

PEERcorso

Realizzato grazie al progetto **Comuni allo specchio: Muoversi è social.**

<https://www.facebook.com/Comuni-Allo-Specchio-172477839992647/>

Parole chiave: movimento, inclusione, peer-education, comunità, promozione della salute.

Razionale (perché?)

Il PEERcorso è una camminata salutare, connubio tra alimentazione sana, attività fisica e buone relazioni sociali.

Il PEERcorso nasce dall'idea di giovani Peer, formati durante il progetto Comuni allo Specchio, e degli amministratori locali, coinvolti sin dalla fase di formazione in tutto lo sviluppo delle attività. Le giornate di formazione leggera, realizzate con laboratori teatrali per costruire il ruolo e le competenze del peer e con incontri con esperti (marketing sociale, nuovi media...) sono risultate come un'opportunità di sperimentarsi in una co-progettazione e co-conduzione di un'azione concreta rivolta alla comunità e svolta con essa.

Quest'attività si inserisce perfettamente nell'approccio di Sviluppo di Comunità, che da più di vent'anni coinvolge i cittadini mantesi. Esse sono legate al movimento, all'attività fisica e alle relazioni sociali che permettono di incrementare la promozione della salute e l'inclusione, favorendo così la prevenzione di fenomeni di malessere nel territorio.

L'azione del PEERcorso raccoglie tutti gli elementi che contraddistinguono il progetto Comuni allo Specchio nel suo complesso che ha previsto altre azioni. Il PEERcorso è diventato un format progettuale che risponde alle esigenze e alle opportunità del territorio con un'azione flessibile, adattabile alle situazioni/necessità, facilmente progettabile e gestibile dai Peer.

Obiettivi

- **Promuovere condizioni favorevoli per il raggiungimento del benessere** e della partecipazione attiva dei ragazzi in diversi contesti.
- **Promuovere la salute** attraverso una proposta di attività fisica, ludica e socio-relazionale, accessibile a tutti affinché sia inclusiva
- **Riconoscere e potenziare le risorse della comunità territoriale tramite il rafforzamento dei collegamenti della rete, già esistente**, tra le Associazioni, l'Istituzione Comune, la scuola, la Parrocchia ed i gruppi informali presenti in Manta.

Questi obiettivi si integrano e si rinforzano con altri obiettivi di progetti in corso (es. Lo sguardo alla comunità finanziato dal Comune di Manta)

- Attivare nuovi genitori nelle esperienze pensate dei ragazzi migliorando la rete di famiglie.
- Ampliare il proprio intervento sulle realtà di territorio potenziando il servizio rivolto alle famiglie.
- Intensificare la collaborazione con la rete educativa di territorio.
- Fare da collegamento tra gli educatori e le famiglie mantesi, perseguendo obiettivi comuni.
- Organizzare insieme alle altre associazioni e agli educatori eventi di formazione e momenti di scambio per la comunità adulta in una forma maggiormente ludica.
- Attivare risorse territoriali per sostenere l'iniziativa.

Le iniziative condotte dai Peer inerenti agli stili di vita salutari stanno inoltre supportando un'importante azione di promozione del protagonismo giovanile e nel contempo maturando diverse connessioni territoriali, anche nell'ambito della collaborazione e promozione di politiche giovanili nel territorio.

Metodologia

Formazione con metodologia del laboratorio teatrale, role-playing... per sviluppare competenze relazionali e costruzione condivisa del ruolo del peer; marketing sociale con DoRS Regione Piemonte; competenze su nuovi media con Staedycam dell'ASL CN2. Sostegno e accompagnamento dei Peer da parte degli educatori, degli amministratori locali e dei tecnici. I Peer a loro volta hanno coinvolto altri coetanei (peer to peer).

Attivazione, coinvolgimento e cura da parte degli educatori della rete territoriale delle associazioni, enti, aziende e altre risorse secondo l'approccio di sviluppo di comunità nei Comuni confinanti di Manta, Verzuolo e Lagnasco.



