

TESINA DI
LOREDANA DE TOFFOLI

Percorso formativo
"Università del volontariato"
Anno 2022/2023

Tipologia di lavoro di restituzione scelto:
Rilettura metodologica dello stage

Titolo:
**LA FORMAZIONE NELL'ETÀ ADULTA PER UNA
SOCIETÀ "SI-CURA" - IL PROGETTO FORMATIVO
"IO PROTAGONISTA"**

RELATORE:
IVANA MARIA PADOAN

Qualifica:
Volontaria



Loredana è una volontaria determinata e molto impegnata. Si è avvicinata alla proposta UniVol per poter acquisire competenze da mettere a frutto nel percorso formativo della sua associazione. Ha così sviluppato un questionario ad hoc per realizzare una vera e propria analisi dei bisogni formativi degli associati. Non dimenticheremo di certo tutta la dedizione e passione che dona al volontariato.



È un'iniziativa promossa da:



In collaborazione con:



Patrocini:



INDICE

INTRODUZIONE.....	5
I. L'importanza della formazione nell'età adulta	7
1.1 Il contesto sociale	9
1.1.1 La motivazione negli "Studenti /Attori" over 65	10
1.1.2 Competenze chiave nell' Istruzione rivolta agli over 65.....	11
1.1.3 Le competenze in un mondo in trasformazione: "Lifecomp" e capabilities	14
1.1.4 IL Volontariato negli over 65.....	20
II. Una città che "SI-CURA"	23
III. IL PROGETTO.....	25
3.1 Contesto realizzativo:	25
3.1.1 Ambiti di intervento.....	25
3.1.2 Argomenti trattati.....	27
3.2 Progettazione di un nuovo percorso formativo	29
3.2.1 Questionario	30
3.2.2 Analisi questionario in grafici	33
Conclusioni.....	40
Bibliografia	42
Sitografia	42

RINGRAZIAMENTI:

Ci tenevo innanzitutto a ringraziare il CSV Belluno Treviso per avermi proposto questo corso formativo, l'Università Ca' Foscari e il Campus Ca' Foscari Treviso per l'opportunità concessa e le persone che mi hanno incoraggiato e aiutato a intraprendere questo percorso.

- Alla prof.ssa Ivana Maria Padoan fonte di ispirazione per il mio progetto, il suo "Caffè dell'Innovazione" mi ha dato una visione più ampia di cosa sia una città più Si-Cura.
- Ad Adelina Pizzo, presidente dell'Università degli Adulti di Mareno di Piave che ha accettato con entusiasmo il progetto formativo "lo protagonista" La formazione in età adulta per una città più "si-cura".
- All'organo di amministrazione dell'associazione che ha collaborato alla creazione del questionario.
- A Mariapia Scattareggia per il suo entusiasmo e positivismo.
- Ad Andrea Motta e lo staff del CSV per la loro disponibilità.
- Ai miei compagni di viaggio, motivo di confronto e stimolo sulle varie realtà associative.

INTRODUZIONE

Quando il CSV (Centro Servizi Volontariato) di Treviso mi ha proposto di iscrivermi all'Università del Volontariato ho visto un'opportunità che non potevo perdere per acquisire strumenti e competenze. Il percorso svolto con UniVol mi ha permesso di crescere e maturare fornendomi ulteriori conoscenze e stimoli, e condividendo questa esperienza con altre realtà associative presenti nel territorio e incentivando il confronto.

Il presente lavoro vuole essere la conclusione di un percorso formativo con l'Università del Volontariato di Belluno e Treviso, che permette di verificare le competenze apprese, e se tutto ciò può essere elaborato e concretizzato in un'idea progettuale all'interno di uno stage realizzato in un'associazione culturale.

Per diversi anni ho svolto attività di volontariato presso una struttura che si occupa di disagio minorile¹, oltre a questo, da diciassette anni, assieme ad un gruppo di una decina di volontari, sono socia fondatrice dell'*Università degli Adulti di Mareno di Piave APS* associazione di promozione culturale, indirizzata ad una fascia d'età non più scolare. Da allora svolgo il ruolo di segretaria e membro attivo.

Capire cos'è un ente associativo, le sue peculiarità giuridiche e fiscali, le differenze rispetto all'ente commerciale, conoscere i vari tipi di associazione e comprendere le nozioni basilari per gestire un'associazione, diventa oramai d'obbligo per il buon funzionamento delle medesime, soprattutto alla luce della Riforma del Terzo Settore che identifica quali sono i parametri da tenere presenti per gestire al meglio il valore del Dono, come descritto nel saggio di M. Mauss (1930) "Forma e motivo dello scambio nelle società arcaiche", le società hanno progredito nella misura in cui esse stesse, i loro sottogruppi ed infine i loro individui hanno saputo rendere stabili i loro rapporti: donare, ricevere e infine ricambiare.

L'aspettativa delle associazioni nel medio e lungo termine è coinvolgere un numero sempre crescente di cittadini interessati alla cultura e al volontariato attraverso la socializzazione, auspicando che il numero degli iscritti possa incrementare di anno in anno.

La pandemia da Covid 19 ha creato dinamiche relazionali difficoltose, costringendo le persone ad un isolamento sociale forzato: l'idea di attivare

¹ Per diversi anni ho svolto attività di volontariato presso la Fondazione Bernardi di Conegliano Veneto che si occupa di disagio minorile.

nuove proposte culturali mi è sembrato un modo per concretizzare la possibilità di dare un senso alla ripresa delle relazioni evolutive e di progetto.

Da anni ho in mente un progetto innovativo per la programmazione dell'offerta formativa per "L'Università degli Adulti di Mareno di Piave", ma pensavo di non avere adeguate competenze per redigerlo. Usualmente il programma viene steso senza un quadro organizzato, in base alla disponibilità dei docenti, che di conseguenza costituiscono l'impianto tematico.

L'idea di un progetto che mette al centro la persona "IO PROTAGONISTA" invece, vuole porre la centralità nella figura della persona partecipante, raccogliendo le preferenze dei possibili iscritti per confezionare il programma, rendendo pertanto *protagonista* il frequentante stesso.

La consapevolezza che questo percorso potesse essere di grande impatto è stata poi confermata dalla positiva interazione con gli attuali frequentatori dei corsi e approvata dai membri del Consiglio Direttivo dell'associazione di cui ho fatto sopra menzione.

La tesi mette a fuoco gli aspetti importanti della formazione rivolta agli over 65, facendo riferimento alle competenze chiave necessarie per migliorarsi e integrarsi nel mondo in rapida trasformazione nel contesto sociale del 21 secolo.

Sono stati individuati i fattori che dovrebbero essere presi in considerazione sia sul piano sociale sia su quello individuale, aspetti necessari per poter migliorare la qualità della vita (*Quality of Life*). Vengono elencate le otto Competenze Chiave emanate dalla "Raccomandazione del Parlamento Europeo e del Consiglio", il 22 maggio 2018. Inoltre sono citati alcuni studi sociologici in materia di formazione, quali il quadro di riferimento *LifeComp* con le nove abilità utili per le competenze di vita, rilasciato nel 2020 dalla Commissione Europea e l'elaborazione delle *Capabilities Approach (CA)*, modi di agire per la promozione del benessere e della crescita personale, aspetti basilari per lo sviluppo delle proprie capacità.

È stata anche valutata la correlazione positiva tra il volontariato e la salute personale, percepita nelle persone della terza età nei vari contesti di intervento.

Per contribuire a costruire una città sempre più votata al benessere comune, più accogliente e rivolta alla fiducia nel contesto dove si vive, viene presentata una visione più ampia di questi ambiti nel paragrafo dedicato alla città più "Sicura".

La tesi si conclude con la presentazione dell'Associazione culturale di cui faccio parte insieme al progetto "lo protagonista", creato con la collaborazione dell'Organo di amministrazione della stessa. Attraverso un questionario consegnato a tutti gli iscritti e le preferenze raccolte, visualizzate in grafici, verrà redatto con la disponibilità di docenti, un percorso formativo per il prossimo anno accademico.

I. L'importanza della formazione nell'età adulta

Perché è importante l'istruzione nell'età adulta?

Numerose analisi sociologiche effettuate in diversi paesi europei, sottolineano che l'aspetto dell'invecchiamento è una delle principali sfide sociali ed economiche della Società Europea del 21 secolo. Riguarda tutti gli Stati membri ed influenzerà quasi tutte le politiche future dell'Europa Unita. Entro il 2025 più del 20% della popolazione europea avrà oltre 65 anni, con un significativo rapido aumento delle persone con oltre 80 anni di età². In media questa fascia d'età vive ora più a lungo, è più istruita e possiede maggiore capacità funzionale rispetto alla generazione precedente. Sono abituati ad avere una vita attiva e partecipativa. Anche il loro interesse nell'istruzione permanente è maggiore.

Adottando una più ampia prospettiva, possiamo dire che l'obiettivo primario è quello di migliorare il well-being e la qualità della vita degli anziani (QoL: **Quality of Life**). Visto in questo contesto, l'intervento educativo diventa un'attività didattica sociale in cui si fondono tutti gli aspetti delle attività formali, non formali ed informali.

La ricerca attuale definisce il QoL (Qualità della Vita) come un insieme di percezioni sia oggettive che soggettive. Anche se il livello individuale della qualità della vita può diminuire a causa di molteplici fattori (solitudine, isolamento ecc.) e può essere accresciuto tramite attività che promuovono l'integrazione e la comunicazione. L'Istruzione può essere utilizzata per minimizzare tali rischi ed aumentare il QoL. La promozione ed il miglioramento del QoL nei cittadini

² Giannakouris, K. (2008) "Ageing characterises the demographic perspectives of the European societies, in Population and social conditions". Eurostat; Statistics in focus. 72/2008

over 65 ha conseguenze altamente positive; può offrire un'esistenza più felice, ma anche più attiva, produttiva, partecipativa, fatta di persone anziane più in salute che pertanto richiederanno un numero inferiore di interventi dei servizi sociali ed avranno un migliore livello qualitativo della propria vita sociale.

Le Istituzioni o le associazioni che si occupano dell'educazione rivolta agli anziani (65+ anni o pensionati) hanno la necessità di programmare dei corsi rivolti a gruppi di persone che non intendono conseguire dei titoli di studio o di migliorare le proprie opportunità di carriera. Devono pertanto usare metodologie diverse e programmare dei corsi, attività e materiali speciali, appositamente studiati allo scopo.

Gli insegnanti e lo staff didattico in genere dovrebbero essere competenti ed aggiornati in merito all'insegnamento rivolto a questa fascia di persone: devono essere in grado di comprendere gli aspetti che sostengono un programma destinato a un positivo invecchiamento psicologico, nonché quelli che invece potrebbero metterlo a repentaglio. Nelle narrazioni individuali e sociali emergono diversi preconcetti e false tesi in merito al concetto dell'avanzare con l'età.

Anche una persona over 65 deve poter avere tutte le possibilità di imparare e provarne piacere. Anche se vi è certo un qualche declino nella sfera cognitiva, le capacità di apprendere possono essere in parte preservate, rendendo così possibile continuare a condurre una vita normale e a seguire un percorso di istruzione permanente. Per esempio, sia l'esperienza di vita che la saggezza personale possono compensare il declino cognitivo.

