



Progetto

“Dementia Friendly Community”

Edizione 2019-2020

Report di valutazione

1. Introduzione.

Nel luglio del 2019 il Comune di Udine ha deciso di destinare i fondi del 5X1000 ad un progetto denominato "Dementia Friendly Community" da realizzarsi nella annualità 2019-2020, finalizzato a promuovere la città di Udine come "Comunità Amica delle Persone con Demenza". Il progetto si articola in tre Aree prioritarie di intervento, ciascuna suddivisa in due Azioni:

- Area prioritaria di intervento 1. Promuovere un invecchiamento sano e attivo, sviluppando programmi di prevenzione della demenza, stimolazione cognitiva e contrasto alla solitudine e all'isolamento delle persone anziane
- Area prioritaria di intervento 2. Promuovere azioni di sensibilizzazione alla comunità e di formazione degli operatori e caregivers sul tema delle Comunità amiche delle persone con demenza
- Area prioritaria di intervento 3. Promuovere azioni di sostegno alle persone affette da demenza e ai loro familiari e caregivers, per ritardare l'istituzionalizzazione e favorire una buona qualità della vita sia della persona con demenza che del gruppo familiare che se ne occupa

A tale scopo è stato indetto un Avviso pubblico per l'individuazione, nell'ambito dei soggetti del Terzo settore, di uno o più partner. Nel settembre 2019, a seguito di una procedura valutativa, è stata individuata l'Associazione ALZHEIMER Udine onlus quale partner per le attività di co-progettazione, organizzazione e realizzazione delle attività e delle iniziative finalizzate alla realizzazione del progetto.

In questo report di vengono valutate le attività dei progetti "CamminaMenti...Le menti in cammino" e "Udine, comunità amica delle persone con demenza" svolte all'interno del progetto "Dementia Friendly Community".

Il progetto "CamminaMenti...Le menti in cammino" si colloca nell'Area prioritaria di intervento 1, Azione 1. Le iniziative intraprese riguardano diversi aspetti: memoria, movimento, benessere del corpo, gioco e cultura.

Il progetto "Udine, comunità amica delle persone con demenza" si colloca nell'Area prioritaria di intervento 2, Azione 1. Le attività messe in campo, con l'obiettivo di includere la città di Udine tra le 24 Comunità amiche già esistenti in Italia, riguardano eventi divulgativi momenti di informazione come, ad esempio: convegno sull'Alzheimer, incontri scientifico-divulgativi, ecc.

Anche se lo svolgimento delle attività è stato condizionato sia dal primo lockdown, nella primavera 2020, che dal secondo, nell'autunno-inverno 2020/2021, l'Associazione ALZHEIMER Udine ha saputo reagire posticipando le attività, proponendole online o mettendo a disposizione dei partecipanti materiali che hanno consentito ai partecipanti di praticare le loro attività o partecipare agli incontri. Questo ha permesso di ridurre i disagi relativi all'isolamento e alla solitudine di soggetti anche particolarmente fragili.

2. CamminaMenti, le menti in cammino

Le attività proposte dal sono iniziate regolarmente nel periodo di ottobre 2019 e sono proseguite, secondo programma, fino a metà febbraio 2020, quando sono state sospese a causa dell'emergenza Covid-19 e del conseguente primo lockdown. Durante questo periodo, al fine di ridurre i disagi relativi alla solitudine e all'isolamento, alcuni docenti hanno messo a disposizione dei partecipanti del materiale che ha consentito loro di praticare le attività a casa. Le attività sono riprese, per lo più all'aperto, durante l'estate del 2020 per poi essere di nuovo sospese nell'autunno dello stesso anno, durante il secondo lockdown, sono poi proseguite in versione online fino alla primavera del 2021.

La valutazione del progetto, che terrà in considerazione anche gli effetti della pandemia, sia sull'organizzazione delle attività sia sulla vita dei partecipanti, riguarderà

- Analisi dell'offerta intesa come insieme delle attività proposte
- Limitatamente ad un gruppo di attività, generalmente quelle più strutturate, che sono state svolte in più incontri
 - o Analisi della partecipazione intesa come risposta in termini di iscrizione e partecipazione effettiva alle attività proposte
 - o Analisi del profilo dei partecipanti: informazioni socio-demografiche, aspetti della vita quotidiana, della famiglia e delle reti sociali
 - o Valutazione della soddisfazione: utilità percepita, competenza degli educatori, aspetti organizzativi e giudizio complessivo.

Le analisi dell'offerta e della partecipazione sono state effettuate utilizzando il materiale messo a disposizione da ALZHEIMER Udine onlus

- Volantini e pieghevoli ed aggiornamenti forniti direttamente dall'ente
- Liste degli iscritti alle iniziative
- Questionari raccolti alla fine delle attività sia in formato cartaceo che compilati online

A differenza di quanto avvenuto negli anni precedenti l'analisi del profilo e la valutazione della soddisfazione dei partecipanti sono state effettuate analizzando un solo questionario, quello di fine attività.

Il "Questionario finale di gradimento" ha 3 sezioni: Dati anagrafici, il percorso di Camminamenti e aspetti della vita quotidiana. Viene somministrato alla fine delle attività ed ha lo scopo di raccogliere informazioni sia sull'autopercezione delle abilità cognitive dei partecipanti, sia su diversi aspetti della

soddisfazione per le attività quali: utilità percepita, competenza degli educatori, aspetti organizzativi, suggerimenti e giudizio complessivo.

La somministrazione dei questionari, in forma cartacea e online, è avvenuta sia prima che durante la pandemia. Per tenere conto di questo avvenimento così importante ai questionari compilati durante o dopo il primo lockdown sono state aggiunte due sezioni, una riguardante la capacità dell'associazione di reagire, dal punto di vista organizzativo, a questo evento e una riguardante i partecipanti in relazione al loro stato emotivo e allo svolgimento della loro vita quotidiana.

2.1. Analisi dell'offerta: le attività proposte

L'edizione 2019-2020 di CamminaMenti è stata condizionata dall'avvento della pandemia. Inizialmente previste nel periodo novembre 2019- luglio 2020, le attività si sono svolte in un arco temporale più ampio: dal novembre 2019 all'aprile 2021. Erano state programmate 41 attività riguardanti diversi argomenti di interesse, quali Gioco, Logica Creatività, Arte, Cinema, Mente, Psiche, Musica, Movimento e Lettura, collocate in diverse sedi sul territorio del Comune di Udine. L'avvento della pandemia ha fatto sì che la programmazione dell'offerta formativa cambiasse per adattarsi alle restrizioni imposte dai vari periodi dove il lockdown è stato più o meno duro. Sempre a causa della pandemia alcune attività si sono potute svolgere regolarmente, altre solo in parte, altre ancora sono state sospese o attuate con modalità diverse da quelle programmate, infatti alla tradizionale modalità "in presenza" si è aggiunta quella "online". In questo documento vengono analizzate le attività "strutturate" in corsi veri e propri con un certo numero di lezioni/incontri. L'attività denominata "Musicalmente" è organizzata dall'associazione "Amici della Musica", L'associazione Alzheimer ha avuto il compito di organizzare la presenza dei frequentanti ai vari concerti.

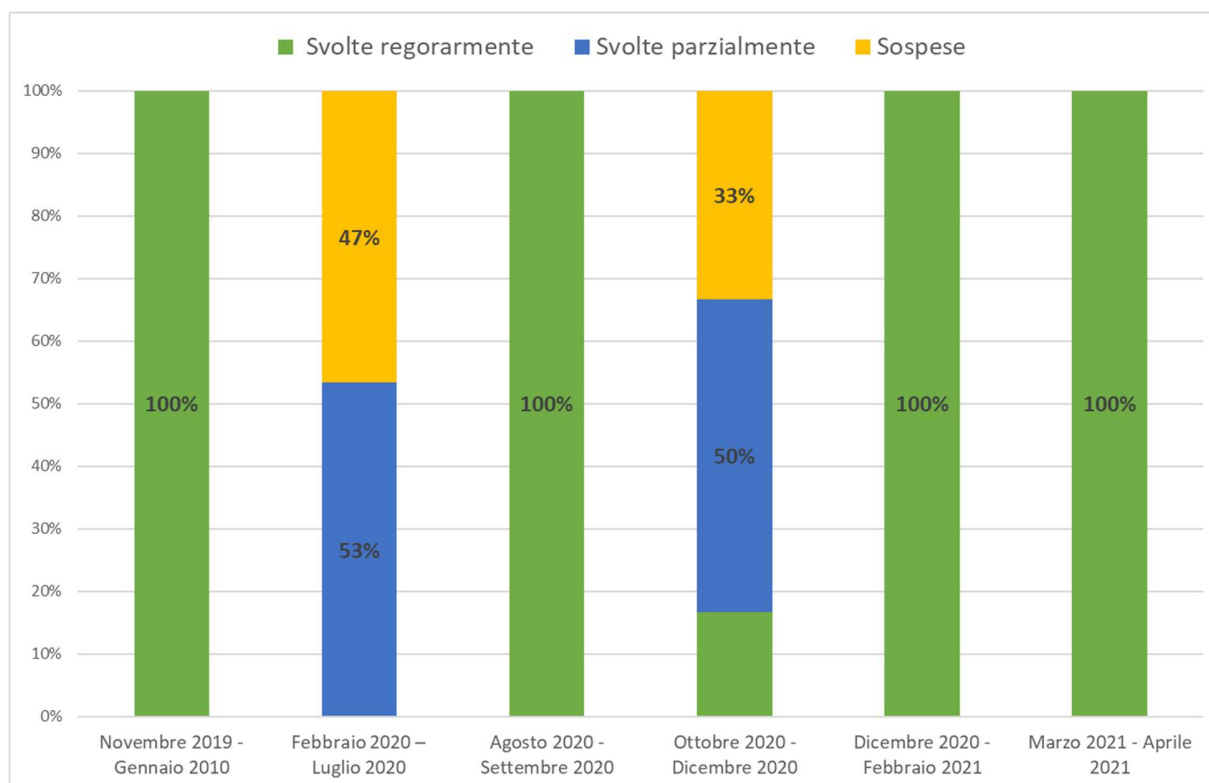
2.1.1 Attività proposte e periodo

Inizialmente le attività di CamminaMenti erano state organizzate in due periodi: novembre 2019 – gennaio 2020 e Febbraio 2020 – Luglio 2020. L'avvento della pandemia ha imposto una riorganizzazione del calendario, a partire dal primo lockdown avvenuto nel marzo 2020. Nella tabella che segue vengono presentate le attività proposte secondo il periodo, la modalità e la regolarità del loro svolgimento (totale, parziale, sospesa).