Attività

Dal 12 maggio 2019 presso i comuni di **Verzuolo e Manta** i Peer hanno proposto un percorso per le famiglie dal titolo "*PEERcorso*", primo di 4 ideati negli ultimi due anni, realizzando un progetto immaginato durante le prime occasioni formative residenziali. L'iniziativa prevede una passeggiata in cui i partecipanti possono soffermarsi in diverse tappe durante le quali vengono ingaggiati in diverse attività. Tra queste:

- un momento teatrale intitolato “Ascoltami” organizzato in collaborazione con l’Associazione teatrale Esseoese, finalizzato a rendere i partecipanti consapevoli delle occasioni in cui i ragazzi non si sentono ascoltati dagli adulti
- un momento di benessere con il metodo Feldenkrais¹
- un’occasione di “shooting” fotografico con le cornici cartonate e i messaggi promozionali di salute, ripetuto in ogni PEERcorso
- un intervento offerto dal nutrizionista dell’ASL CN1 abbinato ad un gioco sulla costruzione di un menù salutare
- un intervento condotto da un veterinario per la passeggiata a 4 zampe scoprendo insieme come avere un buon rapporto con il proprio cane
- momenti di coinvolgimento artistico musicale e teatrale, con il coinvolgimento attivo della comunità, in cui, attraverso l’interventi di tecnici e artisti si partecipa ad una formazione leggera su tematiche significative per il progetto

Al fine di sostenere la promozione di abitudini alimentari sane, durante l’evento viene proposta della frutta come merenda, offerta dalle aziende partner del territorio e dell’acqua, quando possibile gadget legati alle attività previste.

I tempi dei PEERcorsi variano dalle 4 ore alle 6, comprensive di momenti conclusivi di festa con aperitivo o teatro di comunità. I PEERcorsi sono pensati e realizzati affinché le famiglie e anche chi è più in difficoltà a camminare possano partecipare facilmente. Così diventano frequentabili da tutti.

Collaborazioni

Funzionamento del partenariato di progetto

Il progetto ha mantenuto vivi i dispositivi operativi avviati, consentendo al partenariato di beneficiare di incontri periodici. Più precisamente il tavolo di coordinamento sovra-comunale si è riunito due volte durante questa seconda fase, mentre i tavoli di coordinamento locale hanno consentito ad amministrazione comunale, consorzio, scuole, associazioni, parrocchie e l’equipe tecnica di incontrarsi periodicamente.

Le azioni realizzate hanno consentito di ampliare, rafforzare e supportare la rete degli attori locali. Ad esempio, nel territorio di Lagnasco sono stati coinvolti la pro loco cittadina e l’associazionismo locale che, insieme ai Peer, agli educatori e agli amministratori, hanno collaborato nella costruzione e realizzazione degli eventi. Nei territori di Manta e Verzuolo l’azione di rete si è manifestata specialmente in occasione della proposta dell’evento “PEERcorso”, organizzato con 9 peer del progetto, i quali hanno attivato le loro stesse famiglie e i volontari delle associazioni giovanili locali (tra queste “Giari ‘Ntussia” e “Segnal’Etica”), che hanno accompagnato i gruppi lungo la passeggiata o animando le tappe insieme ai Peer e agli educatori.

Lo stesso percorso ha inoltre coinvolto i partner delle aziende private a cui è stata chiesta la collaborazione attiva e l’ASL CN1 attraverso la presenza di un nutrizionista, che ha consentito di arricchire il percorso di benessere e salute proposto da ragazzi e amministrazione locale.

Comunicazione SOCIAL COMUNICATI STAMPA

¹ metodo di auto-educazione attraverso il movimento, che si basa essenzialmente sul prendere consapevolezza dei propri movimenti e dei propri schemi motori al fine di espandere la consapevolezza di sé nell’ambiente.