Un consono ambiente per l'istruzione permanente deve poter fornire delle attività ritagliate su misura per gli utenti allo scopo di incentivare la motivazione, deve offrire una valida atmosfera per l'apprendimento, stimoli nuovi e saper sostenere la voglia di imparare rafforzando l'autostima. Inoltre le persone over 65 sono molto eterogenei e solitamente desiderano corsi strutturati appositamente per loro. È necessario che gli operatori motivino gli over 65 alla consapevolezza che l'esperienza di vita, la saggezza personale, la memoria tenuta sempre in allenamento, ma soprattutto una socializzazione allargata assieme ad altre soggettività anche più giovani o soggetti ancora nella professione possano compensare la perdita di interessi e il declino sociale fisico e cognitivo. A questo scopo è necessario poter offrire una varietà di corsi e laboratori che possano rispondere e allo stesso tempo attivare esigenze ed aspettative degli over 65. Non si tratta di una semplice questione di mantenimento, ma l'attivazione di

una diversa idea di sviluppo dei cicli di vita.

I fattori formativi che dovrebbero essere presi in attenta considerazione sono la socializzazione, l'integrazione, l'adattamento sociale, la cittadinanza attiva ecc. L'apprendimento ha diverse fasi nel corso della vita; i giovani necessitano di apprendere le nozioni base e le competenze sociali, l'insegnamento rivolto agli adolescenti e adulti si centra maggiormente sulla competitività e le competenze più professionali.

L'istruzione rivolta alle persone della Terza Età, o pensionati, non ha l'obiettivo di migliorare la carriera professionale e la loro relativa motivazione è puramente personale. Le ragioni che costoro avanzano sono:

- Approfondire un argomento a cui sono interessati,
- Imparare ulteriori nozioni sull'evoluzione sociale attuale e la sua storia;
- Saper comprendere la società e stare al passo con i cambiamenti;
- Evitare l'esclusione sociale e poter restare attivi e creativi.

Un altro importante aspetto che riguarda gli over 65 ed il QoL (Quality of life) è quello di cercare di mantenersi giovani e attivi quanto più possibile, facendo attività innovative, interagendo con gli altri, socializzando e continuando a scoprire nuove potenzialità, nuovi piaceri per essere più sereni con i limiti imposti dall'età e promuovendo l'autostima.

1.1 Il contesto sociale

I contatti sociali e le relazioni sono una componente importante dello stare bene con sé stessi. Le relazioni sociali e la fiducia interpersonale si sono dimostrate importanti allo scopo di apportare felicità nelle vite delle persone. Indicatori che mostrano assenza di contatti con parenti ed amici, evidenziano solitamente un estremo grado di isolamento personale. Il sondaggio 2002 EU-SILC pubblicato dall'OMS, ha evidenziato che "la percentuale della popolazione senza contatti con amici tende ad aumentare con il progredire degli anni in tutti i Paesi, a causa di rotture di amicizie, morti di amici e delle notevoli difficoltà nel rimpiazzare tali perdite con altre relazioni"³. Nella metà dei Paesi analizzati, più di una persona su dieci degli over 65 non ha più contatti con amici, né personali né di altro tipo. La famiglia ed i parenti giocano un ruolo determinante nel prevenire tale isolamento durante l'anzianità, ma soprattutto

3 World Health Organisation. Active Ageing - A Policy Framework del 2002.

il contesto sociale allargato che può sempre essere ricostruito.

1.1.1 La motivazione negli "Studenti /Attori" over 65

Quando si parla di motivazione, si deve notare che nella maggior parte dei casi gli over 65 che frequentano corsi vari desiderano apprendere per il piacere di imparare, per socializzare con altri di età simile e non per conseguire voti, certificati, crediti o diplomi. Restare mentalmente attivi è un elemento vitale per la qualità della vita, per un invecchiamento attivo, per affrontare le sfide che ci presenta il mondo moderno, per creare migliori opportunità di cittadinanza attiva per gli over 65, inclusione e partecipazione alla società, combattere la solitudine e l'isolamento di quando si invecchia, e per poter sviluppare competenze particolari del tipo:

- Attitudine a risolvere problemi;
- Capacità di memoria;
- Capacità cognitive;
- Capacità comunicative;
- Competenze interculturali.

Le sopra citate competenze aiutano i partecipanti ad ottenere la sicurezza e l'aiuto per poter "navigare" nella vita moderna, affrontando le sfide che questa ci presenta, per impegnarsi in qualcosa restando attivi, ottenendo benessere personale ed una migliore qualità della vita. I programmi rivolti alla Terza Età si rivolgono principalmente agli interessi ed i bisogni dei partecipanti, che riflettono il grado di benessere delle persone, intesi sotto aspetti diversi quali:

- Sociale;
- Emozionale;
- Fisico;
- Ambientale;
- Intellettuale;
- Spirituale.

Oltre a questi, vi sono anche altri interessi e bisogni (ad esempio lo stile di vita) che possono riguardare gli over 65 e che possono essere presi in considerazione nei programmi dei corsi. Un progetto di qualsiasi intervento didattico mirato ad

accrescere il QoL di studenti non è una cosa ottenibile in un periodo breve tramite la frequentazione di un corso su una materia in particolare o attività simile. Questo obiettivo a largo raggio richiede un'attenta progettazione dell'intero percorso di insegnamento/apprendimento che riguarda non solo il mero contenuto del corso, ma anche le modalità di insegnamento, come interagiranno i partecipanti e l'ambiente operativo. Avere un'occupazione utile ed interessi non personali sono due importanti medicine per restare giovani anche dopo i 60 anni. Ciò mette in atto una diversa modalità di istruzione, quella non formale. Per quanto concerne i tutor e gli insegnanti, in modo da trasferire più motivazione negli studenti, i programmi di studio rivolti agli over 65 devono essere progettati tenendo in considerazione le caratteristiche dei discenti/allievi, quali la loro età, le diverse capacità di apprendimento, la velocità giusta dell'insegnamento, unitamente ad uno stile di insegnamento che usi la simpatia, la comprensione, la pazienza e tutte quelle doti necessarie quando si lavora con un gruppo target di questo tipo.

1.1.2 Competenze chiave nell'istruzione rivolta agli over 65

Le competenze chiave sono quelle di cui tutti hanno bisogno per la realizzazione e lo sviluppo personale, l'occupabilità, l'inclusione sociale, uno stile di vita sostenibile, una vita appagante in società pacifiche, una gestione della vita attenta alla salute e la cittadinanza attiva.

Un individuo completamente analfabeta non è in grado di leggere e/o scrivere mentre un analfabeta funzionale possiede una padronanza basilare di queste competenze, ma non è abile nell'utilizzarle efficacemente nella vita quotidiana. Si può dire in maniera più elaborata che un individuo affetto da analfabetismo funzionale possiede delle difficoltà nel comprendere testi semplici come il libretto di istruzioni di un cellulare, non è capace di sviluppare un proprio pensiero critico. Quest'incapacità di comprendere e utilizzare le informazioni ostacola l'individuo da una propria partecipazione attiva nella società contemporanea. L'analfabeta funzionale è contrassegnato da una limitata e superficiale conoscenza dei fenomeni politici, sociali e storici e li generalizza a causa dell'influenza di episodi strettamente legati alle proprie esperienze personali. Inoltre l'uso di stereotipi e pregiudizi è molto frequente. Per questo è necessario aggiornare le proprie competenze.

Il framework (struttura) teorico europeo definisce otto competenze chiave:

- **Comunicazione nella lingua madre.** Capacità di esprimere e di interpretare concetti, pensieri, sentimenti, fatti ed opinioni sia nella

forma orale che scritta (ascolto, parlato, lettura e scrittura) e di interagire linguisticamente in modo appropriato e creativo a largo campo in contesti sociali e culturali.

- **Comunicazione in lingue straniere.** Comprende, oltre alle principali capacità di saper comunicare nella lingua madre, la comprensione interculturale. Il livello di competenza dipende da diversi fattori e dalle capacità di ascolto, di produzione orale, di lettura e dello scrivere.

- **Competenze matematiche e competenze di base in scienza e tecnologia.**

La competenza matematica è l'abilità di sviluppare ed applicare il pensiero matematico in modo da poter risolvere un insieme di problemi in situazione quotidiane, con enfasi particolare sul procedimento, sull'attività e sulla cultura. Competenze di base in scienza e tecnologia si riferiscono al grado di destrezza, uso e applicazione della cultura e delle metodologie che illustrano e spiegano il mondo naturale. Queste riguardano la comprensione dei cambiamenti causati dall'intervento umano e la responsabilità di ogni individuo come cittadino.

- **Imparare ad Imparare.** Elemento collegato all'apprendere, è l'abilità di perseguire ed organizzare la propria istruzione, sia individualmente che in gruppi, in base alle esigenze individuali in piena consapevolezza delle metodologie ed opportunità.

- **Competenze Sociali e Civiche.** La competenza sociale si riferisce alla competenza personale, interpersonale e interculturale e a tutte le forme di comportamento che sono presenti nelle persone, atte a far partecipare i cittadini in forma efficace e costruttiva alla vita sociale. A tale scopo è essenziale poter disporre di una corretta comprensione dei codici comportamentali e dei costumi delle possibili realtà ambientali in cui operano le persone. La competenza civica ed in particolare la cultura dei concetti e strutture sociali e politiche (democrazia, giustizia, eguaglianza, cittadinanza e diritti civili) devono essere presenti negli individui per poter interagire attivamente e democraticamente.

- **Spirito di iniziativa e imprenditorialità.** Intesa come capacità di tradurre le idee in azione, di cogliere le opportunità per l'avvio di un'attività sociale o commerciale.

- **Consapevolezza culturale ed espressione.**

Comprende l'apprezzamento dell'importanza dell'espressione creativa di idee, esperienze ed emozioni nel settore dei media (media, arti dello spettacolo, letteratura ed arti visive).

•**Competenza Digitale.** Comprende l'uso critico e sicuro della tecnologia dell'informazione (IST) e inoltre le competenze base della Tecnologia dell'Informazione e Comunicazione (ICT).

Uno degli importanti aspetti dell'istruzione informale è l'uso dell'informazione tecnologica. Gli over 65 sono un gruppo a rischio di esclusione sociale a causa delle assenti o scarse possibilità di accesso alle tecnologie di informazione che ormai sono presenti in tutte le situazioni quotidiane (uffici, banche, shopping, fonti di informazione, comunicazione e sociale). Senza l'accesso alla IT (Information Technology) risulta ormai difficile poter partecipare alla vita sociale. Oltre alla mancanza di motivazione e competenze, l'esclusione digitale può derivare anche da diversi tipi di disabilità che spesso affliggono gli anziani (per esempio problemi di vista). Pertanto è importante spingere gli over 65 verso l'informazione digitale e all'uso dei vari media e la relativa comprensione dei messaggi di informazione. Il concetto della "anzianità attiva" è anche collegato alla partecipazione ad attività sociali a scopo di apprendimento.

La Raccomandazione⁴ che definisce queste 8 competenze chiave, ha pubblicato un aggiornamento ampliando e modificando i nomi delle competenze (l'unico rimasto invariato è "Competenza digitale".)

4 Raccomandazione del Parlamento Europeo e del consiglio del 22 Maggio 2018

Anno 2006

Anno 2018



Figura 1: Le 8 competenze chiave emanate dal Parlamento Europeo e del Consiglio. La prima colonna si riferisce al 2006 e la seconda all'aggiornamento successivo del 2018. Fonte : Rivista Bricks: Competenze e Certificazioni pubblicata nel 2021.

Le competenze chiave sono considerate tutte di pari importanza, possono essere applicate in molti contesti differenti e in combinazioni diverse, si sovrappongono, sono interconnesse e sono definite come una combinazione di conoscenze, abilità e atteggiamenti. La conoscenza si compone di fatti e cifre, concetti, idee e teorie che sono già stabiliti e che forniscono le basi per comprendere un certo settore o argomento. Per abilità si intende sapere ed essere capaci di eseguire processi ed applicare le conoscenze esistenti al fine di ottenere risultati. Gli atteggiamenti descrivono la disposizione e la mentalità per agire o reagire a idee, persone o situazioni.