Tabella 1. Attività proposte per periodo, modalità e regolarità dello svolgimento

Attività						
Modalità	Periodo	Totali	Svolte regolarmente	Svolte parzialmente	Sospese	% attività
Presenza	Novembre 2019 - Gennaio 2020	8	8	0	0	20%
Presenza	Febbraio 2020 – Luglio 2020	15	0	8	7	38%
Presenza	Agosto 2020 - Settembre 2020	5	5	0	0	13%
Presenza	Ottobre 2020 - Dicembre 2020	6	1	3	2	15%
Online	Dicembre 2020 - Febbraio 2021	2	2	0	0	5%
Online	Marzo 2021 - Aprile 2021	4	4	0	0	10%
Totale		40	20	11	9	100%

Grafico 1. Attività proposte per periodo e regolarità dello svolgimento



Delle 40 attività proposte, 20 si sono svolte regolarmente (50%), 11 parzialmente (28%) e 9 sono state sospese (22%). Delle 20 svolte regolarmente 6 si sono svolte online. Si osservi come le attività, iniziate regolarmente nel periodo novembre 2019 - gennaio 2020, abbiano subito un primo rallentamento nel periodo del primo lockdown (febbraio 2020), siano riprese regolarmente nel periodo estivo (per lo più all'aperto, nei parchi), abbiano subito un nuovo rallentamento nell'autunno 2020, con il secondo lockdown e poi siano riprese regolarmente, in modalità on line, fino alla fine, nell'aprile del 2020. Osservando questi risultati si può dire che l'associazione Alzheimer ha saputo reagire bene all'emergenza dovuta al COVID-19, modificando la sua offerta e/o adattandola alla nuova situazione. Molto apprezzabile circa 1/3 delle attività svoltesi regolarmente siano state proposte in modalità online, cosa che senz'altro ha comportato un certo sforzo organizzativo e di comunicazione con gli iscritti.

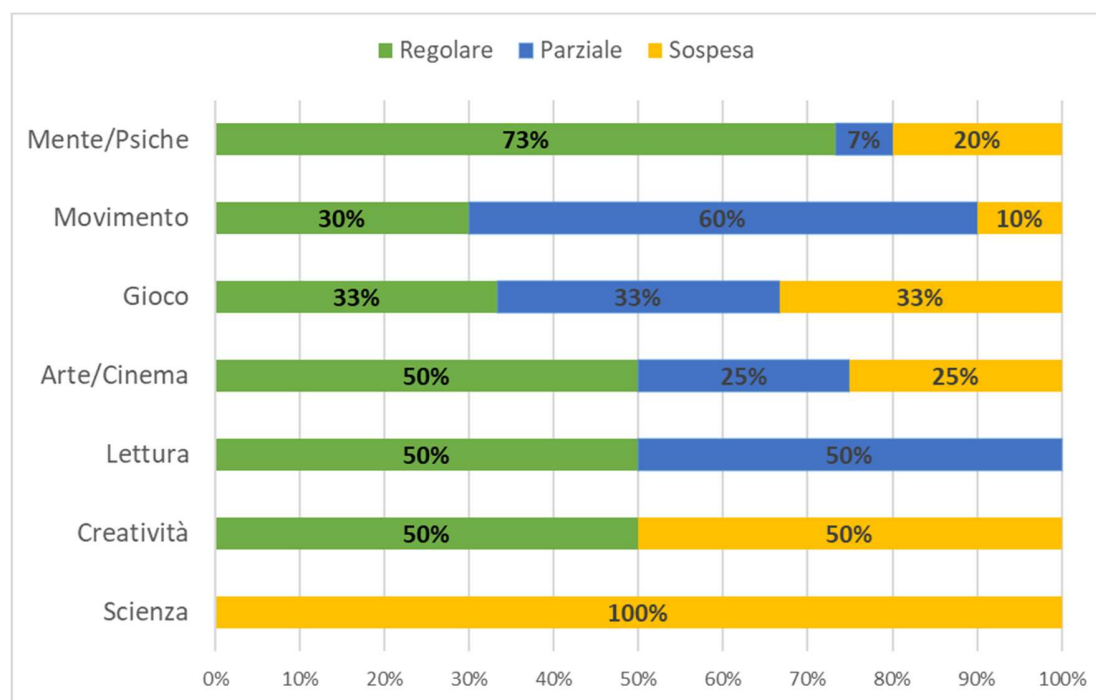
2.1.2 Attività proposte e argomento di interesse

Come si è detto le attività proposte hanno riguardato diversi argomenti di interesse. Osservando la Tabella 2 si può apprezzare la varietà delle attività rispetto agli argomenti di interesse e anche la regolarità di svolgimento delle varie attività che, come abbiamo già detto, è stata influenzata dalla pandemia.

Tabella 2. Attività proposte per argomento di interesse e per regolarità di svolgimento

Argomento	Regolare	Parziale	Sospesa	Totale	% Totale
Mente/Psiche	11	1	3	15	38%
Movimento	3	6	1	10	25%
Gioco	2	2	2	6	15%
Arte/Cinema	2	1	1	4	10%
Creatività	1	0	1	2	5%
Lettura	1	1	0	2	5%
Scienza	0	0	1	1	3%
Totale	20	11	9	40	100%

Grafico 2. Distribuzione del numero di attività per argomento di interesse e per regolarità di svolgimento



Come si può osservare sia dalla Tabella 2 che dal Grafico 2 le tipologie di attività predominanti sono Mente/Psiche (38%) e Movimento (25%), seguono Gioco (15%) e poi tutte le altre. Da qui in poi, salvo diversamente specificato, verranno considerate nell'analisi le 31 attività che sono state svolte almeno parzialmente. Le tipologie di attività che sono state più penalizzate dalle restrizioni dovute al Covid-19 sono state quelle di tipo laboratoriale (Creatività) e/o previste in luoghi chiusi (Cinema e Gioco). Le attività legate al movimento anche se interrotte hanno poi potuto riprendere all'aperto, nella bella stagione mentre quelle legate alla Mente/Psiche hanno potuto beneficiare di alcuni incontri organizzati online dai docenti.

2.1.3 Attività proposte e distribuzione nel tempo

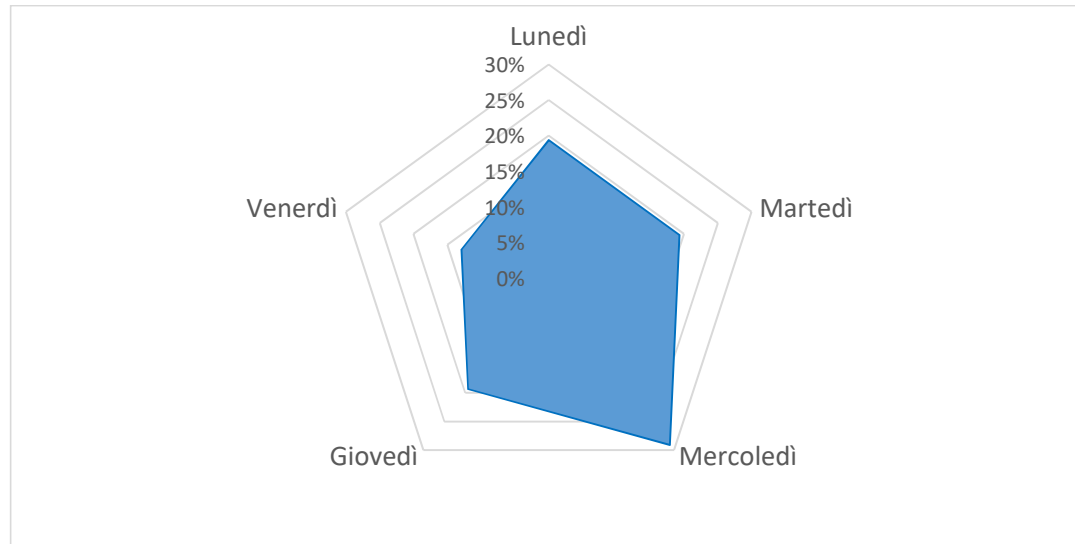
Le attività di Camminamenti sono state organizzate in diversi giorni della settimana ed in orari diversi durante il giorno, questo per venire incontro alle esigenze degli iscritti che possono disporre di un'ampia varietà di proposte e scegliere in base alle loro esigenze.

La tabella e il grafico che seguono mostrano come le attività siano state organizzate nell'arco della settimana, dal lunedì al venerdì, in maniera abbastanza uniforme, con una predominanza per il mercoledì, giorno in cui si svolgono la maggior parte delle attività.

Tabella 3. Attività proposte e giorno della settimana.

