accreditato dalla RAS in favore di questa Azienda Sanitaria con Delibera n. 23/29 del 30/05/2006.

Il Direttore del CSM
Dr.ssa M. Raffaella Cau

Il Direttore del Dipartimento Salute Mentale
Dr. Gian Paolo Minnai