Queste competenze possono sembrare esaustive per questo preciso contesto storico e sociale, ma viviamo in continuo e veloce mutamento e saranno immancabilmente aggiornate nel prossimo futuro.

1.1.3 Le competenze in un mondo in trasformazione: "LifeComp" e capabilities

LifeComp (l'insegnamento per le competenze della vita) è stato rilasciato e pubblicato nel 2020⁵ dalla Commissione Europea, dopo un'approfondita analisi

5 The European framework for personal, social and learning to learn key competence 2020.

delle elaborazioni esistenti e numerose consultazioni con esperti e stakeholders a livello europeo.

Il quadro di riferimento LifeComp, considera le competenze "personali, sociali e di imparare a imparare" come insieme di abilità applicabili a tutte le sfere della vita e che possono essere acquisite attraverso un'educazione formale e non formale, e che, possono aiutare tutti i cittadini a prosperare e integrarsi nel 21 secolo.

Il LifeComp ha nove competenze, con tre descrittori ciascuna ed ognuna di essa corrisponde al modello di "CONSAPEVOLEZZA, COMPrensIONE, AZIONE." Modello che può essere utilizzato come base per lo sviluppo dell'apprendimento per tutte le fasce di età e per la gestione di situazioni complesse.

- **Personale**

- Autoregolazione

- Flessibilità

- Benessere

- **Sociale**

- Empatia

- Comunicazione

- Collaborazione

- **Imparare ad imparare**

- Crescita

- Pensiero critico

- Gestione dell'apprendimento

Si riporta qui sotto, la tabella 1 descrittiva di queste tre aree, elaborata dalla prof.ssa Mara Masseroni e dal prof. Pierfranco Ravotto, pubblicata sulla rivista Bricks n.7 del 2021 Competenze e Certificazioni, tabella che ritengo possa essere punto di riferimento di un possibile percorso formativo per un'associazione culturale come l'Università degli Adulti.

Alla fine della tabella, il mio commento su di essa.

Area	Competenze	Descrittori
Personale	P1. Auto regolazione. Consapevolezza e gestione di emozioni pensieri e comportamenti.	P1.1 Consapevolezza ed espressione delle emozioni, pensieri e comportamenti personali.
		P1.2 Comprendere e saper regolare le emozioni, i pensieri e i comportamenti personali, comprese le risposte allo stress.
		P1.3 Coltivare ottimismo, speranza, resilienza, auto-efficacia e mantenere la consapevolezza dello scopo per supportare l'apprendimento e l'azione.
	P2. Flessibilità. Capacità di gestire le transizioni e l'incertezza e di affrontare le sfide.	P2.1 Prontezza a rivedere opinioni e linee d'azione di fronte a nuove prove.
		P2.2 Comprendere e adottare nuove idee, approcci, strumenti e azioni in risposta a contesti mutevoli.
		P2.3 Gestire le transizioni nella vita personale, nella partecipazione sociale, nel lavoro e nei percorsi di apprendimento, facendo scelte consapevoli e fissando obiettivi.
	P3. Benessere. Ricerca della soddisfazione nella vita, cura della salute fisica, mentale e sociale e adozione di uno stile di vita sostenibile.	P3.1 Consapevolezza che il comportamento individuale, le caratteristiche personali e i fattori sociali e ambientali influenzano la salute e il benessere.
		P3.2 Comprendere i potenziali rischi per il benessere e utilizzare informazioni e servizi affidabili per la salute e la protezione sociale.
		P3.3 Adozione di uno stile di vita sostenibile che rispetti l'ambiente e il benessere fisico e mentale di sé e degli altri, ricercando e offrendo sostegno sociale.
Sociale	S1. Empatia Comprensione delle emozioni, delle esperienze e dei valori di un'altra persona e saper dare risposte appropriate.	S1.1 Consapevolezza delle emozioni, delle esperienze e dei valori di un'altra persona.
		S1.2 Comprendere le emozioni e le esperienze di un'altra persona e capacità di assumere in modo positivo il suo punto di vista.
		S.1.3 Reattività alle emozioni e alle esperienze d un'altra persona, essendo consapevoli che l'appartenenza al gruppo influenza il proprio atteggiamento.

Area	Competenze	Descrittori
	S2. Comunicazione Utilizzo di strategie di comunicazione pertinenti di codici e strumenti specifici a seconda del contesto e del contenuto.	S2.1 Consapevolezza della necessità di una varietà di strategie di comunicazione, registri linguistici e strumenti che si adattino al contesto e ai contenuti. S2.2 comprendere e gestire interazioni e conversazioni in diversi contesti socio-culturali e situazioni specifiche. S2.3 Ascoltare gli altri e impegnarsi in conversazioni con fiducia, assertività, chiarezza e reciprocità, sia in contesti personali che sociali.
	S3. Collaborazione Impegno in attività di gruppo e lavoro di squadra in cui si riconoscono e rispettano gli altri	S3.1 Intenzione di contribuire al bene comune e consapevolezza che gli altri possono avere affiliazioni culturali, background, credenze, valori, opinioni o circostanze personali differenti. S3.2. Comprendere l'importanza della fiducia, del rispetto per la dignità umana e per l'uguaglianza, affrontare i conflitti e negoziare i disaccordi per costruire e sostenere relazioni eque e rispettose. S3.3 Equa condivisione di compiti, risorse e responsabilità all'interno di un gruppo tenendo conto del suo scopo specifico; sollecitando l'espressione di punti di vista diversi e adottando un approccio sistemico.

Imparare a imparare	L1. Mentalità di crescita Credere nel potenziale proprio e degli altri di imparare e progredire continuamente	L1.1 Consapevolezza e fiducia nelle capacità proprie e altrui di apprendere, migliorare e raggiungere lo scopo con il lavoro e la dedizione. L1.2 Comprendere che l'apprendimento è un processo che dura tutta la vita e che richiede apertura, curiosità e determinazione. L1.3 Riflettere sul feedback degli altri così come sulle esperienze di successo e insuccesso per continuare a sviluppare il proprio potenziale.
	L2. Pensiero critico Capacità di valutare informazioni e argomenti per sostenere conclusioni motivate e sviluppare soluzioni innovative	L2.1 Consapevolezza di potenziali pregiudizi rispetto ai dati e ai propri limiti personali, mentre si raccolgono informazioni e idee valide e affidabili da fonti varie e affidabili. L2.2 Confrontare, analizzare, valutare e sintetizzare dati, informazioni, idee e messaggi dei media per trarre conclusioni logiche. L2.3 Sviluppare idee creative, sintetizzare e abbinare concetti e informazioni da diverse fonti in vista della risoluzione dei problemi.

Area	Competenze	Descrittori
	L3 Gestione dell'apprendimento Pianificazione, organizzazione, monitoraggio e revisione del proprio apprendimento	L3.1 Consapevolezza dei propri interessi di apprendimento processi e strategie preferite, compresi i bisogni di apprendimento e il supporto richiesto. L3.2 Pianificare e implementare obiettivi, strategie, risorse e processi di apprendimento. L3.3 Riflettere e valutare finalità, processi e risultati dell'apprendimento e della costruzione della conoscenza, stabilendo relazioni tra i vari ambiti.

Tabella 1: Le nove competenze del quadro di riferimento del LifeComp e i tre descrittori per area: Personale, Sociale, Imparare a imparare.

Ritengo importanti queste tre esposizioni tabellari, in quanto affrontano nella loro completezza la salute fisica, mentale e relazionale dell'individuo, aspetti basilari per star bene.

Le persone over 65 hanno necessità di acquisire adeguate nozioni sia per sentirsi correttamente integrate nel contesto sociale, che per imparare a progredire, sapendo anche gestire quella che Goleman definisce "intelligenza emotiva"⁶, propria dell'area personale. Inoltre, le giuste informazioni permettono di gestire lo stress, incrementando l'ottimismo, la speranza la resilienza e la reciprocità. Questo consolida le personali capacità collaborative, con crescente consapevolezza della fiducia, della dignità e dell'uguaglianza in se stessi e nel prossimo. Ciò consente di evitare pregiudizi e preconcetti, che impediscono di relazionarsi con le presenti e le nuove generazioni e di avere una maggiore attenzione al dialogo interculturale.

Un indispensabile punto di riferimento per questa visione è la filosofia di Martha Nussbaum⁷ quando rileva come nel mondo contemporaneo debba formarsi "una democrazia fatta di pensiero e ragionamento, di riflessione e autoriflessione che la tecnologia e l'economia da sole non possono fare.

Introducendo la necessità di educare all'etica democratica, l'autrice considera come le nazioni devono affrontare problematiche decisive per lo sviluppo sociale, come l'immigrazione, le minoranze religiose ed etniche, attraverso una *leadership* che conduca alla consapevolezza della diversità come fattore di arricchimento. Un ruolo fondamentale, in proposito è svolto dalla formazione continua non solo scolastica, che, come già più volte sostenuto ha il compito di far comprendere il punto di vista altrui e portare lo sviluppo dell'empatia diffusa.

Il benessere delle persone è molto più che una questione di denaro, come sostiene Giuditta Alessandrini⁸ che ha come obiettivo la promozione del

⁶ Daniel Goleman, psicologo, scrittore, e giornalista statunitense. Ha studiato all'Amherst College, dove è stato allievo di Alfred F. Jones. Si è laureato ad Harvard, specializzandosi in "psicologia clinica e sviluppo della personalità", dove successivamente ha anche insegnato. Testo di riferimento: *L'intelligenza emotiva: Che cos'è e perché può renderci felici* (1995).

⁷ Martha Nussbaum filosofa statunitense. Ha insegnato all'Università di Harvard e alla Brown University, dove ha ottenuto il titolo di professoressa universitaria.⁽¹⁾ Dal 2006 è membro onorario dell'International Institute of Social Studies all'Aia (Paesi Bassi). Attualmente ricopre il ruolo di Ernst Freund Distinguished Service Professor di diritto ed etica presso l'Università di Chicago, cattedra che include impieghi al Philosophy Department, alla Law School e alla Divinity School. Tiene inoltre corsi sugli studi classici e sulle scienze politiche, è membro del "Committee on Southern Asian Studies" e del consiglio direttivo del "Human Rights Program".

⁸ Pedagogista con quarant'anni di esperienza nella docenza e ricerca universitaria e più di vent'anni di consulenza formativa e formazione manageriale

benessere e della crescita personale, una proposta che viene da lei inclusa nelle "Capabilities Approach" (CA)⁹.

Le *capabilities* sono modi di essere e agire, per mettere a fuoco la dignità dell'individuo intesa come fine: occorre tener conto dei vari aspetti basilari, insieme alla propria "dotazione personale" al fine di raggiungere un livello di sviluppo corrispondente alle proprie possibilità. Le capacità minimali umane fondamentali, le capacità massimali ed interne combinate permettono la possibilità di vivere una vita degna di essere vissuta al meglio.

Le capacità centrali che Nussbaum ritiene fondamentali e che ogni ordinamento politico deve garantire a tutti i cittadini sono: vita (ovvero una vita in condizioni di dignità) salute fisica, integrità fisica, appartenenza, gioco, controllo del proprio ambiente. Si tratta di capacità che corrispondono alle libertà fondamentali da garantire e tutelare a favore del cittadino che, come sottolineato, deve partecipare attivamente alla costruzione di un Paese libero e democratico.