Giorno della settimana	Numero di attività	% di attività
Lunedì	6	19%
Martedì	6	19%
Mercoledì	9	29%
Giovedì	6	19%
Venerdì	4	13%
Totale	31	100%

Grafico 3. Distribuzione del numero di attività per giorno della settimana



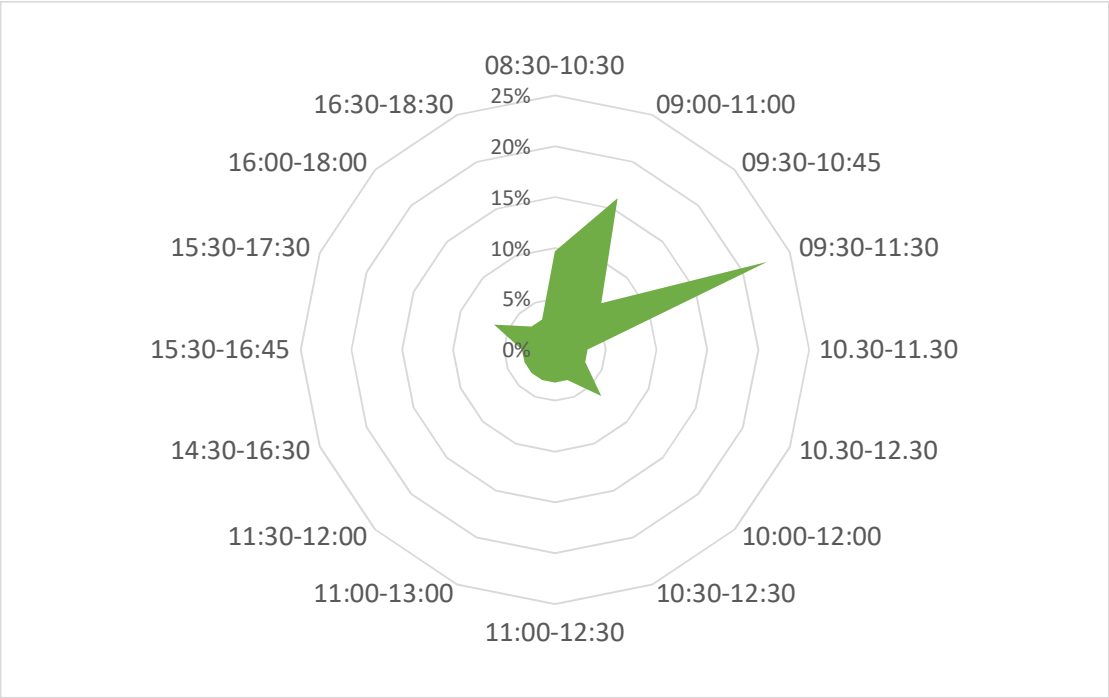
Quasi tutte le attività (81%) sono state organizzate durante la mattina, nella fascia oraria che va dalle 8:30 alle 13:00, solo 5 attività sono state proposte nella fascia pomeridiana, questo anche per poter favorire la partecipazione di quegli iscritti che si occupano dei nipoti nel pomeriggio, aspetto che era emerso nelle precedenti indagini.

La tabella 4 e il grafico 4 mostrano questo andamento.

Tabella 4. Attività proposte e fascia oraria.

Fascia oraria	Numero di attività	% di attività
08:30-10:30	3	10%
09:00-11:00	5	16%
09:30-10:45	2	6%
09:30-11:30	7	23%
10.30-11.30	1	3%
10.30-12.30	1	3%
10:00-12:00	2	6%
10:30-12:30	1	3%
11:00-12:30	1	3%
11:00-13:00	1	3%
11:30-12:00	1	3%
14:30-16:30	1	3%
15:30-16:45	1	3%
15:30-17:30	2	6%
16:00-18:00	1	3%
16:30-18:30	1	3%
Totale	31	100%

Grafico 4. Distribuzione del numero di attività per fascia oraria



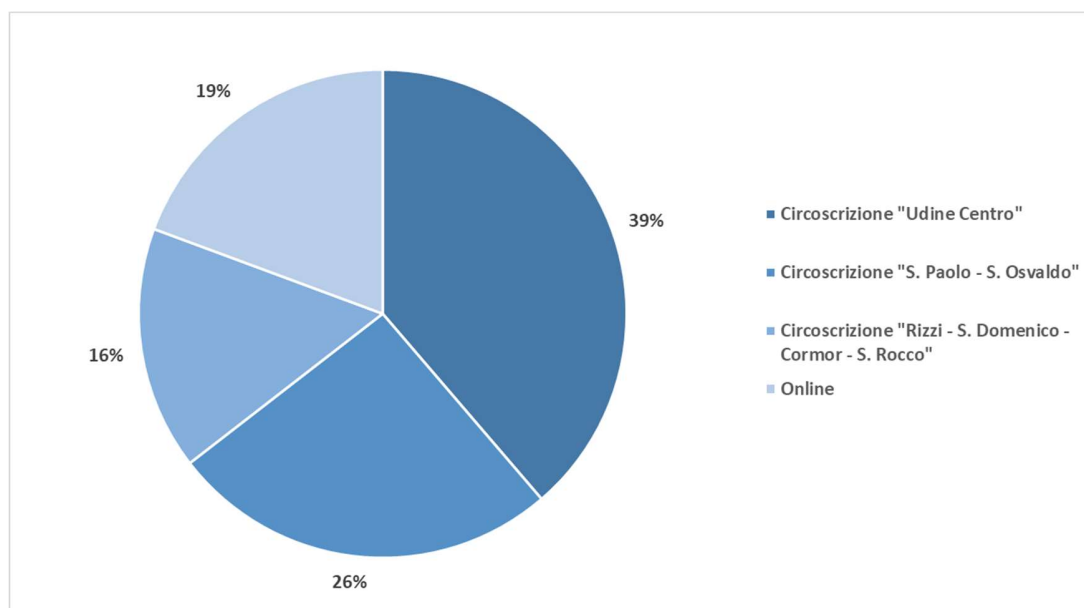
2.1.4 Attività proposte e territorio

Le attività di CamminaMenti, che si sono svolte in presenza, hanno avuto luogo in diverse sedi (Salotto d'Argento, Museo Archeologico, Cinema Visionario, Università della Terza Età e alcuni parchi cittadini, ecc.) che si concentrano in tre circoscrizioni del Comune di Udine, concentrandosi in tre Circoscrizioni: "Udine Centro", "Rizzi – S. Domenico – Cormor – S. Rocco" e "San Paolo – S. Osvaldo".

Tabella 5. Attività proposte e luogo

Luogo	Numero di Attività	% di attività
Circoscrizione "Udine Centro"	12	39%
Circoscrizione "Rizzi - S. Domenico - Cormor - S. Rocco"	5	16%
Circoscrizione "S. Paolo - S. Osvaldo"	8	26%
Online	6	19%
Totale	31	100%

Grafico 5. Distribuzione del numero di attività per luogo in cui si sono svolte



La Tabella 5 e il Grafico 5 mostrano che quasi il 40% delle attività proposte si sono svolte nella circoscrizione di "Udine Centro", dove si trovano molte strutture nelle quali sono stati organizzati i corsi. Seguono le circoscrizioni di "S. Paolo - S. Osvaldo" e "Rizzi - S. Domenico - Cormor - S. Rocco". Questa particolare distribuzione delle attività sul territorio comunale dipende dalla presenza di strutture più adatte allo svolgimento delle attività medesime nelle circoscrizioni considerate.

2.1.5 Attività proposte e struttura

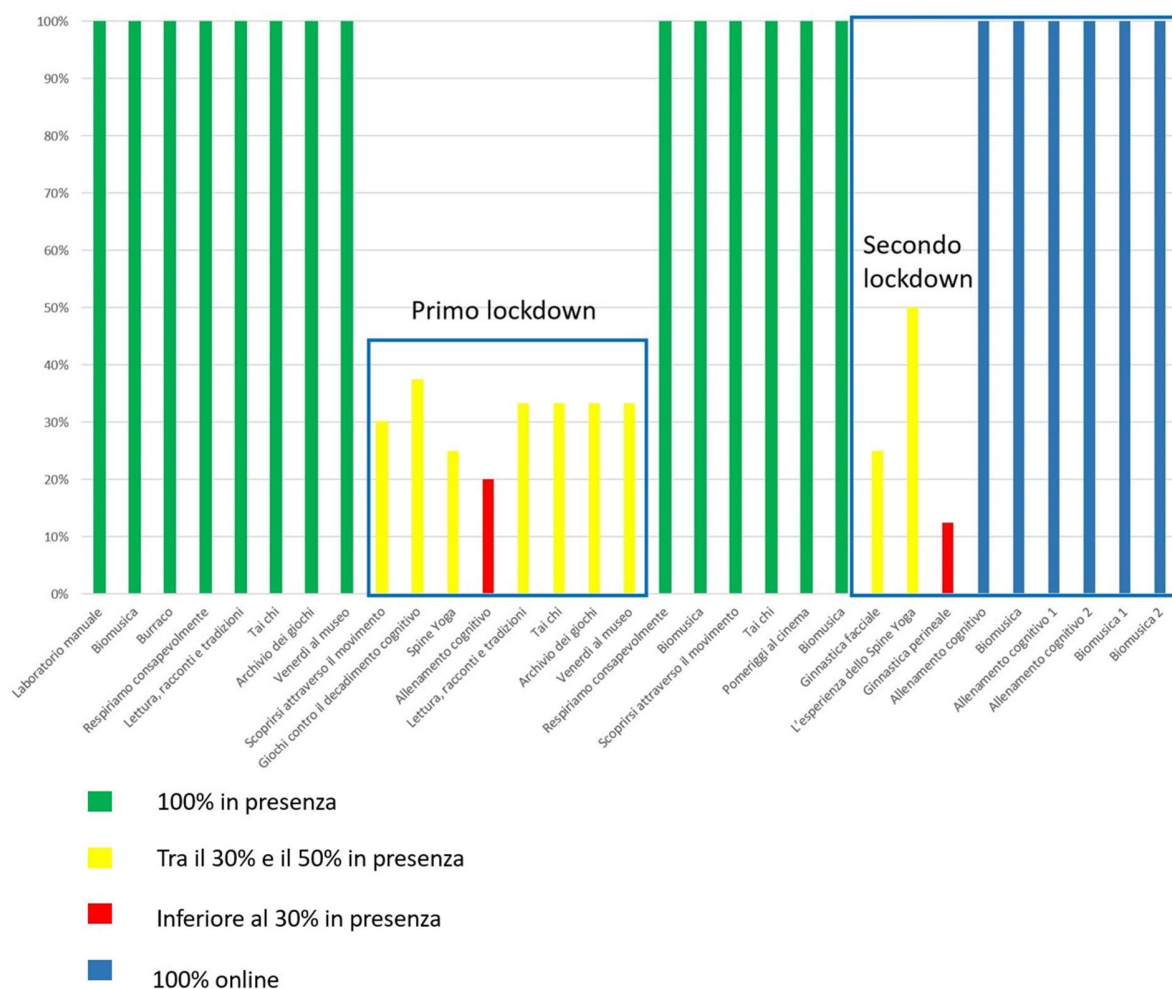
Le attività strutturate si sono svolte nelle diverse Circoscrizioni di Udine e, inizialmente, erano state programmate con un certo numero di incontri (lezioni) della durata media di 2 ore per incontro. Come si è detto, in alcuni casi, in numero di incontri è stato inferiore al previsto e quindi le attività si sono svolte solo parzialmente. Considerando il periodo di emergenza l'Associazione è stata in grado di assicurare agli iscritti il 55% del totale degli incontri programmati, percentuale che sale al 74% se si considerano le attività svolte almeno parzialmente. Nella tabella che segue vengono riportati, per ciascuna delle 31 attività che si sono svolte almeno parzialmente, il numero di incontri programmati, il numero di incontri effettivamente svolti e la percentuale di svolgimento.

