



## ABSTRACT per il POSTER

### **COLTIVIAMO IL BENESSERE IN VILLA GABRIELI: comunità in cammino per la qualità di vita**

#### **Responsabile e gruppo di progetto / ente di provenienza**

Dott.ssa Paola Varese, Direttore Scientifico di FONDAZIONE CIGNO onlus e VELA ODV e Direttore SC Medicina a indirizzo oncologico ASL di Alessandria: [pvarese@aslal.it](mailto:p Varese@aslal.it)  
[fondazionecignoonlus@gmail.com](mailto:fondazionecignoonlus@gmail.com); [vela@associazionevela.it](mailto:vela@associazionevela.it)  
Dott.ssa Silvia Baiardi: [sbaiardi@aslal.it](mailto:sbaiardi@aslal.it)

#### **1. Parole chiave del progetto (max 5)**

*Healing garden, percorso sensoriale, giochi educativi, riabilitazione oncologica*

#### **2. Perché è nato il progetto? In quale contesto?**

*Il progetto HEALING GARDEN IN VILLA GABRIELI, nasce nel 2015 con lo scopo di realizzare una serie di attività di riabilitazione oncologica all'interno dell'omonimo Parco storico (risalente ai primi del 900 e con specie arboree rarissime), di proprietà di ASL AL e attiguo al Presidio Ospedaliero di Ovada.*

**Il PROGETTO è stato chiamato COLTIVIAMO IL BENESSERE ([www.parcovillagabrieliiovada.it](http://www.parcovillagabrieliiovada.it)).**

*Possiamo identificare tre direzioni di sviluppo:*

- a) *la valorizzazione ambientale, naturalistica e storica del parco (uno dei 5 parchi storici pubblici della Regione Piemonte, tutelato dalla SOVRAINTENDENZA DELLE BELLE ARTI), per favorire ed incentivare l'utilizzo pubblico dei cittadini, promuovendone la conoscenza attraverso il coinvolgimento di storici, agronomi, esperti di botanica.*
- b) *La promozione di progetti di riabilitazione all'aperto per pazienti oncologici o affetti da malattie croniche, sfruttando la logistica di vicinanza all'Ospedale di Ovada. E' stato realizzato un percorso sensoriale per i pazienti affetti da neuropatia da chemioterapia e altre attrezzature sono di imminente acquisizione. Sono state sfruttate le competenze, prestate a titolo di volontariato, da parte di: istruttori di Nordik e fit walking (il Parco si estende su una superficie di 15.000 mq), maestri di Yoga, istruttori di TAI CHI, laureati in scienze motorie.*
- c) *la creazione di un "ambiente" di apprendimento funzionale alla ricerca, alla sperimentazione ed all'integrazione per gli allievi di ogni scuola, ordine e grado, sfruttando le modalità educative del gioco e della riscoperta di ricorrenze della tradizione, reinterpretate in chiave moderna: la FESTA DEI NONNI con annessa la riscoperta delle "merende della tradizione" attraverso percorsi di educazione alimentare), LA FESTA DEL RISPARMIO (intesa come risparmio energetico), le FESTA DEGLI ALBERI (con lezioni tenute da agronomi e dottori in scienze forestali) .*

*Per quanto non fosse previsto nel progetto iniziale, COLTIVIAMO IL BENESSERE, che presuppone una costante e intensa attività di manutenzione del verde e di pulizia, si è dimostrato un potente strumento di reinserimento e integrazione di persone in condizioni di svantaggio: nel 2015/2016 rifugiati, poi soggetti sostenuti dai servizi sociali e anche persone con ritardo o autismo segnalati da vari servizi o da altre Associazioni di volontariato (es Scouts)*

#### **3. Quali collaborazioni? Quali alleanze?**

*Il progetto nasce dalla sinergia tra Operatori di ASL AL (Oncologia Ovada, Psico oncologia, Riabilitazione Ovada, Gruppo PLP ASL AL), il volontariato oncologico di FONDAZIONE C.I.G.N.O. onlus (Come Immaginare la Gestione di una Nuova Oncologia - [www.fondazionecigno.org](http://www.fondazionecigno.org)), VELA*