Le suddette capacità si muovono tra una soglia minimale – su cui insistono insieme le capacità interne e combinate – e una soglia massimale, dove la prima definisce il confine tra umano e non umano, mentre la seconda si riferisce a tutte le possibilità di cui l'individuo ha e dispone per ottenere un livello di sviluppo adeguato alle sue possibilità.

1.1.4 *IL Volontariato ed il Well-being negli over 65*

Una ricerca comparata europea condotta e poi pubblicata nell'ottobre del 2009 da Debbie Haski-Leventhal, mostra come vi sia una generale correlazione positiva tra il volontariato e la salute personale percepita, la soddisfazione del vivere, l'aspettativa della propria vita, ed una correlazione negativa con la depressione. Come le persone vanno avanti con gli anni ed entrano nella terza età, scoprono come il volontariato possa essere un valido sostituto dei ruoli sociali che hanno perso.

Il volontariato dagli over 65 ha un impatto sociale positivo, sia nei confronti della società che dei volontari stessi, fornendo servizi che altrimenti sarebbero non disponibili o costosi.

L'attività di volontariato degli over 65 contribuisce ad eliminare l'isolamento, a

⁹ Capabilities Approach (CA): un modo di affrontare le tematiche etico-politiche basato sullo sviluppo e ancor prima sulla possibilità di vivere una vita degna per l'individuo a partire da quelle che sono definite – appunto – capacitàzioni.

rafforzare la partecipazione sociale, ad aumentare l'autostima nei volontari, modificare gli stereotipi, a promuovere la consapevolezza sociale e politica. Mentre aiutano altri, i volontari anziani aiutano sé stessi e migliorano il loro well-being fisico, mentale e sociale, proteggendosi dai rischi del pensionamento passivo, dal declino fisico ed inattività. L'integrazione sociale offerta dal lavoro di volontariato può accrescere il proprio well-being, dato che riducendo l'isolamento sociale si può ridurre anche il rischio di depressione.

Alcuni studi internazionali sul volontariato dimostrano che le percezioni ed il suo impatto relativo non sono gli stessi in tutte le nazioni e culture. Le alte percentuali di partecipazione nei Paesi del nord Europa e le basse percentuali dei Paesi mediterranei sono ben visibili e comprovate, come risulta dallo Eurobarometro, sondaggio coordinato dalla direzione generale della Comunicazione, condotto da TNS Opinion & Social su richiesta del Parlamento Europeo, pubblicato nel 2011.

Avere un'occupazione utile ed interessi non personali sono due importanti medicine per "restare giovani" anche dopo i 60 anni. Il concetto della "anzianità attiva" è anche collegato alla partecipazione ad attività sociali a scopo di apprendimento.

Con il sopraggiungere dell'età della pensione, inizia una nuova fase della vita e dopo tanti anni di corse e affanni, è finalmente arrivato il momento di godersi un po' di meritata tranquillità. Ma cosa si può fare per riempire tutto questo tempo libero che si è guadagnato ed evitare la noia e monotonia? Entrare nel mondo del volontariato può essere una delle risposte. Si tratta di un'ottima opportunità per condividere la propria esperienza di vita e aiutare gli altri. Fare del volontariato permette inoltre di rimettersi in gioco, facendo nuove esperienze, alcune di esse rivolte specificamente alla terza età, altre alle proprie passioni.

"Cultura, sport e ricreazione" sono le attività più diffuse del non-profit italiano. In questo settore rientrano tutte quelle organizzazioni che si occupano di promozione sportiva, ricreativa e di socializzazione. Molti dei volontari sono stati per lungo tempo membri attivi all'interno delle associazioni sportive e culturali e ora vogliono continuare a coltivare la propria passione attraverso il volontariato.

Fare del volontariato è un ottimo modo per rimanere attivi e tenersi impegnati una volta raggiunta l'età della pensione. Dedicando una parte del tempo agli altri si ha l'opportunità di godere di una vita sociale più attiva e incontrare

persone di tutte le fasce d'età, con cui scambiare punti di vista e condividere esperienze.

Impegnarsi in attività offre la possibilità di fare nuove esperienze e acquisire nuove competenze. Il volontariato permette dunque non solo di migliorare la qualità della vita dei beneficiari, ma anche quella dei volontari che si sentono valorizzati e gratificati per il loro contributo.

Esistono associazioni di volontariato, attive in ambiti che spaziano dal sostegno scolastico alla tutela dell'ambiente, ne citerò alcune.

Le attività di volontariato per gli over 65 possono realizzarsi all'interno di:

- Organizzazioni di sostegno alle marginalità;
- Università della Terza Età;
- Club per anziani;
- Comunità locali, comprese quelle presenti nelle chiese e associazioni religiose;
- Organizzazioni commerciali, non-profit;
- Attività di auto mutuo-aiuto;
- Associazioni di assistenza sanitaria;
- Associazioni socio-culturali;
- Associazioni sportive;
- Volontariato ambientale e con gli animali;
- Associazioni di musica, cori e bande;
- Associazioni per la promozione artistica.

Oltre alle attività presentate, esistono tantissimi altri campi in cui impegnarsi socialmente. Diverse associazioni, enti non-profit, fondazioni e Onlus, attivi sia a livello locale che nazionale, offrono opportunità di volontariato in una vasta gamma di settori e sono sempre entusiasti di accogliere nuovi volontari.

II. Una città che "SI-CURA"

Siamo cresciuti con l'idea che il sociale fosse una forma curativa o di sostegno. Nelle società attuale la questione tra well-being e disagio è più sfumata. È facile passare dall'agio al disagio (vedi la questione della pandemia Covid). Diventa attuale un altro pensiero quello di partecipazione-prevenzione sociale per tutte le età. Ogni luogo, paese, città oggi sono attraversati da sistemi globali e attivano nuove condizioni di vita, molte simili tra di loro oppure differenti ma, all'interno di un sistema di cittadinanza attiva che richiede la presenza di tutti i suoi abitanti.

Gli incontri di "Caffè dell'Innovazione"¹⁰ promossi dal Centro Selisi- Campus Treviso, coordinati dalla prof.ssa Ivana Padoan¹¹, hanno permesso una visione più ampia su cosa possa essere intesa una città/paese che si-cura, che si occupa di sé e su come ognuno di noi la possa rendere tale. Ritengo probabile che, proprio questi incontri, sia maturata l'idea di sviluppare il mio personale progetto.

La "Città si-cura"¹² nasce quando vi è una cultura della sicurezza come cura di sé che coinvolge la cittadinanza in diversi contesti, non solo dal punto di vista dell'ordine pubblico, ma quando la medesima è responsabile e consapevole del proprio abitare. Per questo è necessario costruire una conoscenza multidisciplinare e una pratica di rete tra le varie competenze culturali, urbanistiche, commerciali, associative e politiche: la politica è un'arte a servizio della collettività, se non si vuole ridurla a mera pratica burocratico-amministrativa.

La città diventerà più si-cura quando da un'analisi dei diversi contesti si sviluppa l'idea che il benessere è un fatto comune: quando emergerà uno spazio urbano votato al benessere comune, attraverso attività di presidio del territorio, di costruzione di edifici più belli, più vivibili, maggiormente in armonia con l'ambiente. Insomma un luogo compatibile con un'elevata qualità di vita, di socializzazione e di studio.

Laddove non arrivano gli enti pubblici devono intervenire anche altri enti, si devono mettere in circolo strategie di dialogo tra le diverse istituzioni e le realtà private, i cittadini e le associazioni. Questa sinergia permetterà di intercettare

¹⁰ "Caffè dell'Innovazione" incontri promossi dal Centro Selisi-Campus Treviso che vogliono stimolare nei partecipanti riflessioni su temi attuali. Nei Caffè dell'Innovazione, chi ascolta è sempre chiamato ad interagire con i relatori, in una didattica che non vuole essere frontale, ma di scambio di esperienze e conoscenze

¹¹ Ivana Padoan: Professoressa associata Dipartimento di Filosofia e Beni Culturali Cà Foscari di Venezia

¹² La città Si-cura, Lezioni che rientrano negli incontri organizzati da UniVol e tenuti dalla prof. Padoan

le persone finora non coinvolte in modo che diventino un potenziale per realizzare progetti per il bene collettivo e per modificare i comportamenti non inclusivi. Si tenderà così a mirare alla realizzazione di un welfare sostenibile e responsabile che spinga le persone a costruire relazioni positive e utili ad evitare conflitti. L'Università degli Adulti e il volontariato in questo, hanno un loro ruolo, non solo quello di erogare servizi, ma di condivisione e socializzazione. Imparare a capire per poi restituire può fare la differenza.

Auspico pertanto che questo progetto diventi uno dei possibili concreti percorsi, da modificare in parallelo ai sempre più rapidi sviluppi della società, per contribuire a costruire una città sempre più "si-cura" e accogliente.

Per creare benessere e fiducia nel contesto dove si vive, sarà utile predisporre una serie di incontri con l'Amministrazione comunale per offrire alla comunità degli anziani le informazioni sui servizi attivati, comunicare – anche con l'ausilio di opuscoli, dépliant, avvisi di vario tipo i servizi erogati dalle associazioni presenti sul territorio per assistenza o supporto alle persone della terza età.

Saranno altresì essenziali alcuni incontri tesi a contribuire alla creazione di competenze necessarie per risolvere le problematiche connesse a una società in rapida evoluzione, sia culturale sia tecnologica. Senza tralasciare la storia, le innovazioni possono riconsiderare e riquadrare le cornici di un programma capace di integrare il passato con il futuro, in nome di una cittadinanza di tutti più solidale e condivisa, senza trascurare l'importanza di corsi di informatica, finalizzati a facilitare l'interazione da parte di persone potenzialmente non troppo esperte, con i servizi pubblici e le consuete strutture digitalizzate.

A completamento dell'offerta relativa alla città che "si cura" anche attraverso un'associazione culturale, come l'Università degli Adulti, si rende indispensabile il coinvolgimento attivo e diretto di medici, docenti e professionisti che interagiscano, non solo con lezioni, seminari, convegni di tipo frontale, ma anche impiegando metodologie alternative di partecipazione costruttiva.

Da ultima, ma certo non la meno importante, deve risultare l'attività di socializzazione:

- o Utilizzo di alcuni spazi comunali (ad esempio il Palazzetto dello sport) per attività sportive (es. gioco delle bocce, ginnastica dolce, corsi di ballo);
- o Formazione di gruppi di cammino;

- o Aule per tornei di carte;
- o Apertura di un bar gestito da associazioni di anziani;
- o Attività manuali, quilling, corsi di pittura, corsi di ceramica, composizioni floreali;
- o Spettacoli teatrali e concerti di musica utilizzando auditorium comunali;
- o Volontariato nelle varie associazioni presenti nel territorio.

III. IL PROGETTO

3.1 *Contesto realizzativo:*

L'università degli Adulti di Mareno di Piave, costituita l'11 ottobre 2007 per volontà dell'allora Assessore alle Politiche Sociali Sig. Attilio Battistella, nasce dall'esigenza di promuovere la cultura verso quella fascia d'età non più scolare.

Con la partecipazione di una decina di volontari del comune, il contributo della Banca Prealpi di Mareno di Piave e la collaborazione dell'amministrazione comunale che mette a disposizione le aule e l'auditorium del centro culturale, la disponibilità di docenti e primari ospedalieri, prende forma l'attività dell'associazione.

Si inizia con una sessantina di soci per poi trovarsi nel corso degli anni a oltre 200 iscritti per anno accademico.

Le attività iniziano a novembre per terminare a maggio dell'anno successivo.

Le lezioni vengono svolte due volte alla settimana, il martedì e giovedì dalle 15:00 alle 17:00, mentre i corsi il lunedì, mercoledì e venerdì in orari diversi.