Tabella 7. Attività proposte per numero di incontri previsti, svolti e valori %

Attività	Incontri previsti	Incontri svolti	% incontri svolti
Laboratorio manuale	8	8	100%
Biomusica	8	8	100%
Burraco	8	8	100%
Respiriamo consapevolmente	1	1	100%
Lettura, racconti e tradizioni	1	1	100%
Tai chi	1	1	100%
Archivio dei giochi	1	1	100%
Venerdì al museo	1	1	100%
Scoprirsi attraverso il movimento	10	3	30%
Giochi contro il decadimento cognitivo	8	3	38%
Spine Yoga	8	2	25%
Allenamento cognitivo	10	2	20%
Lettura, racconti e tradizioni	3	1	33%
Tai chi	3	1	33%
Archivio dei giochi	3	1	33%
Venerdì al museo	3	1	33%
Respiriamo consapevolmente	8	8	100%
Biomusica	8	8	100%
Scoprirsi attraverso il movimento	8	8	100%
Tai chi	6	6	100%
Pomeriggi al cinema	4	4	100%
Biomusica	8	8	100%
Ginnastica facciale	8	2	25%
L'esperienza dello Spine Yoga	6	3	50%
Ginnastica perineale	8	1	13%
Allenamento cognitivo	8	8	100%
Biomusica	8	8	100%
Allenamento cognitivo 1	8	8	100%
Allenamento cognitivo 2	8	8	100%
Biomusica 1	8	8	100%
Biomusica 2	8	8	100%
Totale	189	139	74%

Il Grafico 7 permette di apprezzare, ancora una volta, come la percentuale di svolgimento degli incontri sia stata fortemente influenzata dalla pandemia e di come l'Associazione sia stata in grado di reagire a questo avvenimento totalmente imprevedibile. Infatti è interessante notare come, dopo il secondo lockdown, l'Associazione sia riuscita a riprogrammare le proprie attività in modalità online permettendo il completo svolgimento delle attività.

Grafico 7. Numero di attività per numero di incontri



2.2 Analisi della partecipazione e della presenza alle attività proposte

Le analisi svolte da qui in poi riguardano le sole 31 attività strutturate che si sono svolte almeno parzialmente, organizzate in corsi con un certo numero di lezioni, effettuate nelle sedi indicate.

In questa parte del rapporto vengono analizzate la partecipazione e la presenza alle attività proposte da Camminamenti.

I soggetti interessati al progetto Camminamenti, devono iscriversi alle varie attività per poter partecipare agli incontri/lezioni. Per partecipazione ad una attività si intende la volontà, da parte di un soggetto iscritto, di partecipare ad una certa attività, per presenza si intende che un soggetto è effettivamente presente nel luogo e all'ora in cui si tiene l'incontro/lezione di una certa attività. Quindi un soggetto può partecipare ad una attività ma non essere presente a tutti gli incontri risultando così assente.

Se l'iscrizione può essere interpretata come l'interesse "potenziale" che un soggetto esprime per una certa attività, la partecipazione e la presenza ne indicano rispettivamente invece l'interesse e il grado di interesse "reale".

Sia la partecipazione che la presenza possono dipendere da diversi fattori. Un fattore molto importante per un'attività come quella di CamminaMenti, potrebbe essere la motivazione che spinge un soggetto che pure si è iscritto a partecipare e ad essere presente, visto che le attività sono offerte gratuitamente.

Fattori che potrebbero influenzare la presenza sono, oltre alla motivazione, la non corrispondenza tra aspettativa e realtà, motivi di salute, motivi ambientali (ad esempio la difficoltà a raggiungere il luogo in cui si svolge l'attività), motivi organizzativi (ad esempio gli orari proposti per le attività si rivelano non del tutto compatibili con le attività del soggetto), motivi climatici.

A tutti questi fattori, che possono influenzare le scelte degli iscritti in periodi "normali", in questa edizione si ne è aggiunto uno tanto importante quanto imprevisto, l'emergenza dovuta alla pandemia.

L'avvento della pandemia, nella seconda fase del progetto, ha pesantemente influenzato la vita di tutti e quindi anche degli iscritti alle attività di Camminamenti, attività che, come si è visto sono state svolte parzialmente, sospese o totalmente riorganizzate.

Come si può capire solo alcuni fattori possono essere tenuti sotto controllo da chi gestisce l'attività di CamminaMenti, al fine di migliorare l'efficienza del processo (cercare di aumentare la partecipazione e la presenza). La pandemia, pur essendo un fattore assolutamente imprevisto, è stata tenuta sotto controllo dall'Associazione. La rimodulazione e la riprogrammazione dei corsi, che si erano svolti regolarmente fino a febbraio 2020, ha permesso di arginare il problema consentendo agli iscritti di poter usufruire, anche se in forma diversa, delle diverse attività.

Per quanto si dirà in seguito è bene definire il concetto di aderente, iscritto e partecipante.

- **Aderente** è un soggetto che, iscrivendosi, aderisce all'iniziativa CamminaMenti. Può anche accadere che un aderente non si iscriva a nessuna attività.
- **Iscritto** è un soggetto aderente, che si è iscritto ad una delle attività strutturate proposte da CamminaMenti. Il numero di iscritti può essere superiore al numero di aderenti, questo accade se un aderente si iscrive a più di una attività.
- **Partecipante** è un soggetto iscritto che partecipa effettivamente ad una delle attività strutturate di CamminaMenti. Il numero di partecipanti può essere inferiore al numero di iscritti, questo accade quando non tutti gli iscritti ad una attività partecipano effettivamente ad essa.
- **Presente** è un soggetto che partecipa ad una attività e che in un dato momento si trova effettivamente dove questa viene svolta.

Fatte queste premesse l'edizione 2019-2020 di CamminaMenti ha visto l'adesione di 185 soggetti che successivamente si sono iscritti ed hanno partecipato o meno alle attività di CamminaMenti, a questi vanno aggiunti 6 soggetti che, pur non avendo aderito al progetto, si sono iscritti ad alcune attività. Dei 185 iscritti 30 sono uomini, pari al 16% del totale e 155 donne, pari all'84% del totale

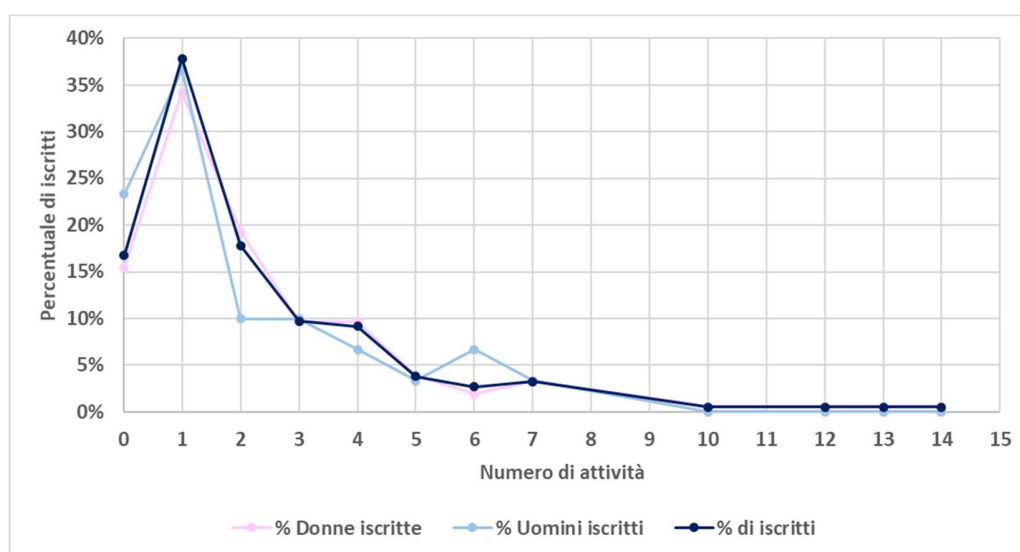
Nella tabella 8 viene illustrato, nel dettaglio, il numero di attività a cui si sono iscritti gli aderenti a CamminaMenti, sia in totale che suddividendo per genere. È da notare che 31 soggetti che avevano aderito all'iniziativa non si sono poi iscritti a nessuna attività proposta da CamminaMenti, di questi 24 sono donne e 7 uomini, che rappresentano, rispettivamente il 15% e il 23% del totale. Ci sono 4 aderenti, tutte donne, che si sono iscritte a 10 o più di attività, il numero massimo di attività per il uomini è 7. Il numero medio di attività a cui si è iscritto ciascun aderente è pari a 2.2. Le donne si iscrivono, in media a 2.3 attività mentre gli uomini ad un numero leggermente inferiore, 1.9

Come viene evidenziato dal grafico 8 la maggior parte degli aderenti si è iscritto ad una attività, e questo vale sia per gli uomini che per le donne. 33 (il 18%) si sono iscritti a 2 attività e 18 (il 10%) si sono iscritti a 3 attività. In definitiva quasi l'80% degli aderenti si sono iscritti al massimo a 3 attività. Sempre dal grafico si può osservare che il comportamento delle donne e degli uomini è piuttosto simile.

