

## **Progetto ERASMUS+ INABLED CITIES**

**Attività fisica per anziani e disabili in ambiente urbano**

Giorno 1

**Formazione per PROFESSIONISTI DELLA SALUTE**

29 novembre dalle 9.30 alle 13.30

Sede: Palazzo D'Accursio, Cappella Farnese

9.30 Saluto di benvenuto e introduzione al progetto UE Erasmus+ Inabled Cities a cura del Comune di Bologna

9.45 Breve presentazione dello studio preparatorio realizzato dall'Università Radboud Medical Centre, Netherlands

9.50 Sessione di formazione

a cura di João Miguel Mota de Sousa e Guiomar Martin San Gil, Physiotherapy

University School ONCE, Madrid

*Programma:*

- Scopo dell'incontro
- Benefici della pratica di attività fisica in ambiente urbano
- Principali raccomandazioni sull'attività fisica: gradualità, livello di percezione dello sforzo
- Metodologia del progetto: cosa mi viene richiesto?

12.50 Domande e risposte

13.20 Conclusione dei lavori

*I professionisti della salute sono invitati il giorno successivo (30 novembre ore 11.30) a visitare i possibili spazi selezionati nel territorio pilota per la dimostrazione delle attività fisiche che dovranno essere svolte nei mesi successivi.*

L'evento verrà registrato dalla redazione video di Flashgiovani del Comune di Bologna

## **Progetto ERASMUS+ INABLED CITIES**

### **Attività fisica per anziani e disabili in ambiente urbano**

Giorno 2

#### **Formazione per FACILITATORI**

**30 novembre dalle 9.30 alle 12.30**

**Sede: Sala polivalente, via Faenza 4 - Quartiere Savena**

9.30 Saluto di benvenuto e introduzione al progetto Erasmus+ Inabled Cities  
a cura del Comune di Bologna e di IRESS

9.35 Sessione di formazione  
a cura di IRESS, in collaborazione con il Comune di Bologna - Città Sane

#### *Programma:*

- Scopo dell'incontro
- Strategia di aggancio, cosa si richiede ai partecipanti?
- Opportunità e ostacoli nella implementazione di una strategia di aggancio
- Applicazione della strategia d'aggancio al gruppo obiettivo, quali i passaggi e chi fa cosa

10.40 Domande e risposte / assegnazione dei compiti

10.55 Il progetto Inabled Cities, i benefici dell'attività fisica in ambiente urbano per tutti; presentazione dei luoghi per le attività e discussione con i partecipanti, a cura di João Miguel Mota de Sousa e Guiomar Martin San Gil, Physiotherapy University School ONCE, Madrid, in collaborazione con professionisti della salute

11.30 Visita ad alcuni luoghi del quartiere proposti per la implementazione delle attività fisiche per il gruppo obiettivo (*attività rivolta ai professionisti della salute, facoltativa per i facilitatori della comunicazione*)

**30 novembre dalle 15 alle 17**

**Sede: Sala Centofiori, via Gorki 16 - Quartiere Navile**

(Replica della formazione della mattina)

15.00 Saluto di benvenuto / introduzione al progetto UE Erasmus+ Inabled Cities  
a cura del Comune di Bologna e di IRESS

15.05 Sessione di formazione  
a cura di IRESS, in collaborazione con il Comune di Bologna - Città Sane

#### *Programma:*

- Scopo dell'incontro
- Strategia di aggancio, cosa si richiede ai partecipanti?
- Opportunità e ostacoli nella implementazione di una strategia di aggancio
- Strategia applicata alla partecipazione alle attività fisiche in ambiente urbano per il gruppo obiettivo, quali sono i passaggi e chi fa cosa

17.00 Domande e risposte / assegnazione dei compiti

## 17.45 Conclusione dei lavori

### Note:

Per accedere alle sessioni di formazione è necessario esibire il Green Pass all'ingresso.