3.1.1 *Ambiti di intervento*

L'Università degli Adulti di Mareno di Piave si occupa di formazione e promozione culturale permanente, con corsi liberi, secondo criteri che valorizzino in primo luogo le potenzialità di ogni individuo, relazionandosi anche con generazioni diverse, con vari laboratori e corsi dedicati a specifiche materie.

Promuovere lo sviluppo sociale e culturale della comunità, diffondendo e affermando valori etici: la solidarietà, la partecipazione e la qualità delle

conoscenze e competenze in un'ottica di cittadinanza attiva e in sinergia con le diverse realtà territoriali.

Le forme attraverso le quali si intendono realizzare queste attività, possono spaziare dagli incontri effettuati bisettimanalmente, alle conferenze, alle visite guidate, promuovendo e diffondendo la conoscenza del patrimonio artistico, culturale e storico delle nostre città, partecipando a spettacoli teatrali e concerti di musica classica, favorendone la fruibilità.

L'Università degli Adulti ha anche lo scopo di consentire alle persone di stare assieme, socializzare, di creare relazioni che poi acquisiscono rilevanza al di fuori dell'ambiente dell'associazione, favorendo anche la conoscenza di altre realtà associative presenti nel territorio.

3.1.2 Argomenti trattati

Le materie affrontate sono le seguenti:

- Medicina;
- Arte;
- Matematica;
- Storia;
- Scienze;
- Chimica;
- Psicologia;
- Storia della Musica;
- Enologia;
- Giardinaggio;
- Giornalismo;
- Farmacia;
- Medicina alternativa;
- Ambiente;
- Diritto;
- Tecniche bancarie;
- Fisco;
- Cinema;
- Teatro.

Corsi attivati

- Ballo di gruppo;
- Corsi di cucina e pasticceria;

- Pittura su ceramica;
- Quilling (fiori di carta);
- Informatica;
- Corsi di lingua inglese e spagnolo;
- Ginnastica dolce, gioco del Burraco;
- Corso di Teatro per adulti.

Attività culturali effettuate

- Partecipazioni a lezioni all'Accademia delle Belle Arti di Venezia;
- Visita al museo "MUSE" di scienze di Trento;
- Visita alla diga Vajont Longarone;
- Visita al Vittoriale di Gabriele D'Annunzio;
- Visita al Cantiere Navale di Monfalcone;
- Visita Nave Costa Crociera porto di Venezia;
- Visita guidata al Teatro la Fenice;
- Partecipazione come pubblico alla trasmissione "Chi vuole essere Milionario" di Gerry Scotti allo Studio di Milano Due;
- Visita alla Fondazione Canova di Possagno (TV);
- Fondazione Jonathan aerei storici Nervesa della Battaglia (TV);
- Itinerari naturalistici;
- Visite guidate a città d'arte, chiese ed abbazie, centri storici;
- Una serie di visite alle attività industriali e artigianali del territorio come cantine, multinazionali degli elettrodomestici, biscottifici, latterie, aziende agricole ecc.

Incontri effettuati con:

- Forze dell'ordine;
- Vigili del Fuoco;
- Carabinieri;
- Polizia postale;
- Polizia locale.

Eventi organizzati:

- Concerti di Musica Classica;
- Spettacoli teatrali, comici e cabaret;
- Incontri con scrittori;
- Cene e pranzi conviviali.

2.2 Progettazione di un nuovo percorso formativo

Dall'esperienza maturata in questa associazione e dalla gestione di un numero considerevole di docenti che mettono a disposizione le proprie competenze in maniera gratuita, nasce l'esigenza di valutare e progettare un percorso formativo diverso, tenendo conto dei desideri dei corsisti attraverso una maggiore interazione ed inclusività.

Con il supporto dei membri del direttivo, viene redatto un questionario strutturato che tiene conto sia di tutte le materie affrontate nel corso degli anni, sia di nuove, che potrebbero essere di interesse comune, dando libertà a chi lo compilerà di indicare le proprie preferenze, interessi culturali, attività e argomenti nuovi da inserire nel prossimo anno accademico.

Il questionario viene consegnato a tutti gli iscritti al termine delle lezioni, e ritirato entro la data di chiusura dell'anno accademico.

Con l'analisi dei dati raccolti, si predispongono di conseguenza un piano formativo idoneo alle richieste ed esigenze culturali espresse dai frequentatori,

contestualizzandolo anche al tessuto sociale ed economico del territorio.

Attualmente per l'anno in corso sono state effettuate:

- 36 lezioni da due ore ciascuna di materie generali con la disponibilità di 26 docenti;
- 10 lezioni da un'ora e mezza ciascuna con un docente per la lingua inglese;
- 10 lezioni da un'ora e mezza ciascuna con un docente per il corso di spagnolo;
- 10 Lezioni da un'ora e mezza ciascuna con un maestro per il corso di ballo di gruppo;
- 10 lezioni da un'ora e mezza ciascuna con due docenti per il corso di informatica.

2.2.1 *Questionario*

Il questionario di seguito riportato prevede un numero ampio di opportunità per il frequentatore, è stato consegnato in forma cartacea per facilitarne la compilazione soprattutto per coloro che non hanno dimestichezza con i mezzi informatici.

Il questionario delle preferenze tematiche è stato consegnato ai 208 iscritti e 155 di loro lo hanno riconsegnato e compilato in tutte le sue parti.

Questionario preferenze tematiche.

Istruzioni per la compilazione: barrare con una X tutti gli indirizzi prescelti (massimo 25 preferenze).

Nome e Cognome:..... M F

Età: 40-50 51-60 61-70 71-90

Argomento: Medicina

- Oculistica
- Fisioterapia
- Osteopatia
- Geriatria
- Ortopedia
- Oncologia
- Cardiologia
- Veterinaria
- Medicina generale

Argomento: Storia

- Medioevo
- Prima e Seconda Guerra Mondiale
- Storia locale
- Guerra fredda 1947-1991

Argomento: Geografia

- Territorio locale
- Italia
- Europa
- Mondo

Argomento: Politica

- Organi istituzionali
- Parlamento
- Amministrazione Comunale
- Filosofia della politica

Argomento: Psicologia

- Depressione
- Menopausa-Andropausa
- Salute mentale (come allenare la mente)
- Comunicazione
- Meccanismo della mente e comportamento

Argomento: Farmacologia

- Omeopatia
- Erboristeria
- Farmacoterapia
- Farmacocinetica (destino del farmaco nell'organismo)

Argomento: Arte

- Storia dell'arte
- Cinema
- Teatro

Argomento: Sostenibilità ambientale

- Ripristino e bonifica del territorio
- Bonifica delle acque
- Purificazione dell'aria

Argomento: Natura

- Agricoltura
- Giardinaggio
- Enologia
- Apicoltura
- Salvaguardia della biodiversità ed ecosistemi

Argomento: Diritto

- Diritto privato
- Diritto di famiglia
- Diritto del lavoro
- Eredità, Successioni, Testamenti

Argomento: Musica

- Storia della musica
- Compositori
- Interpretare la musica

Argomento: Vari

- Sicurezza domestica
- Letteratura antica, classica, moderna
- Economia / Finanza
- Attualità
- Diari di viaggi
- Giornalismo
- Chimica

Istruzioni per la compilazione: barrare con una X le proposte (massimo 5 preferenze).

Corsi da attivare:

- Inglese
- Spagnolo
- Corso di scrittura
- Informatica
- Ceramica
- Pittura
- Quilling
- Composizioni floreali
- Ballo di gruppo
- Ginnastica dolce
- Yoga
- Corsi di cucina
- Corsi di pasticceria
- Burraco
- Corso sulla comunicazione

Incontri proposti con:

- Polizia
- Carabinieri
- Polizia locale
- Amministratori locali
- Vigili del fuoco
- Forze armate
- Scrittori
- Artisti

Visite guidate a:

- Patrimonio dell'Unesco regionale
- Siti religiosi
- Musei / Pinacoteche / Conservatori
- Oasi naturalistiche / percorsi
- Attività produttive
- Aziende agricole
- Teatri
- Visite ad emittente radiofonica o televisiva
- Città storiche e castelli

Suggerimenti da parte dei soci:

Argomenti da trattare:

Corsi da proporre:

3.2.2 Analisi questionario in grafici

I grafici sono stati divisi per aree di interesse:

- Salute e benessere (corrispondenti agli argomenti: Medicina, psicologia, Farmacologia nel questionario);
- Ambiente e natura (corrispondenti agli argomenti: Geografia, Sostenibilità ambientale, Natura nel questionario);
- Storia Politica Diritto (corrispondenti agli argomenti: Storia, Politica, Diritto nel questionario);
- Arte Musica Varie (corrispondenti agli argomenti: Arte, Musica, Vari nel questionario);
- Corsi da attivare;
- Incontri proposti;
- Visite guidate.

Gli assi verticali dei grafici corrispondono al numero di persone che hanno manifestato interesse alle diverse opzioni proposte.

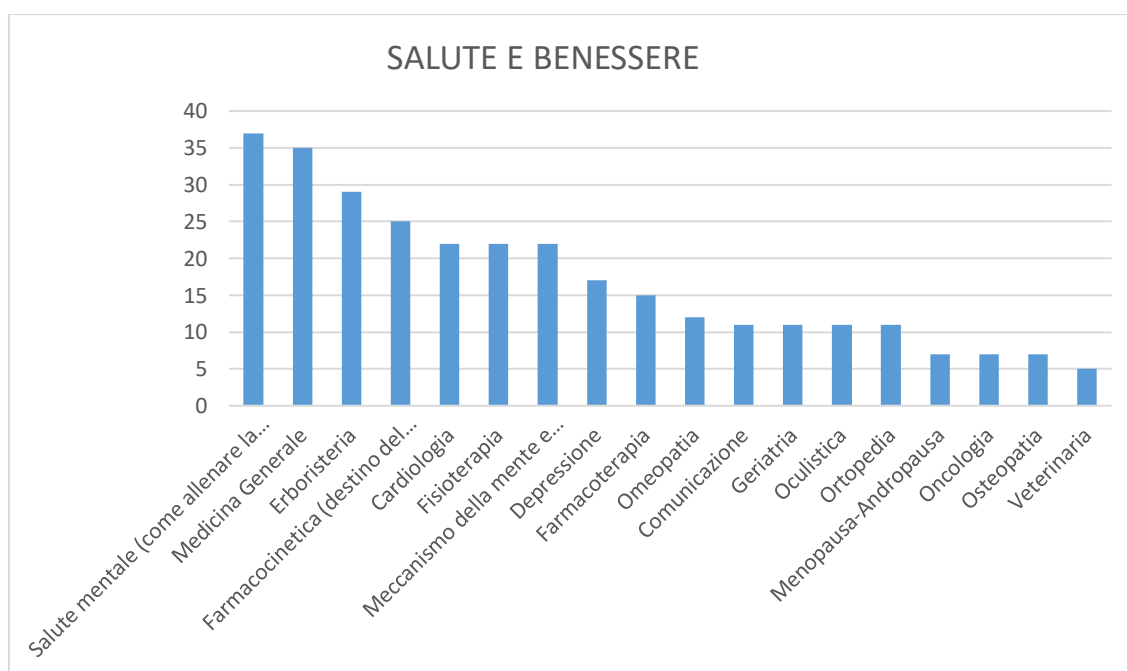


Figura 2 : Risposte raccolte per l'area salute e benessere.