Tabella 8. Aderenti per genere e per numero di attività a cui si sono iscritti

Numero di attività	Donne iscritte	Uomini iscritti	Numero di iscritti	% Donne iscritte	% Uomini iscritti	% di iscritti
0	24	7	31	15%	23%	17%
1	53	11	70	34%	37%	38%
2	30	3	33	19%	10%	18%
3	15	3	18	10%	10%	10%
4	15	2	17	10%	7%	9%
5	6	1	7	4%	3%	4%
6	3	2	5	2%	7%	3%
7	5	1	6	3%	3%	3%
10	1	0	1	1%	0%	1%
12	1	0	1	1%	0%	1%
13	1	0	1	1%	0%	1%
14	1	0	1	1%	0%	1%
Totale	155	30	185	100%	100%	100%

Grafico 8. Numero di aderenti iscritti per genere e per numero di attività



2.2.1 Partecipazione alle attività e periodo

Una prima analisi riguarda la distribuzione degli iscritti e dei partecipanti nei diversi periodi in cui si sono svolte le attività di CamminaMenti. Il tasso di partecipazione inteso come il rapporto, espresso in termini percentuali, tra i partecipanti e gli iscritti, fornisce una misura del grado di partecipazione alle diverse attività proposte. Questo dato è particolarmente importante sia perché è una misura del grado di attrattività delle varie attività proposte sia per l'organizzazione logistica delle attività, dato che fornisce anche un'indicazione relativa alla dimensione degli spazi da destinare a ciascuna attività. Ovviamente anche in questo caso bisogna tenere conto del periodo particolare e del fatto che alcune attività sono state impartite in modalità online. Le attività svolte in modalità online sono quelle che hanno visto la partecipazione più bassa, questo dato potrebbe dovuto alla bassa propensione all'uso di strumenti tecnologici da parte dei partecipanti oppure al fatto di non avere a disposizione dispositivi adeguati.

Tabella 8. Iscritti, partecipanti, tasso di partecipazione e partecipanti/attività per periodo

Modalità	Periodo	% attività svolte regolarmente o parzialmente	Iscritti	Partecipanti	Tasso di partecipazione	Partecipanti per attività
Presenza	Novembre 2019 - Gennaio 2020	100%	224	169	75%	21
Presenza	Febbraio 2020 – Luglio 2020	53%	214	147	69%	18
Presenza	Agosto 2020 - Settembre 2020	100%	85	66	78%	13
Presenza	Ottobre 2020 - Dicembre 2020	67%	67	55	82%	14
Online	Dicembre 2020 - Febbraio 2021	100%	15	14	93%	7
Online	Marzo 2021 - Aprile 2021	100%	31	27	87%	7
Totale		76%	636	478	75%	15

Il numero degli iscritti e dei partecipanti sembra dipendere al periodo in cui si sono svolte le attività mentre il tasso di partecipazione, calcolato come rapporto tra partecipanti e iscritti moltiplicato per 100, ha un andamento altalenante. La situazione è ben illustrata dalla tabella 8 e dal grafico 8.

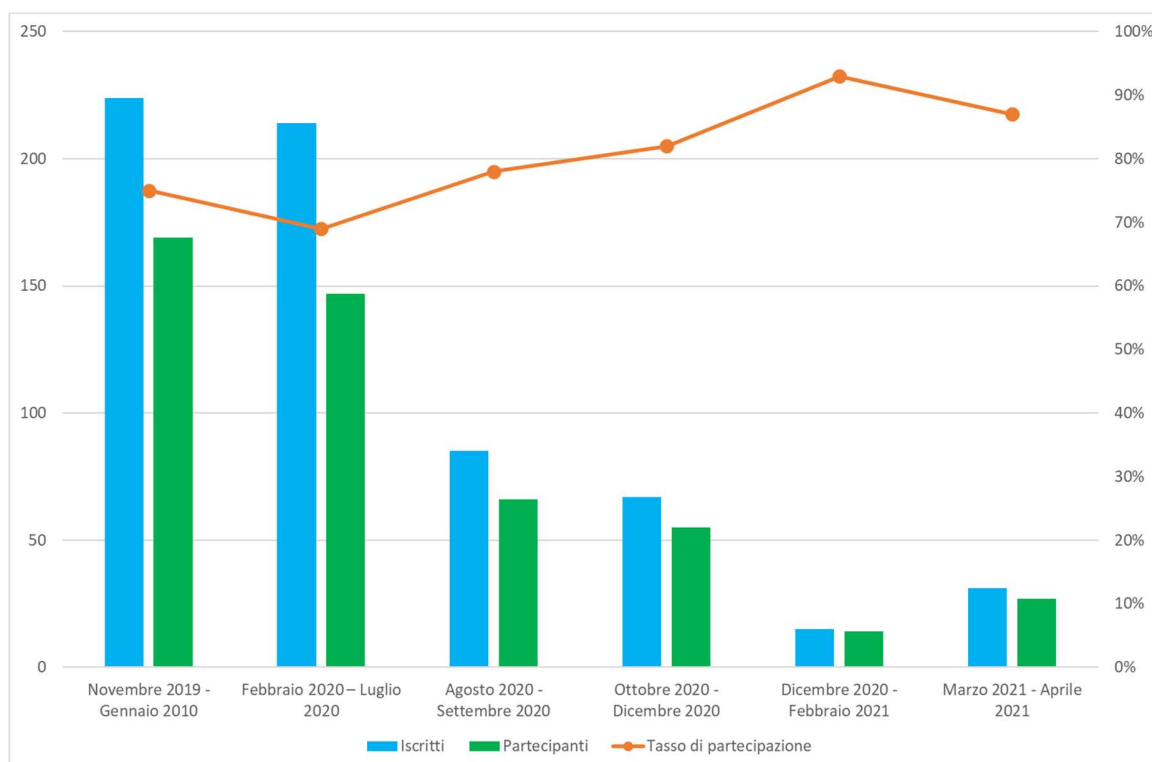
I primi due periodi sono quelli che hanno registrato il maggior numero di partecipanti ma non il più alto tasso di partecipazione. Il periodo più critico, come ci si poteva aspettare, è stato quello del primo lockdown, dove si è registrato il tasso di partecipazione più basso. Le attività che hanno visto il tasso di partecipazione più elevato sono quelle online.

I risultati di questa analisi possono essere letti da due punti di vista. Da un lato il numero di iscritti e il numero di partecipanti sono stati influenzati dall'avvento della pandemia, dall'altro, una volta adattata l'organizzazione delle attività alla situazione di emergenza, i tassi di partecipazione sono aumentati. Forse le persone si sono sentite più motivate a frequentare le attività proposte anche per contrastare un periodo difficile fatto di restrizioni e di isolamento.

Un altro aspetto interessante riguarda il confronto con l'edizione passata che si riferisce al periodo 2018-2019. Per ovvie ragioni sia il numero complessivo di iscritti che quello di partecipanti hanno subito una flessione, più contenuta per il primo (6%) meno contenuta per il secondo (21%). Tuttavia se si prende in considerazione il confronto tra il primo periodo delle attività nei due anni, periodo che

nell'ultima edizione non è stato toccato dalla pandemia, si registra un aumento sia degli iscritti che dei partecipanti, rispettivamente dell'82% e del 58%.

Grafico 8. Distribuzione del tasso di partecipazione e partecipanti/attività per periodo



2.2.2 Partecipazione alle attività e argomento di interesse

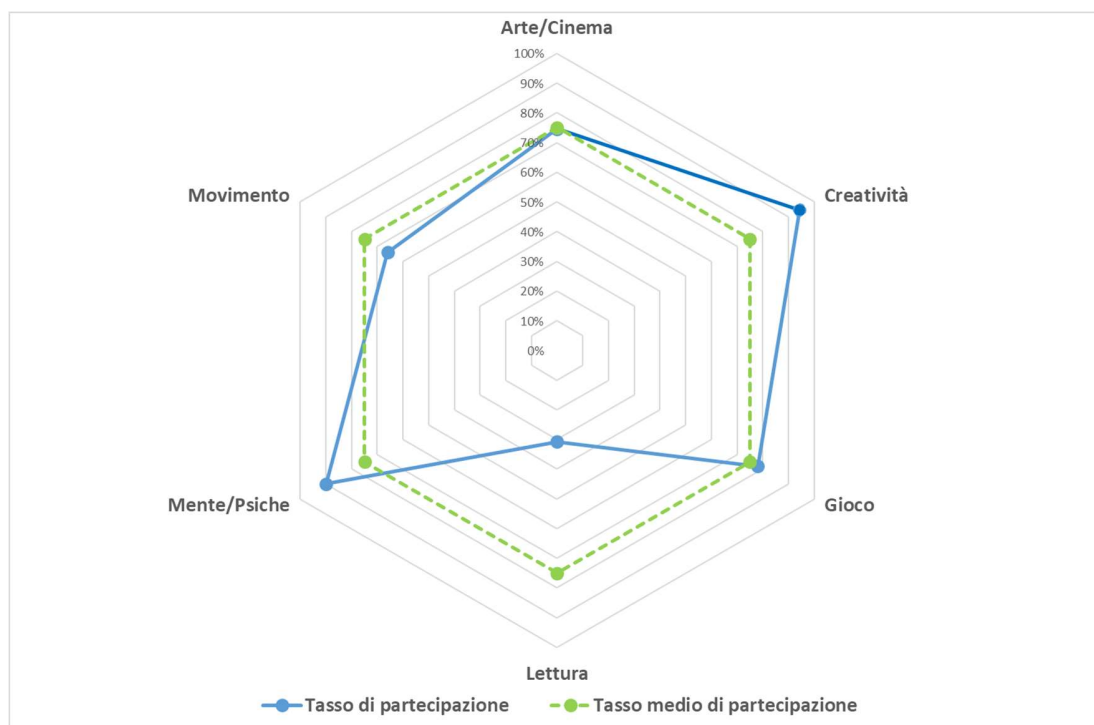
L'analisi della distribuzione degli iscritti e dei partecipanti rispetto agli argomenti di interesse mette in evidenza il "peso" dei diversi argomenti. Tuttavia, dato che per i diversi argomenti non è stato organizzato lo stesso numero di attività, conviene considerare il tasso di partecipazione che, come si è detto, può essere considerato una misura dell'attrattiva delle attività medesime. A tale proposito vi vedano la tabella 9 ed il grafico 9.