ODV ([www.associazionevela.it](http://www.associazionevela.it)), con i volontari del SERVIZIO CIVILE NAZIONALE, il **GRUPPO DELLE MAESTRE CREATIVE** (che riuniscono le **Scuole del primo ciclo del territorio Ovadese**), le **Scuole**

**Superiori dell'Ovadese** (in particolare il Liceo Magistrale dell'Istituto S. Caterina di Ovada e il Liceo di Agraria di Ovada).

Su iniziative specifiche sono state avviate collaborazioni con **LEGAMBIENTE** e con il **GRUPPO FAI OVADA, le varie palestre dell'ovadese e i gruppi YOGA della Provincia, il GRUPPO DEI TREE CLIMBERS.**

Preziosa la collaborazione con il **Consorzio dei servizi sociali dell'ovadese** che assegna persone destinatarie di borse lavoro per favorire un loro reinserimento sociale e lavorativo.

#### 4. Quali destinatari?

I destinatari del progetto iniziale di HEALING garden erano **i pazienti oncologici e i loro familiari**, oltre ai **volontari e gli operatori in oncologia**. Nel corso degli anni, tuttavia, il PARCO DI VILLA GABRIELI è diventato uno straordinario contenitore per iniziative che in modo trasversale promuovono la qualità di vita, l'attività fisica all'aperto, l'attenzione al recupero emozionale delle persone, l'attenzione alla natura e al suo rispetto: **allievi della Scuola dell'Infanzia, studenti delle Scuole primarie e Secondarie dell'Ovadese, Scouts, altri gruppi di volontariato.**

Non secondario, grazie al Consorzio dei Servizi sociali, l'inserimento nelle attività di **persone in condizioni di svantaggio sociale.**

#### 5. Quali obiettivi?

Il benessere è l'obiettivo del progetto e il benessere di tutte le persone deve essere raggiunto e declinato in tutte le sue dimensioni bio-psico-sociali.

Vi sono dati scientifici ormai consolidati che dimostrano che promuovere la qualità di vita delle persone incide sulla loro stessa sopravvivenza.

**L'aspetto cruciale di COLTIVIAMO IL BENESSERE è di avere promosso un lavoro di rete e in rete tra sanità, scuole e comunità sociale dell'ovadese.**

L'interessamento delle Scuole è cruciale in quanto agire sui bambini non solo significa investire sul futuro ma anche, tramite essi, raggiungere le famiglie.

L'attività fisica dei bambini è stata strutturata di volta in volta con giochi e percorsi a tema, con il coinvolgimento dei genitori nel caso dei bambini più piccoli.

#### 6. Quale metodologia?

Metodi differenziati a seconda del target.

Il principio base è sempre quello del patient engagement e del patient involvement, trasferito a tutti i destinatari del progetto.

Le persone vengono attivamente coinvolte in parte della progettazione.

Il ruolo del volontariato è determinante in termini di organizzazione e supporto.

L'idea è di un modello circolare e questo trova la piena realizzazione nella collaborazione con le SCUOLE: le allieve/i degli ultimi anni delle Scuole Superiori, destinatarie/ i di formazione in alternanza scuola/lavoro, a loro volta sono "TUTOR" dei bambini della scuola primaria.

Per ogni evento vengono individuati uno o più project manager che si avvalgono sempre del supporto dei ragazzi del SERVIZIO CIVILE NAZIONALE DI FAVO, la Federazione Nazionale del Volontariato in Oncologia a cui appartengono CIGNO E VELA.

Indipendentemente dall'attività organizzata, in tutti gli eventi vengono esposti nel Parco cartelloni sullo stile di vita e in particolare, nell'ambito del progetto CPO/RETE ONCOLOGICA vengono esposti banner con le indicazioni del CODICE EUROPEO CONTRO IL CANCRO.