La comunicazione sui PEERcorsi ha usufruito di quella prevista per il progetto con la pubblicazione di contenuti preparati dai Peer e pubblicati dagli educatori sulla pagina Facebook e Instagram gestite dai ragazzi e dagli educatori.

Le iniziative nei diversi territori sono state inoltre pubblicizzate anche attraverso articoli sulla stampa locale e un'opera di volantinaggio svolta dai Peer.

Valutazione

Inizialmente è stato utilizzato il diario di bordo (utilizzato nella valutazione del progetto) nel primo PEERcorso. Sono state usate delle tabelle di partecipazione, per sondare il numero dei partecipanti coinvolti nell'evento. L'iscrizione agli eventi è effettuata tramite QR code.

È in corso di progettazione per i prossimi PEERcorsi un questionario on-line di gradimento dell'iniziativa attraverso un link su google drive.

Link

[Comuni Allo Specchio - Home](#) | [Facebook](#)

Comuni allo Specchio
PEERcorsi
per le famiglie dei Comuni di Manta e Verzuolo
DOMENICA 12 MAGGIO 2019 - MATTINO
3 tappe tra Manta e Verzuolo
(Cascina Ala Manta, Castello della Manta, Palazzo Drago Verzuolo)

Amate il teatro, lo sport, l'alimentazione sana ma golosa?
Sine! Il peer del progetto Comuni allo Specchio vi invita ad una mattinata di ripresa del divertimento e della salute. Ritrovo a Cascina Ala, per un momento di intrattenimento teatrale e di spiegazione delle tappe successive. Le tappe si raggiungono autonomamente a piedi.
Preferenze orarie? Potete scegliere 4 fasce orarie diverse per il ritrovo: alle 9, alle 9.30, alle 10 oppure alle 10.30. Pochi limiti! Pochi vantaggi per tutti i partecipanti!
Incontro **ENTRO LUNEDÌ 11 MAGGIO** presso la Carabinieri Laura Ribani per il ritiro delle 9 o delle 10 tappe presso il bar Quadrifoglio Verzuolo per il ritiro delle 9.30 e delle 10.30.

CON LA GENTE PARTECIPAZIONE di un nucleo della ASL CHI e di un fiduciario del territorio, dell'associazione L'Arche, dell'associazione Com'Alcanta di Manta e dell'associazione Digital Art di Verzuolo.

Evento svolto seguendo le normative anti COVID-19

**SQUADRO
ALLA COMUNITÀ**

PEERcorso
EVENTO GRATUITO
per le famiglie dei Comuni di Manta e Verzuolo
20 MARZO 2022
PARTENZA: CASCINA AIA
ARRIVO: PALAZZO DRAGO
ORARI PARTENZE: 9.30/10.00/10.30

Per prenotazioni rivolgetevi a Gigi Cartoleiro o scannerizzate il QR code per compilare il form

PEERCORSO A TAPPE A 4 ZAMPE
TEMPO DI PERCORRENZA: 2H CIRCA
DIFFICOLTÀ: PRINCIPANTE

Iscrizioni aperte fino ad esaurimento posti

29 MAGGIO
PEERCORSO
H. 15:30/19:30

**CAMMINATA TEATRALE
DIFFICOLTÀ: PRINCIPANTE
DURATA: H.2:30**

**TAPPE TEATRALI
PARTENZA CASCINA AIA (MANTA)
ED APERITIVO FINALE OFFERTO**

**A SEGUIRE SPETTACOLO TEATRALE
DEI RAGAZZI DELLE SCUOLE MEDIE
DIRETTO DA MARIO BOIS
H. 18:45**

PER ISCRIVERVI
SCANNERIZZATE
IL QR CODE
O PRENOTARSI
DIRETTAMENTE
DALLI GIGI CARTOLEIRO
ENTRO IL 27/05

Logo of the Italian Republic, Comune di Manta, Comune di Verzuolo, and other local organizations.