Tabella 9. Iscritti, partecipanti e tasso di partecipazione per argomento di interesse delle attività

Argomento	Numero di attività	% attività sospese	Numero di iscritti	% Numero di iscritti	Numero di Partecipanti	% Numero di partecipanti	Tasso di partecipazione
Arte/Cinema	3	50%	126	20%	94	20%	75%
Creatività	1	0%	18	3%	17	4%	94%
Gioco	4	33%	91	14%	71	15%	78%
Lettura	2	0%	26	4%	8	2%	31%
Mente/Psiche	12	0%	169	27%	152	32%	90%
Movimento	9	0%	206	32%	136	28%	66%
Totale	31	23%	636	100%	478	100%	75%

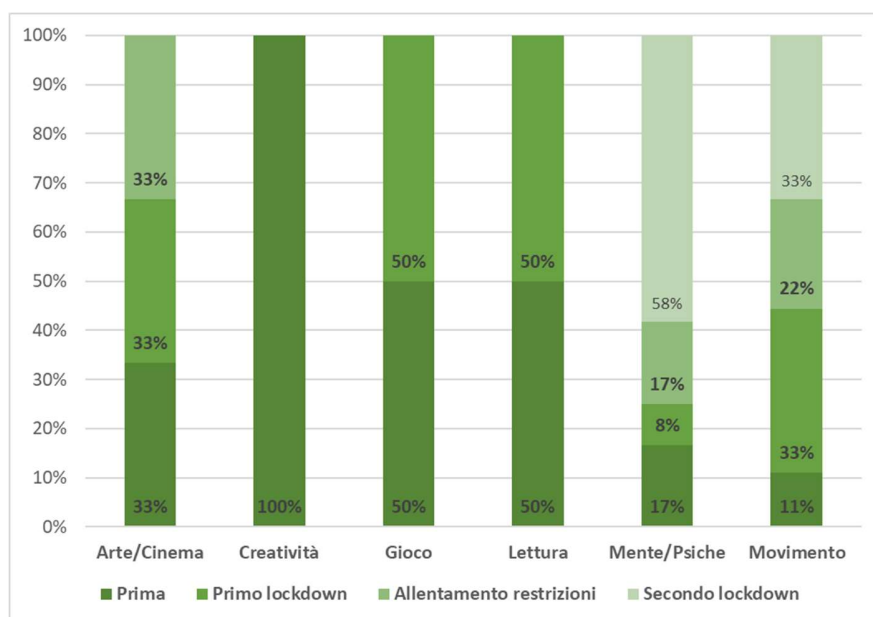
Si osservi come le attività che riguardano la lettura hanno avuto un tasso di partecipazione piuttosto basso.

Grafico 9. Tasso di partecipazione e tasso medio di partecipazione per argomento di interesse



Gli argomenti che hanno registrato il tasso di partecipazione superiore a quello medio sono: Gioco, Mente/Psiche, Arte/Cinema e Creatività mentre quelli che hanno registrato un tasso di partecipazione inferiore alla media sono Cinema e Lettura.

Grafico 10. Distribuzione delle attività per argomento e per periodo



Anche in questo caso il tasso di partecipazione potrebbe essere stato influenzato dal periodo in cui si sono svolte le attività (vedi grafico 10), cosa che non si verifica per le attività di Mente/Psiche che sono state per la maggior parte svolte dopo il primo lockdown ottenendo comunque un tasso di partecipazione tra i più elevati. Questo potrebbe significare che gli argomenti trattati da queste attività sono stati particolarmente “sentiti” dagli iscritti nel difficile periodo della pandemia.

2.2.3 Partecipazione alle attività e territorio

Come si è detto in precedenza le attività di CamminaMenti si sono svolte sia in presenza che online. Quelle svolte in presenza sono state concentrate in 3 Circoscrizioni del Comune di Udine: tutte, tranne una si è svolta a Tavagnacco, nelle diverse Circoscrizioni del Comune di Udine: “Udine Centro”, “Rizzi – S. Domenico – Cormor – S. Rocco” e “San Paolo – S. Osvaldo”.

L'analisi della partecipazione rispetto ai luoghi in cui si sono svolte può essere utile per capire se l'organizzazione territoriale delle attività è stata efficace.

Figura 1. Le circoscrizioni del Comune di Udine

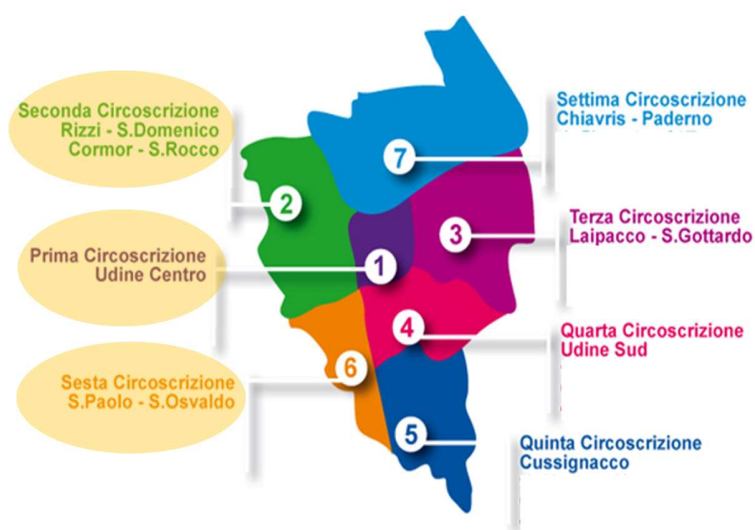


Tabella 10. Iscritti, partecipanti e tasso di partecipazione per luogo in cui si sono svolte le attività

Circoscrizione	Numero di iscritti	% di iscritti	Numero di partecipanti	% di partecipanti	Tasso di partecipazione
Udine Centro	309	49%	254	53%	82%
Rizzi - S. Domenico - Cormor - S. Rocco	108	17%	81	17%	75%
S. Paolo - S. Osvaldo	173	27%	102	21%	59%
Online	46	7%	41	9%	89%
Totale	636	100%	478	100%	75%

Il tasso di partecipazione più elevato, se si escludono le attività online, si ha nella circoscrizione di Udine Centro che è quella dove si sono svolte le attività legate alla Mente/Psiche, quelle che hanno avuto il tasso di partecipazione più elevato. La circoscrizione che registra il tasso di partecipazione più basso è quella di S. Paolo- S. Osvaldo. Questi risultati potrebbero dipendere, oltre che dall'argomento associato alle varie attività, anche dalla possibilità, per i partecipanti, di raggiungere agevolmente le sedi dove sono organizzati gli incontri.

2.2.4 Presenza alle attività e periodo

Un altro aspetto interessante, per valutare il percorso di CamminaMenti, riguarda l'analisi delle presenze attese e delle presenze effettive.

Data una certa attività il numero di presenze attese è dato dal numero di partecipanti per il numero di incontri mentre il numero di presenze effettive tiene conto anche delle eventuali assenze agli incontri, quindi le presenze effettive sono inferiori o uguali a quelle attese.

Un'altra informazione interessante è fornita dal tasso di presenza in aula dei partecipanti inteso qui come, data una attività, il rapporto tra le presenze effettive e le presenze attese. Questo tasso è una misura che, tenendo conto delle "assenze" alle attività dei partecipanti, fornisce informazioni sul grado di "saturazione" delle attività e quindi anche sull'attrattività effettiva di una attività.

L'analisi delle presenze effettive (o del suo complementare, le assenze) è importante dal punto di vista organizzativo perché può essere considerata sia una misura dell'attrattività delle attività proposte che un segnale di scarso interesse/bassa motivazione a partecipare che andrebbe convenientemente approfondita.

Nella tabella che segue vengono presentati, per ciascun periodo, le presenze attese, le presenze previste ed il tasso di presenza che, unitamente al tasso di partecipazione, costituisce una misura del grado di attrattività delle attività proposte.

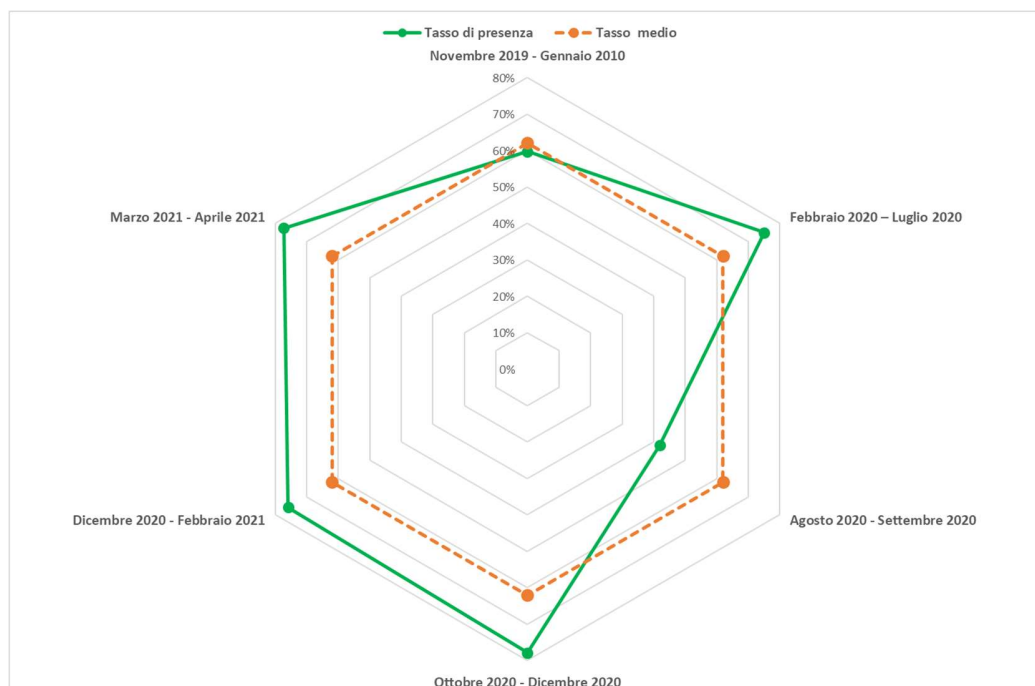
Come si può osservare il tasso di partecipazione varia al variare del periodo attestandosi su un valore medio del 62%, non troppo diverso da quello dello scorso anno che era del 63%.

Tabella 11. Presenze attese, presenze effettive e tasso di presenza per periodo

Periodo	Presenze attese	Presenze effettive	Tasso di presenza
Novembre 2019 - Gennaio 2020	864	516	60%
Febbraio 2020 – Luglio 2020	336	252	75%
Agosto 2020 - Settembre 2020	434	182	42%
Ottobre 2020 - Dicembre 2020	140	109	78%
Dicembre 2020 - Febbraio 2021	112	85	76%
Marzo 2021 - Aprile 2021	216	167	77%
Totale	2102	1311	62%

Il valore più basso, 42%, si registra nel periodo estivo del 2020 mentre i valori più elevati si osservano nei periodi che vanno da ottobre 2020 a aprile 2021. È Interessante notare come le attività che si sono svolte con la modalità online, nel periodo dicembre 2020-aprile 2021, siano tra quelle che hanno avuto, sia il tasso di partecipazione sia il tasso di presenza tra i più elevati, pur registrando un numero di iscritti/partecipanti non particolarmente elevato. Si potrebbe dire “pochi ma buoni”.