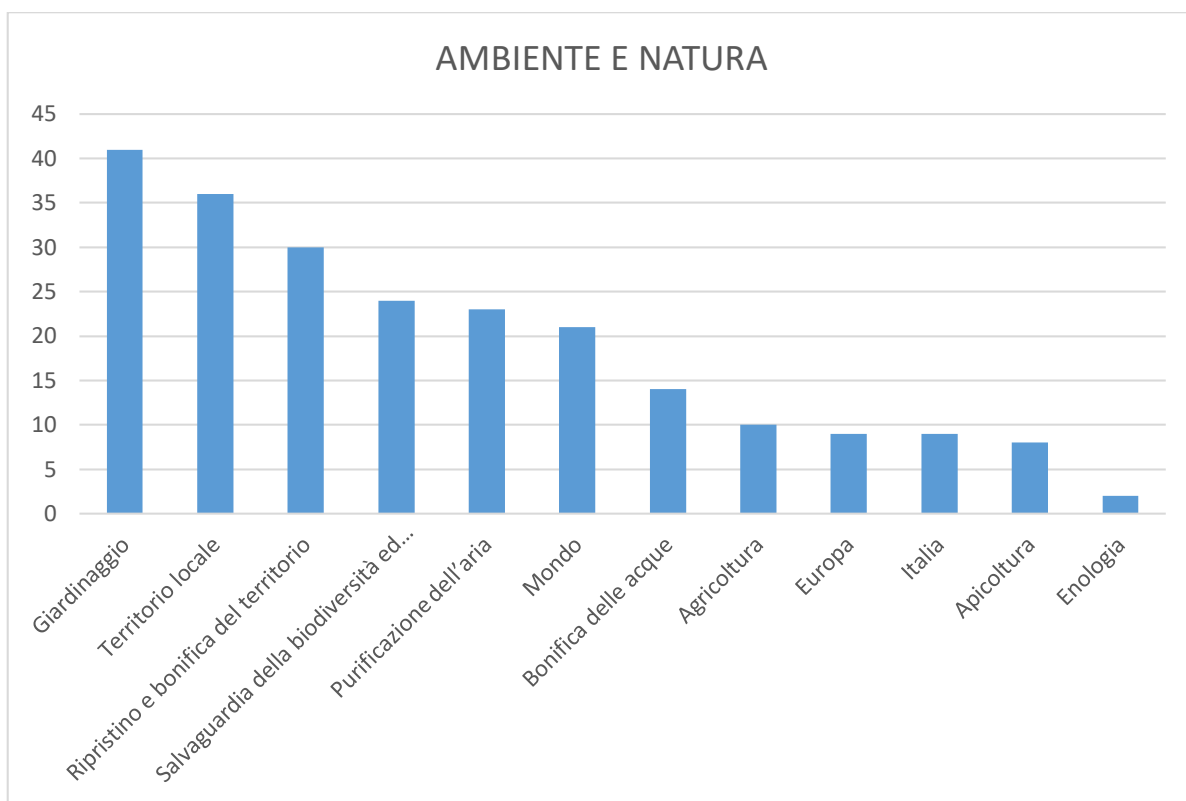


Figura 3 : Risposte raccolte per l'area ambiente e natura.

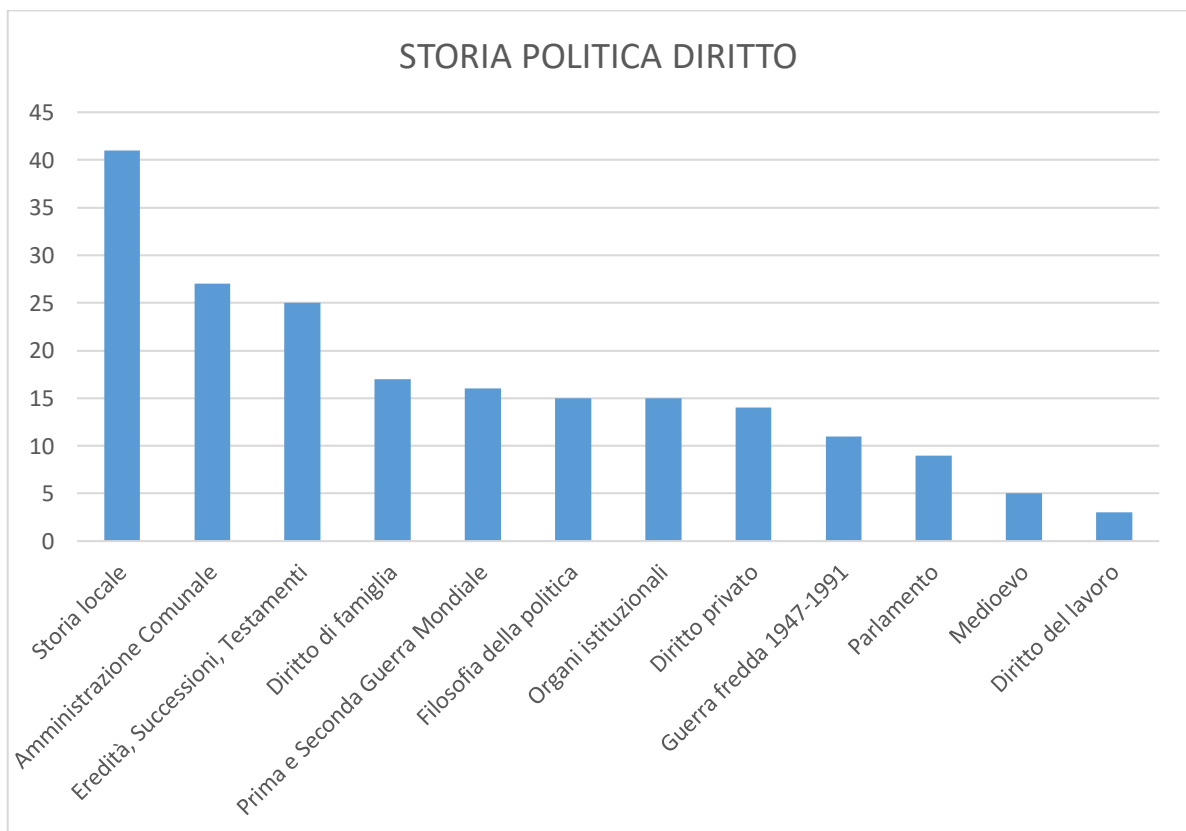


Figura 4 : Risposte raccolte per l'area storia, politica e diritto.

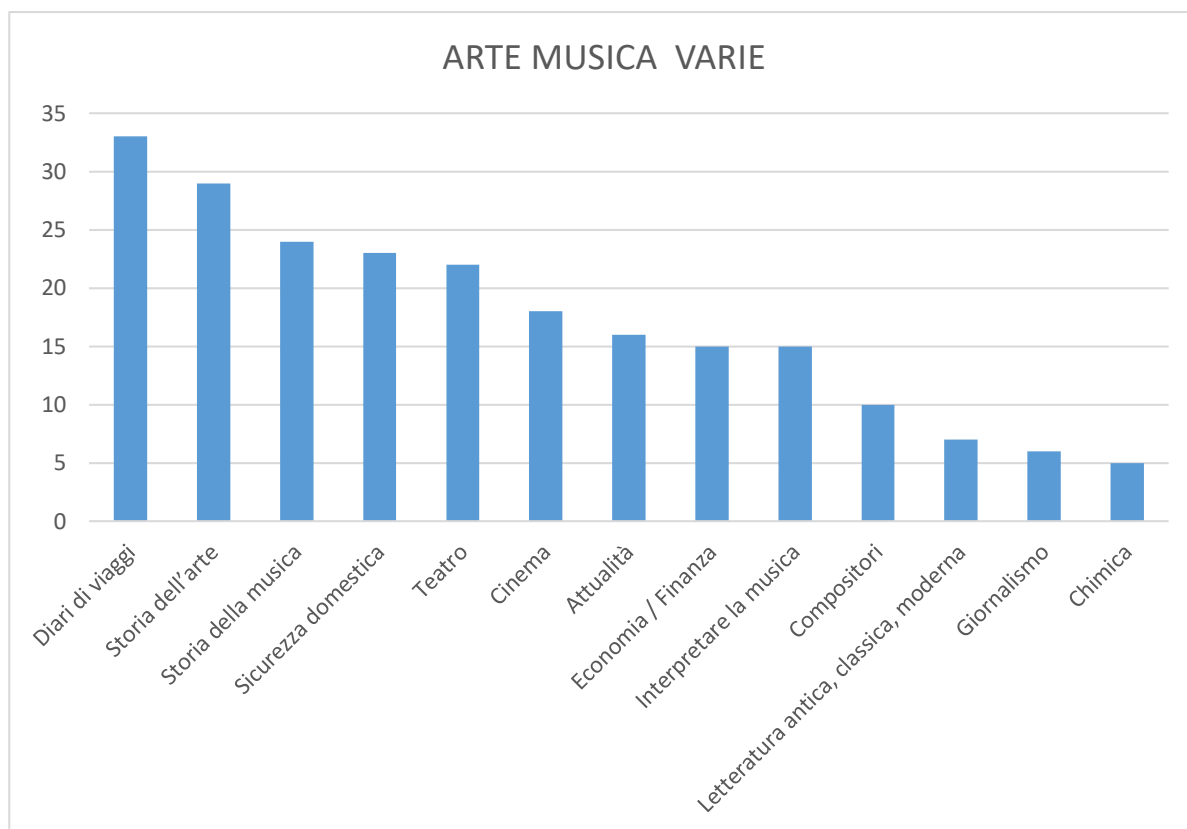


Figura 5 : Risposte raccolte per l'area arte, musica, varie.

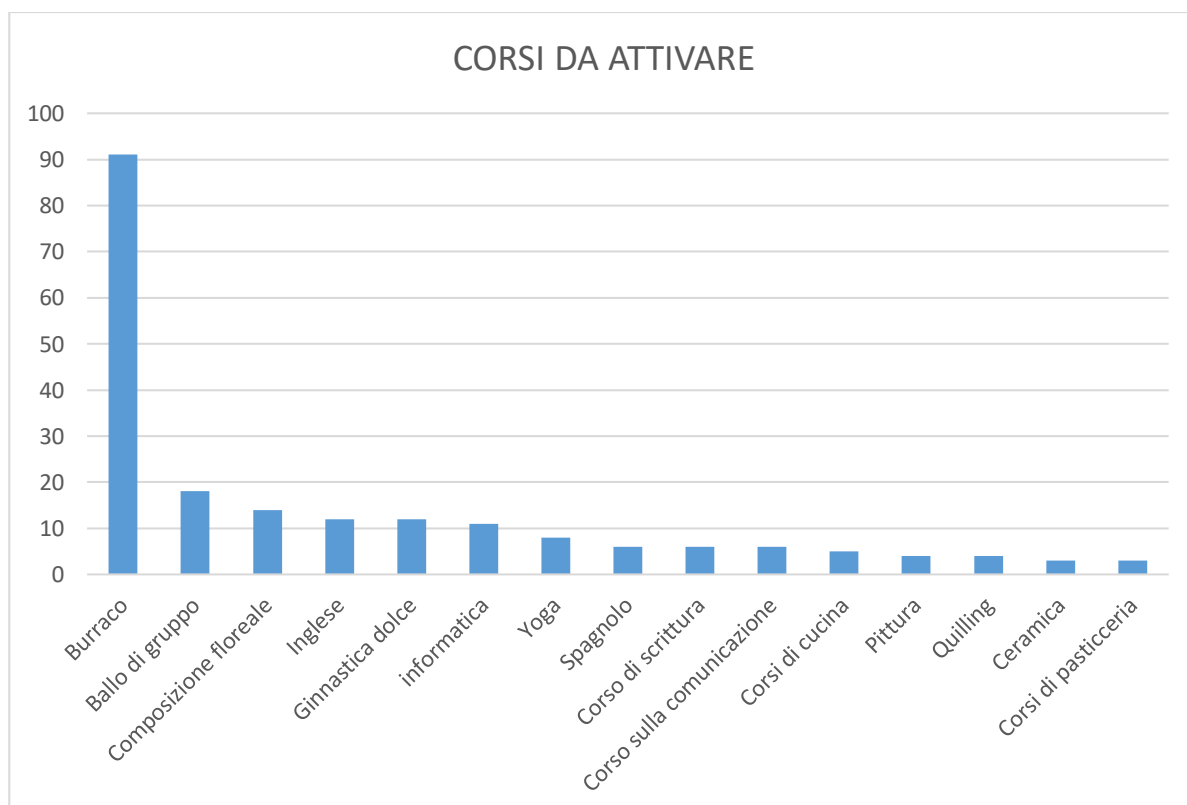


Figura 6 : Risposte raccolte per la domanda di corsi da attivare.