*In tutti gli eventi, anche quando sono organizzati sotto forma di gioco, vengono affrontati i temi di:*

- *Stile di vita: attività fisica, corretta alimentazione*
- *Rispetto della natura e promozione del riuso, del riciclo, della protezione ambientale, del risparmio energetico*
- *Solidarietà sociale: ad esempio a Natale: FESTA DEL RI-DONO: rinunciare a un proprio giocattolo per metterlo a disposizione di altri bambini sfortunati.*

*Il Parco è il contenitore e il luogo di incontro di valori.*

## **7. Quali azioni-attività?**

*Sono stati realizzati:*

*PER I PAZIENTI:*

- *Percorsi di cammino nel Parco con accompagnamento da parte della psico oncologa*
- *Giornate di Yoga e Tai Chi*
- *Percorso sensoriale per i pazienti con neuropatia post chemioterapia ma estesi a pazienti con disabilità neurologiche*

*PER I BAMBINI e GLI STUDENTI*

- *Percorsi di attività fisica a tema in occasione delle diverse ricorrenze*
- *Merende educative*
- *Campi di "lavoro" nel Parco con Legambiente. Recentemente realizzati giochi di raccolta differenziata con ECONET.*

*PER LE PERSONE IN CONDIZIONI DI SVANTAGGIO SOCIALE*

- *Attività di giardinaggio con supervisione*

## **8. Quale valutazione? Quali risultati?**

*Per ogni iniziativa vengono consuntivati:*

- *Numero di volontari che hanno partecipato a organizzazione*
- *Numero di partecipanti agli eventi*
- *Per le scuole: output in termini di materiale prodotto (cartelloni, temi).*

*Per le Scuole, a scopo incentivante, sono stati realizzati concorsi a premi con regolare giuria. I premi sono consistiti in buoni per acquisto di libri.*

## **9. Come è stato promosso/comunicato il progetto e i suoi risultati?**

*Il progetto è stato promosso tramite gruppi di lavoro formali e informali (chat tematiche) in base alle diverse competenze (aspetti sanitari e clinici oppure aspetti educativi con le Scuole).*

*Ogni gruppo di lavoro ha un suo referente che si occupa di divulgare nella sua rete.*

*La sede istituzionale di CIGNO E VELA ODV, il Convento dei Cappuccini in Ovada, con annesso Centro Congressi, è il luogo di progettazione condivisa e coworking.*

*Al progetto HEALING GARDEN IN VILLA GABRIELI è dedicato un sito [www.parcovillagabrieliiovada.it](http://www.parcovillagabrieliiovada.it) che in concomitanza con le varie iniziative raggiunge fino a 1000 accessi di persone.*

*Gran parte della pubblicizzazione degli eventi avviene tramite i social (facebook, twitter).*

## **10. Link (a video, pagine facebook...)**

- [www.parcovillagabrieliiovada.it](http://www.parcovillagabrieliiovada.it)
- <https://www.facebook.com/Fondazione-Cigno-onlus-313409785392010>
- <https://www.facebook.com/mariagrazia.sansone/videos/10111703929505329>
- <https://www.facebook.com/associazionevela>
- [https://www.settimanalelancora.it/2022/06/15/ovada-il-21-giugno-yoga-day-a-villa-gabrieli/?fbclid=IwAR2YjdRC4-knAG9dX5KMo\\_bw7bol4W2vVfChGA3wl1vXiCwBjFkqTyiv4hg](https://www.settimanalelancora.it/2022/06/15/ovada-il-21-giugno-yoga-day-a-villa-gabrieli/?fbclid=IwAR2YjdRC4-knAG9dX5KMo_bw7bol4W2vVfChGA3wl1vXiCwBjFkqTyiv4hg)
- <https://ovadaonline.ilpiccolo.net/generic/2022/06/17/news/villa-gabrieli-torna-l-appuntamento-con-lo-yoga-day-141028/?fbclid=IwAR35QzgWZlDXfCt5GnEwe-RLSFOXz8hXkOTAszU8EQDnXgqaNPkn3sqmUw>