Grafico 11. Tasso di presenza per periodo



2.2.5 Presenza alle attività e argomento di interesse

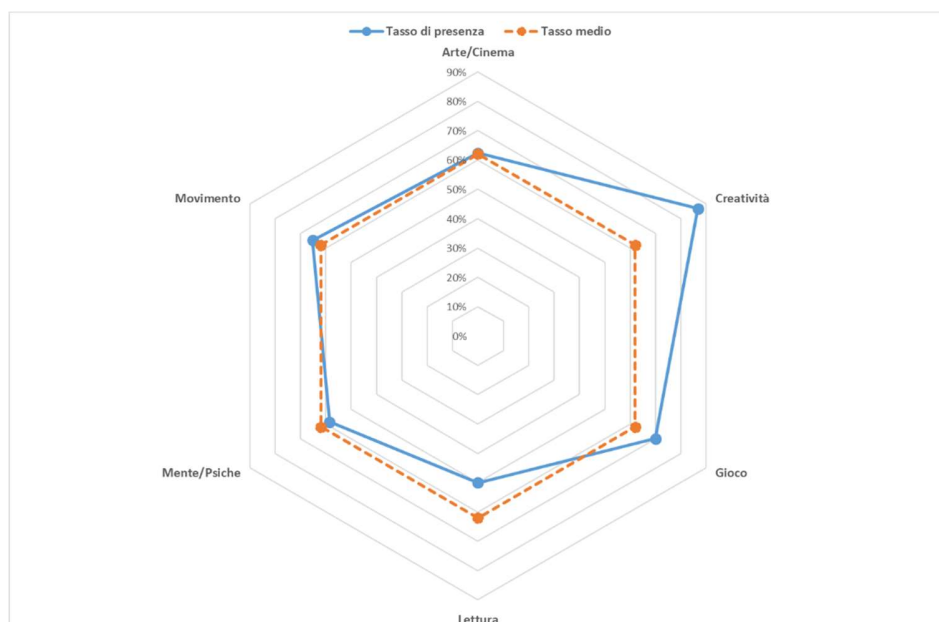
L'analisi delle presenze attese, delle presenze effettive e del tasso di presenza rispetto agli argomenti di interesse è utile in quanto mette in evidenza il grado di attrattività delle attività proposte dal punto di vista degli argomenti che queste trattano.

Tabella 12. Presenze attese, presenze effettive e tasso di presenza per argomento di interesse

Argomento	Presenze attese	Presenze effettive	Tasso di presenza
Arte/Cinema	220	137	62%
Creatività	68	59	87%
Gioco	236	165	70%
Lettura	16	8	50%
Mente/Psiche	1162	681	59%
Movimento	400	261	65%
Totale	2102	1311	62%

È Interessante osservare che le attività che hanno registrato il tasso più elevato di presenza sono quelle legate alla creatività, al movimento e all'arte/cinema.

Grafico 12. Tasso di presenza e tasso medio di presenza per argomento di interesse



2.2.6 Presenza alle attività e territorio

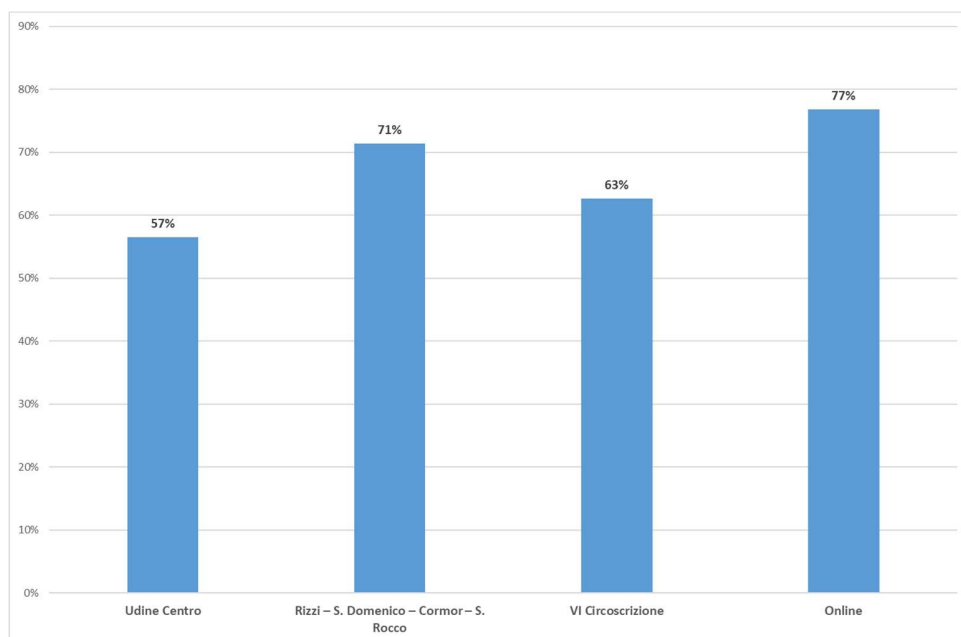
L'analisi delle presenze, come quella della partecipazione, rispetto al luogo in cui si sono svolte le attività può dare interessanti indicazioni utili per l'organizzazione futura delle attività.

Tabella 13. Presenze attese, presenze effettive e tasso di presenza per luogo delle attività

Circoscrizione	Presenze attese	Presenze effettive	Tasso di presenza
Udine Centro	1205	681	57%
Rizzi – S. Domenico	245	175	71%
VI Circoscrizione	324	203	63%
Online	328	252	77%
Totale	2102	1311	62%

Il tasso di presenza varia, e anche di molto, al variare del luogo in cui si è svolta l'attività. Si passa dal 57% nella Circoscrizione di Udine Centro al 71% della Circoscrizione Rizzi – S. Domenico – Cormor – S. Rocco. La Circoscrizione di Udine Centro è anche quella che registra il maggior divario tra tasso di partecipazione e tasso di presenza, si passa infatti dall'82% al 57%. Le attività online si confermano ancora quelle con il tasso più elevato.

Grafico 13. Tasso di presenza e tasso medio di presenza per luogo delle attività



2.2.7 Partecipazione e presenza alle attività: uno sguardo d'insieme

Come si è già detto più volte l'attività di "Camminamenti, le menti in cammino" è stata influenzata dall'avvento della pandemia che, a partire da febbraio 2020, ha visto introdurre tutta una serie di restrizioni più o meno stringenti.

Tuttavia l'Associazione Alzheimer ha saputo, intervenire su più fronti, riorganizzando le proprie attività, sia affiancando alla tradizionale modalità in presenza quella online, sia riprogrammandole sia in periodi e in luoghi diversi.

Questa intensa attività organizzativa ha fatto sì che i disagi, se pur presenti, siano stati contenuti e che gli iscritti abbiamo potuto usufruire, se non completamente, della gran parte delle attività organizzate alla partenza del progetto nel novembre 2019.

Nella tabella che segue vengono indicati, per ciascuna attività, il tasso di partecipazione e il tasso di presenza. Come si è detto in precedenza questi tassi forniscono informazioni sia sul grado di attrattività potenziale (partecipazione) ed effettiva (presenza) delle attività sia sulla dimensione degli spazi da destinare alle attività stesse. Ovviamente non è possibile sapere perché un soggetto che si iscrive ad una attività poi non partecipi o partecipi solo in parte, questo potrebbe avvenire non solo per motivi legati alle attività stesse ma anche per altri motivi (salute, personali, ecc.).

Tabella 14. Tasso di partecipazione e tasso di presenza per attività

Attività	Tasso di partecipazione	Tasso di presenza
Laboratorio manuale	94%	87%
Biomusica	95%	54%
Burraco	90%	62%
Respiriamo consapevolmente	87%	48%
Lettura, racconti e tradizioni	31%	50%
Tai chi	37%	80%
Archivio dei giochi	71%	82%
Venerdi al museo	75%	69%
Scoprirsi attraverso il movimento	86%	64%
Giochi contro il decadimento cognitivo	82%	94%
Spine Yoga	71%	80%
Allenamento cognitivo	80%	85%
Lettura, racconti e tradizioni	31%	50%
Tai chi	37%	80%
Archivio dei giochi	71%	82%
Venerdi al museo	75%	69%
Respiriamo consapevolmente	93%	31%
Biomusica	94%	48%
Scoprirsi attraverso il movimento	57%	44%
Tai chi	82%	43%
Pomeriggi al cinema	73%	45%
Biomusica	85%	66%
Ginnastica facciale	88%	89%
L'esperienza dello Spine Yoga	83%	77%
Ginnastica perineale	73%	100%
Allenamento cognitivo	88%	73%
Biomusica	100%	79%
Allenamento cognitivo 1	78%	68%
Allenamento cognitivo 2	83%	83%
Biomusica 1	89%	77%
Biomusica 2	100%	84%
Totale	75%	62%

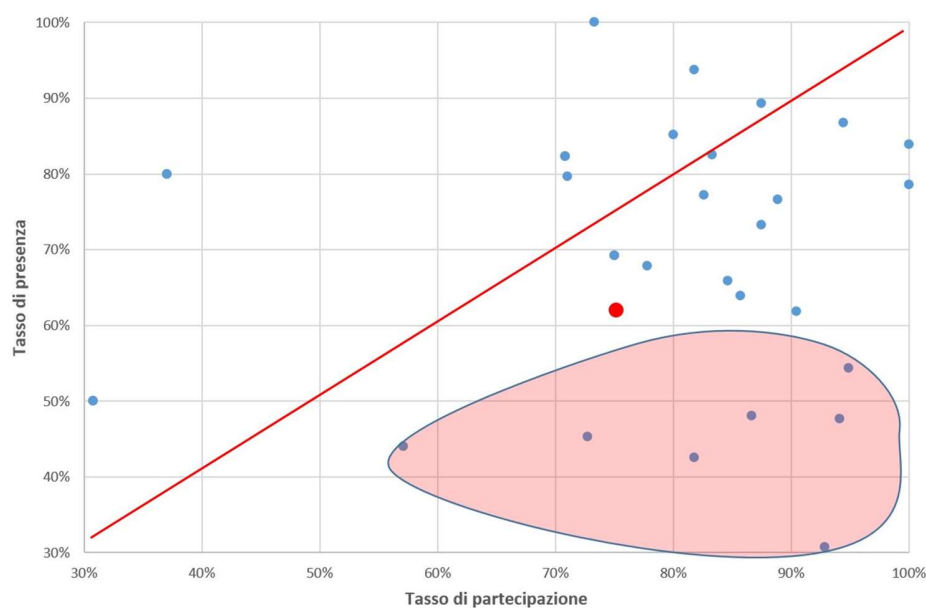
Per quanto riguarda il tasso di partecipazione si va da un minimo del 31% (Letteratura, racconti e tradizioni) ad un massimo del 100% (Biomusica e Biomusica 2, entrambi impartiti online). Il tasso di presenza registra un valore minimo pari al 31% (Respiriamo consapevolmente) ed un valore massimo pari al 100% (Ginnastica perineale).