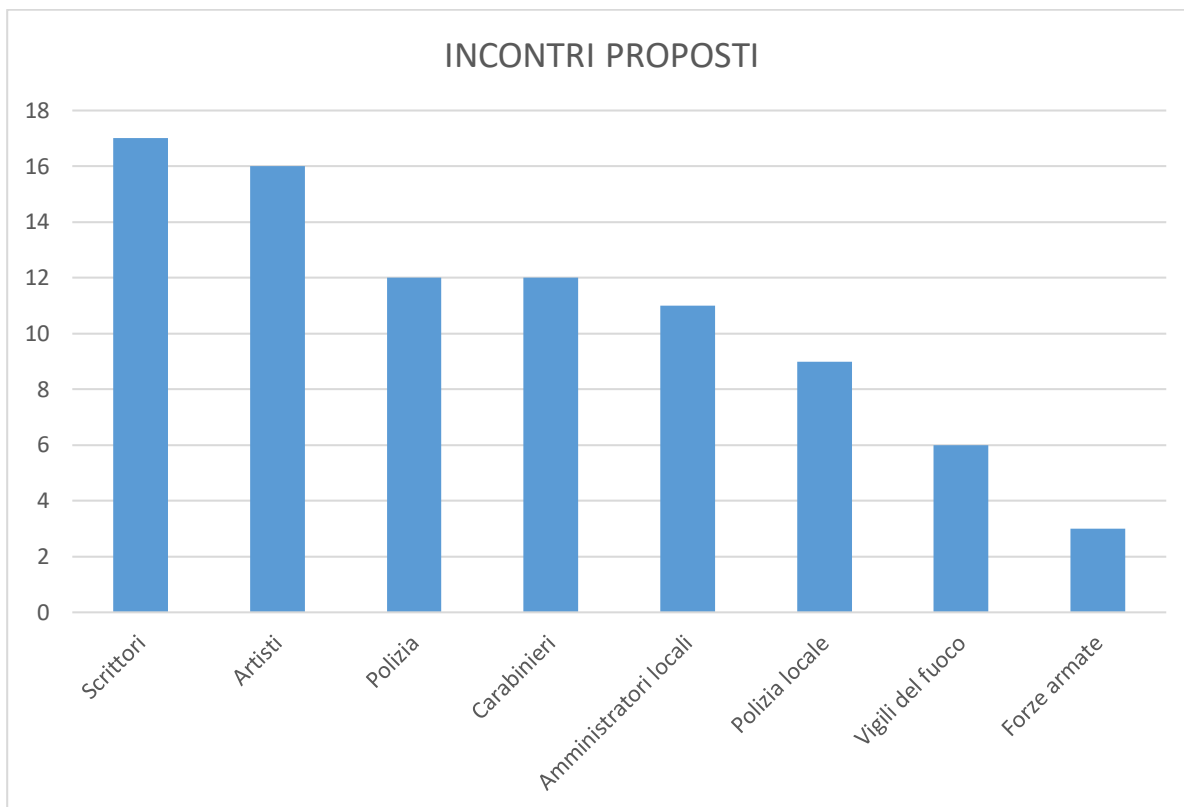


Figura 7 : Risposte raccolte per la domanda sugli incontri da attivare.

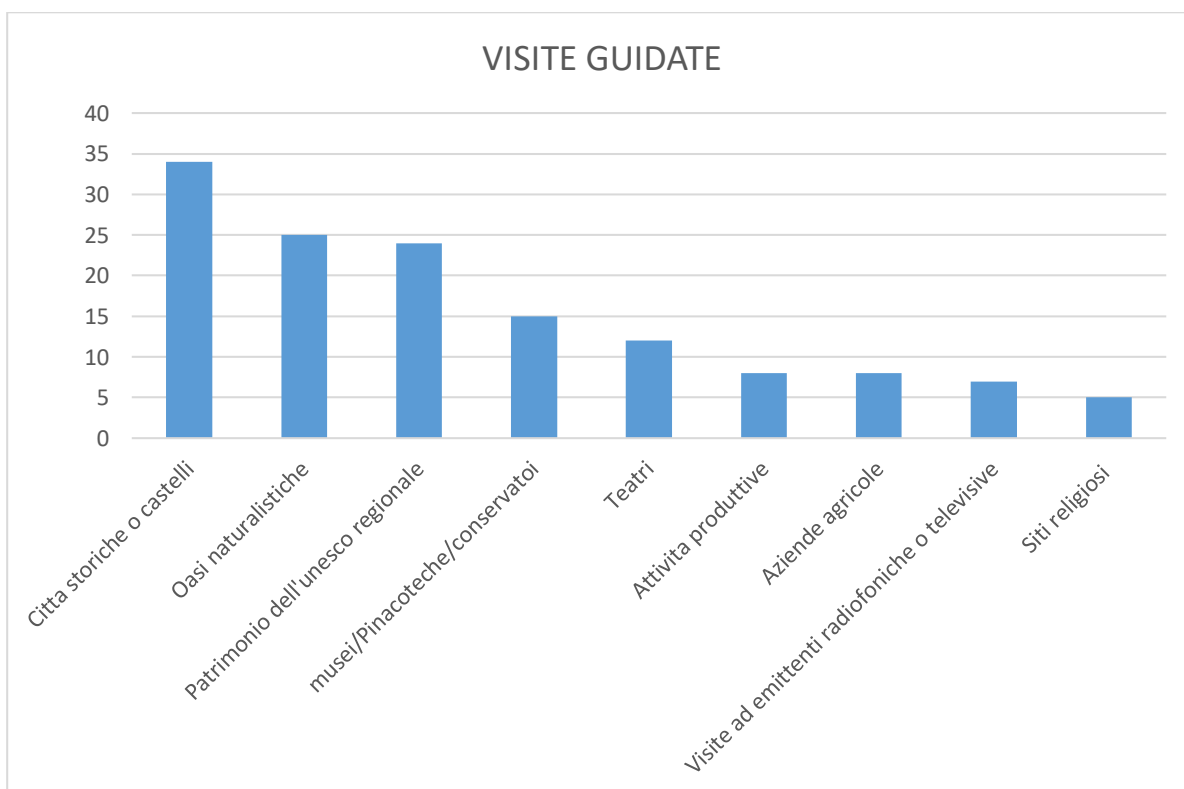


Figura 8 : Risposte raccolte per la domanda sulle visite guidate.

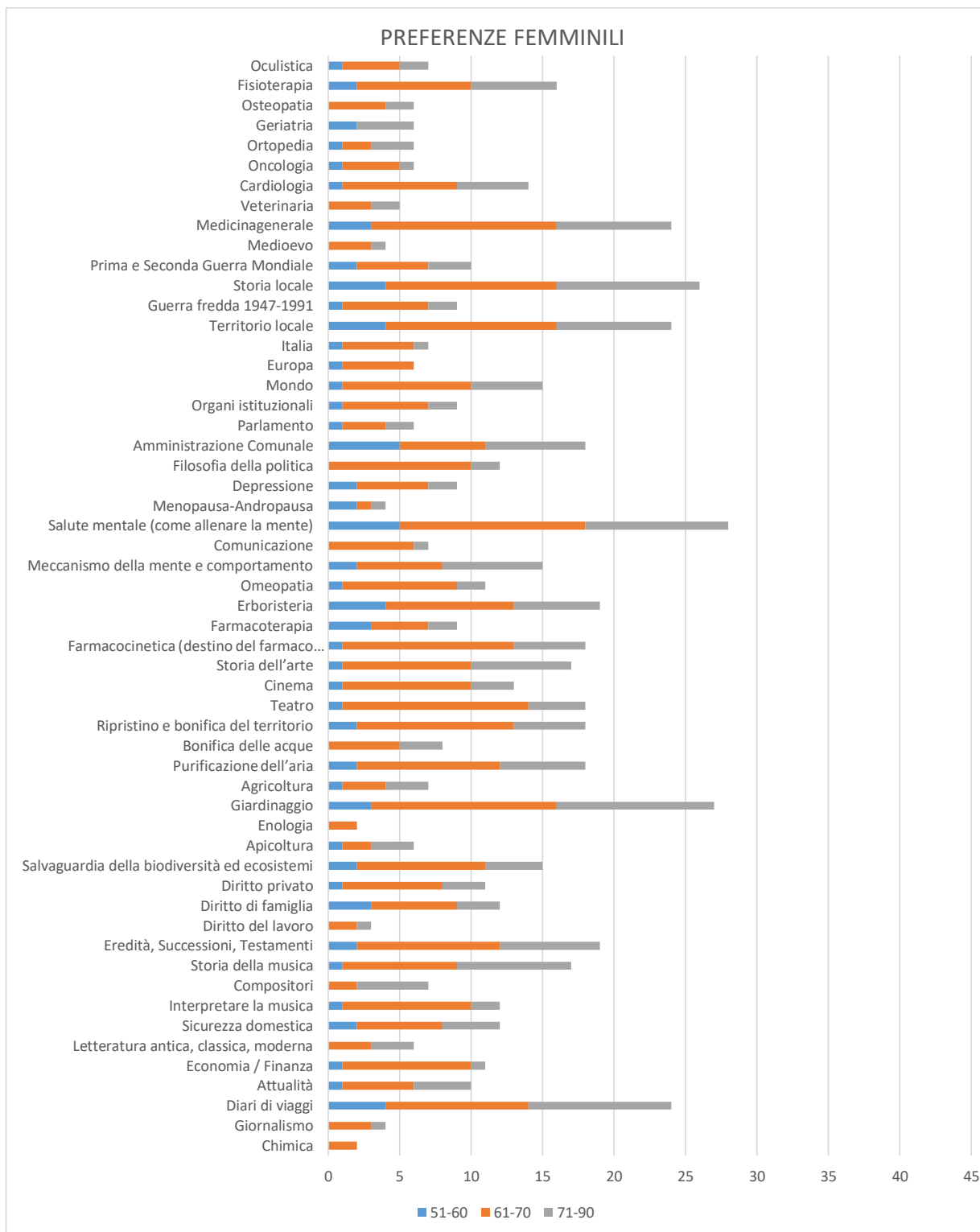


Figura 9 : Suddivisione delle preferenze femminili in base alla fascia d'età.

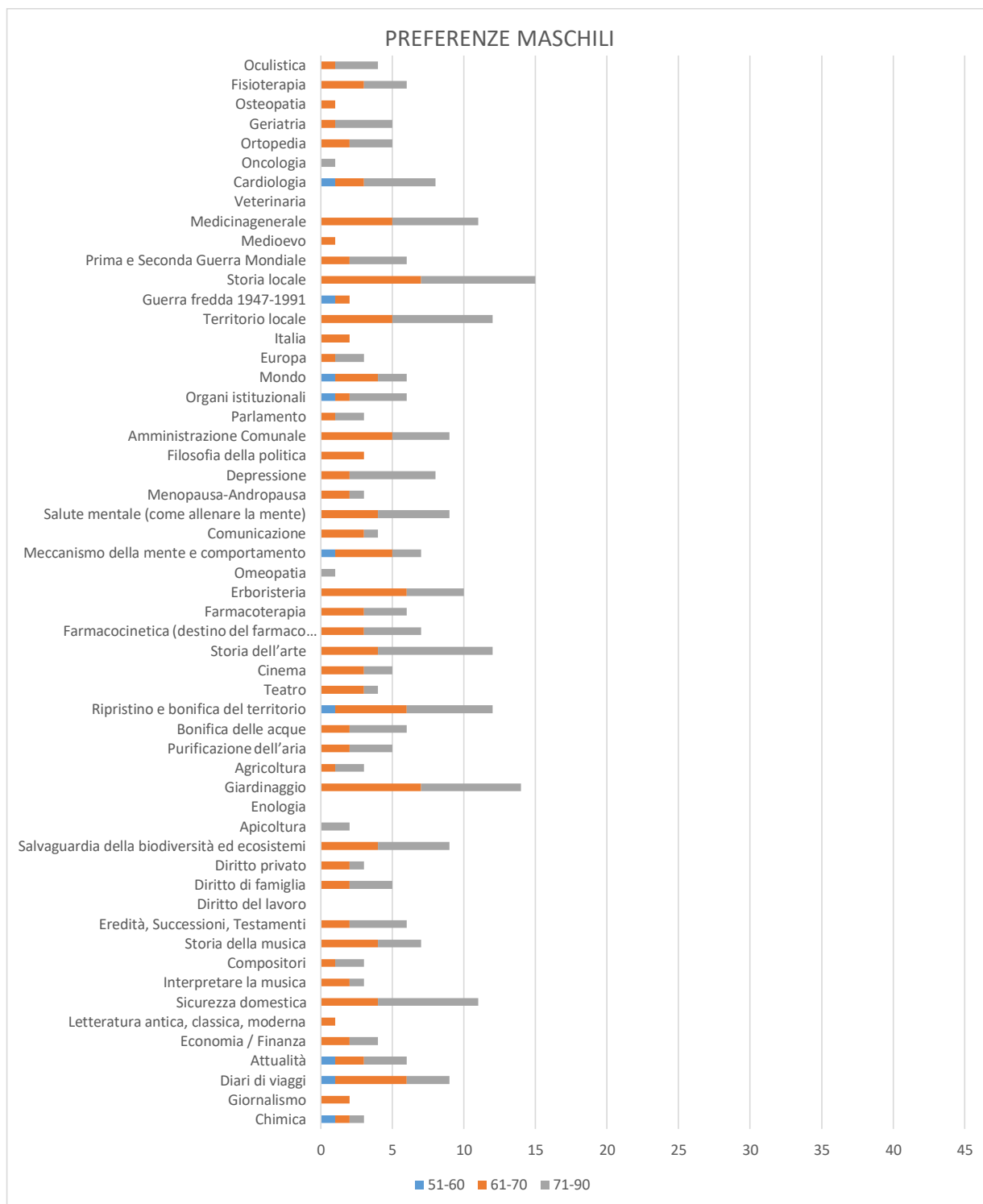


Figura 10 : Suddivisione delle preferenze maschili in base alla fascia d'età.

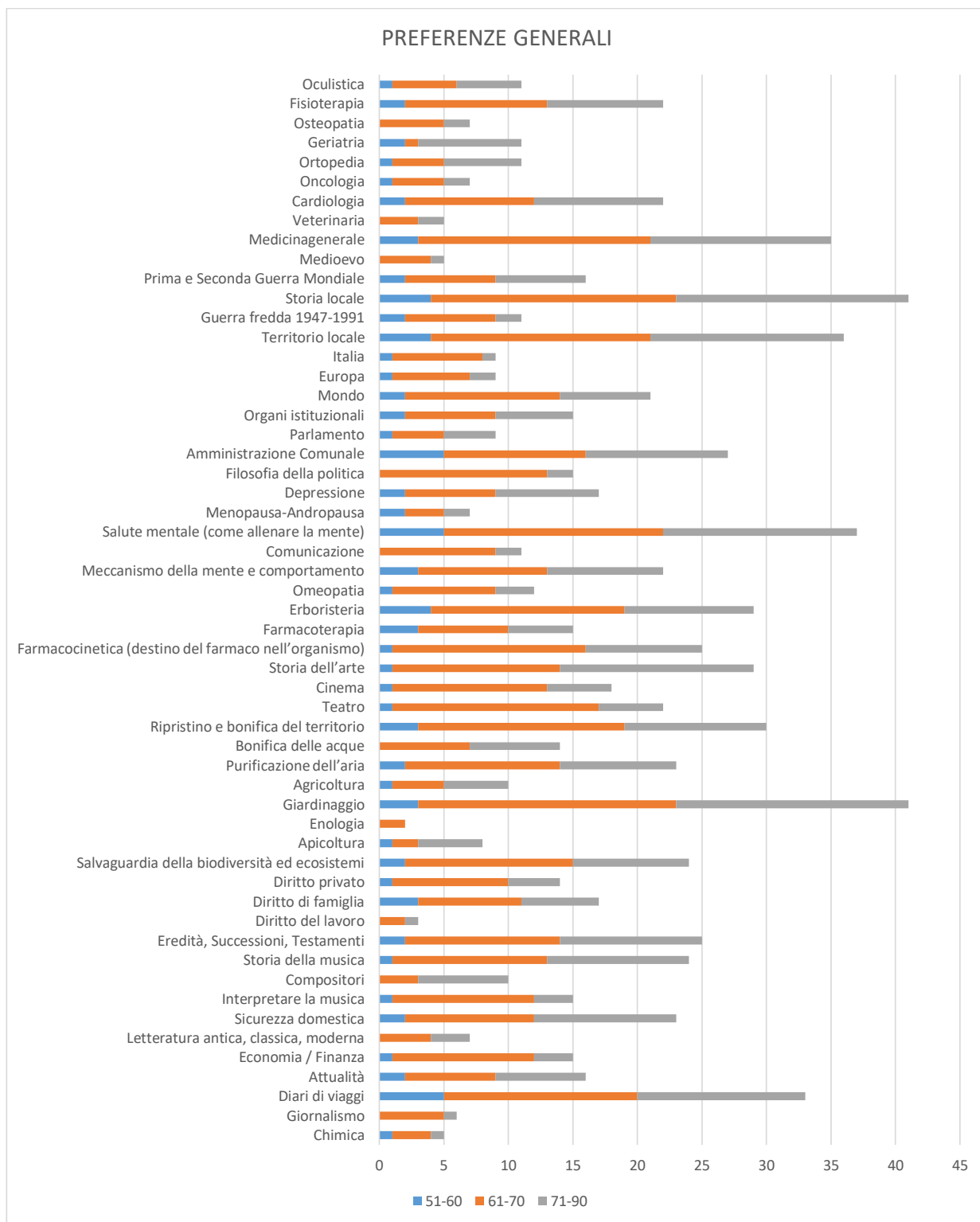


Figura 11 : Panoramica totale delle preferenze indipendentemente dal sesso, in base alle fasce d'età.

Conclusioni

Come si evince dai grafici, l'interesse per la salute fisica e psicofisica e in quale modo prendersi cura di sé, (area grafica, figura 2) emerge come argomento comune in tutte le fasce d'età prese in questione, sia maschi che femmine.

Questa attenzione a se stessi e alla volontà di imparare più cose, esprime una vivacità e curiosità ancora di forte presenza anche nella fascia di età più matura.

Spicca l'interesse per la storia del proprio paese, ma soprattutto del proprio territorio locale, sul piano ecologico, sulla sua salvaguardia e sull'aspetto politico amministrativo della gestione del contesto di dove si vive, rispettivamente (area grafica, figura 3 e 4).

Le materie di attualità, arte, diari di viaggi, sicurezza e diritto, sono molto apprezzate, (area grafica, figura 5) e gli incontri con scrittori (area grafica, figura 6) sono a dimostrare la necessità di avere più informazioni da più fonti e settori, per sviluppare più consapevolezza, spirito critico, capacità di gestire le sfide che ci presenta il contesto dove viviamo. Questa curiosità nasce anche dalla necessità di non sentirsi isolati in questa società in continua trasformazione sia sul piano tecnologico che relazionale.

Non da meno la socializzazione è un aspetto importante di questa associazione, in quando dà l'opportunità di stare insieme imparando divertendosi, visitando il nostro patrimonio culturale artistico e produttivo, (area grafica, figura 8) ed anche confrontandosi con gli enti e le amministrazioni locali, come rilevato nell' (area grafica, figura 7).

Anche il semplice gioco a carte viene apprezzato, le visite guidate e le gite fuori porta sono momento di aggregazione e dello stare bene assieme. Questi risultati rispecchiano le analisi sociologiche effettuate in questi ultimi anni in vari paesi europei in materia di formazione per gli over 65. La socializzazione, l'adattamento sociale e l'interesse a imparare cose nuove, pone lo studente anziano ad aumentare il "QoL" in un contesto di continua evoluzione.

Da questa analisi, per il prossimo anno accademico dell'Università degli adulti di Mareno di Piave, si valuterà di inserire nel programma formativo un numero maggiore di lezioni in queste aree di interesse, per poter meglio rispondere alle preferenze, incrementando anche modalità non formali di comunicazione come il teatro. Un modo nuovo per promuovere la solidarietà e la comunicazione, l'utilizzo di metafore, un linguaggio di facile comprensione e condividendo emozioni, trasmettendo in questo modo valori etici e culturali.

L'inizio di un nuovo percorso di "IO PROTAGONISTA" intende sperimentare ed incrementare anche altre voci del questionario in modo da integrare il percorso classico dell'Università degli Adulti, con una visione di cittadinanza attiva.

Bibliografia

- Bateson G. (1995), *Mente e Natura*, Adelphi.
- De Bono E. (2015), *Creatività e pensiero laterale* Edizioni Bur.
- De Bono E. (2015), *Sei cappelli per pensare* Edizioni Bur.
- Demetrio D. (1995), *Raccontarsi. L'autobiografia come cura di sé*, Cortina
- Di Francesco M.(2002), *Introduzione alla filosofia della mente*, Nuova edizione.
- Escuder-Mollon, P.(2013) *L'istruzione e la qualità della vita nei cittadini over 65*.Universitat Jaume.
- Giannakouris, K, (2008), *Ageing Characterises the demographic perspective of the European societies, Statistics in focus, 72 (1),12.*
- Goleman D. (1996), *Intelligenza Emotiva, che cos'è e perché può renderci felici*, (I Blunm & B. Lotti, trad) Milano: Rizzoli.
- Haski-Leventhal, D., Ben-David, B. M., & York, A. S. (2009). Perceived altruism: A neglected factor in initial intervention. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 53(2), 191-210.
- Sala, A. Punie, Y. Garkov, V., & Cabrera, M. (2020). Lifecomp: The European framework for personal, social and learning to learn key competence (No.JRc120911). Joint Research centre (Seville site).
- World Health organization (2002). Active ageing: A Policy framework No.WHO/NMH/NPH/02.8). World Health Organization.

Sitografia

- www.unive.it/selisi-iniziative.treviso@unive.it
- <https://scholar.google.com>
- <https://www.formez.it>
- https://it.wikipedia.org/wiki/Competenze_chiave