È interessante notare che alcune attività hanno un tasso di partecipazione superiore al tasso di presenza mentre altre, al contrario hanno un tasso di partecipazione inferiore al tasso di presenza. Nel primo caso si potrebbe dire che l'interesse "potenziale" per una certa attività è superiore all'interesse "effettivo" mentre nel secondo caso è il contrario. Un esempio di attività, che potrebbe fornire spunti di riflessione per l'ente organizzatore, riguarda il corso "Respiriamo consapevolmente" che si è tenuto

due volte, in periodi diversi. Una prima volta nel periodo novembre 2019-gennaio 2020, prima dell'avvento delle restrizioni dovute alla pandemia, e una seconda volta nel periodo agosto-settembre 2020, dopo l'avvento della pandemia, all'aperto. In entrambi i casi il tasso di presenza è molto inferiore al tasso di partecipazione, rispettivamente 48% e 87% prima dell'avvento della pandemia e 31% e 93% nel periodo estivo. Un altro esempio significativo, riguarda le attività "Ginnastica perineale" che a fronte di un tasso di partecipazione del 73% ha avuto un tasso di presenza del 100%. Purtroppo questa attività che ha suscitato notevole interesse da parte delle partecipanti (la stragrande maggioranza degli iscritti alle attività) si è dovuta interrompere dopo una sola lezione a causa delle restrizioni dovute alla pandemia dovute al secondo lockdown. Questo tipo di attività purtroppo mal si presta ad essere svolta online e all'aperto. Altre attività hanno avuto tassi di presenza superiori ai tassi di partecipazione a significare che alcuni soggetti che si sono iscritti a queste attività non hanno partecipato ma quelli che hanno deciso di partecipare sono stati presenti alle attività. Esempi sono: Tai Chi, Lettura, Racconti e tradizioni, Ginnastica facciale.

Nel grafico 14 viene evidenziato maggiormente questo aspetto, importante per l'organizzazione delle attività nelle future edizioni che si spera non siano più influenzate dalle restrizioni dovute alla pandemia.

Grafico 14. Tasso di presenza per tasso di partecipazione e zono critiche



La posizione delle attività (rappresentate dai punti) nel piano evidenzia che il tasso di partecipazione non sempre è un buon indicatore del tasso di presenza. Il punto in rosso rappresenta i tassi medi di partecipazione e di presenza (punto medio). Tuttavia alcune riflessioni possono essere fatte, specialmente per quelle attività che stanno al di sotto della linea rossa che rappresenta l'uguaglianza tra tasso di partecipazione e tasso di presenza o che si allontanano di molto dal punto medio.

Nel grafico 14 vengono viene evidenziata una “zona rossa” che prende in considerazione quelle attività dove il tasso di presenza è molto inferiore a quello di partecipazione. Queste attività sono:

- Biomusica, sia nel periodo novembre 2019- gennaio 2020 che in quello estivo, svolta all'aperto
- Respiriamo consapevolmente, sia nel periodo novembre 2019- gennaio 2020 che in quello estivo, svolta all'aperto
- Scoprirsi attraverso il movimento, nel periodo febbraio-luglio 2020 (primo lockdown)
- Pomeriggi al cinema nel periodo febbraio-luglio 2020 (primo lockdown)
- Tai chi, nel periodo estivo, svolto all'aperto.

2.3 Analisi del profilo dei rispondenti ai questionari

Nell'edizione 2019-2020 di “Camminamenti, le menti in cammino” si è deciso di somministrare un unico questionario alla fine delle attività, questo anche per ovviare ai numerosi questionari pre e post attività che risultavano con molti dati mancanti e quindi non utilizzabili per le successive analisi.

Un ulteriore elemento di novità riguarda sia la struttura del questionario che il metodo di somministrazione. In particolare sono stati somministrati due tipi di questionari uno prima dell'avvento della pandemia e uno dopo l'avvento della pandemia. Inoltre i questionari sono stati somministrati sia in forma cartacea che online. I questionari in forma cartacea venivano compilati “a mano” dai partecipanti mentre quelli online venivano compilati accedendo al questionario in formato elettronico, cliccando su un link¹

I rispondenti rappresentano un campione, non casuale, degli iscritti. Le loro risposte sono utili sia per capire il loro profilo sia per indagare su altri aspetti.

Il profilo dei rispondenti viene delineato analizzando le risposte al “Questionario di gradimento”, somministrato alla fine delle attività di CamminaMenti. Il questionario ha tre sezioni:

- Dati anagrafici: residenza, genere, età, titolo di studio, stato civile, componenti della famiglia, posizione lavorativa iniziale
- Aspetti della vita quotidiana
 - o Autopercezione di sé stessi
 - o Autopercezione delle abilità cognitive
 - o Attività fisica e ricreativa
- La famiglia e le reti sociali.

Nel questionario somministrato dopo l'avvento della pandemia sono stati aggiunti degli item, nelle sezioni sul percorso di Camminamenti e sugli aspetti della vita quotidiana per indagare come questo fenomeno avesse influito sui giudizi dei partecipanti.

¹ <https://forms.office.com/r/XByBhMgiPB>

In questa prima parte dell'analisi dei questionari verrà analizzato il profilo dei rispondenti unitamente alla valutazione degli aspetti cognitivi, fisici e sociali.

I questionari, nelle tre diverse modalità (cartaceo pre pandemia, cartaceo post pandemia e online post pandemia) sono stati compilati autonomamente dai partecipanti, in forma anonima.

Questa modalità di raccolta ha fatto sì che venissero compilati 80 questionari con un tasso di copertura del 43%. Il tasso di copertura è piuttosto basso se si pensa alle edizioni precedenti, ma certamente influenzato dall'impossibilità, in alcuni casi, di somministrare il questionario ai partecipanti alle attività, viste le restrizioni imposte durante il periodo di valutazione. Si è cercato di ovviare con la somministrazione online ma, forse per motivi legati ad aspetti tecnologici e/o culturali, il numero di questionari è risultato piuttosto basso. I questionari cartacei, compilati manualmente, presentano un certo numero di valori mancanti, cosa che non avviene nei questionari compilati online perché in quel caso le risposte ai diversi item sono obbligatorie per poter proseguire nella compilazione.

Nella Tabella che segue vengono riportati per ciascun metodo di somministrazione il numero e la percentuale di questionari raccolti. Il 50% dei questionari è stato raccolto prima dell'avvento della pandemia.

Tabella 15. Questionari per tipo di somministrazione

Tipo di questionario	Numero di questionari	% di questionari
Pre pandemia cartaceo	40	50%
Post pandemia cartaceo	21	26%
Post pandemia online	19	24%
Totale	80	100%

2.3.1 Caratteristiche socio-demografiche dei rispondenti ai questionari

Le caratteristiche socio-demografiche dei rispondenti vengono riassunte nelle tabelle che seguono.

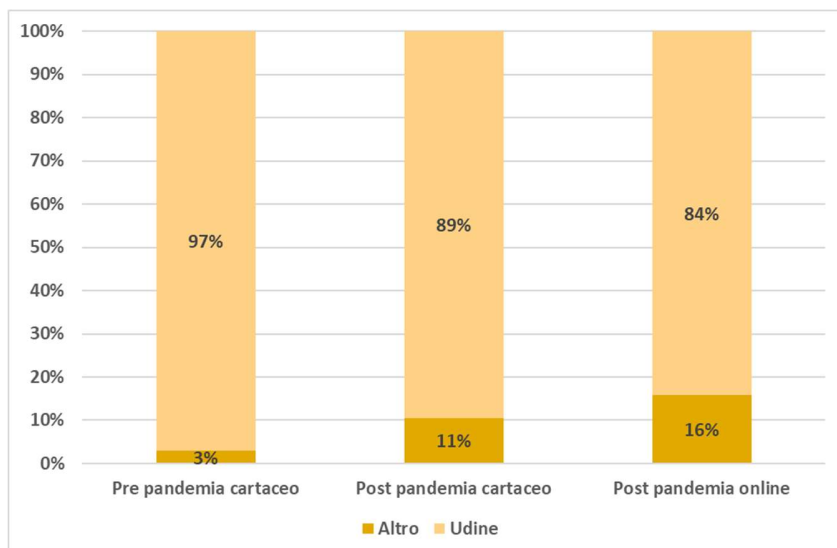
2.3.1.1 Provenienza

Tabella 16. Rispondenti per provenienza e per tipo di somministrazione

	Tipo di somministrazione							
	Pre pandemia cartaceo		Post pandemia cartaceo		Post pandemia online		Totale	
Comune di residenza	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti
Altro	1	3%	2	11%	3	16%	6	8%
Udine	33	97%	17	89%	16	84%	66	92%
Totale complessivo	34	100%	19	100%	19	100%	72	100%
<i>Risposte mancanti</i>	16	32%	2	10%	0	0%	18	20%

Si conferma, anche in questa edizione l'elevatissima percentuale di partecipanti, che hanno compilato il questionario, che risiedono a Udine.

Grafico 15. Distribuzione dei rispondenti per Comune di residenza e per tipo di somministrazione



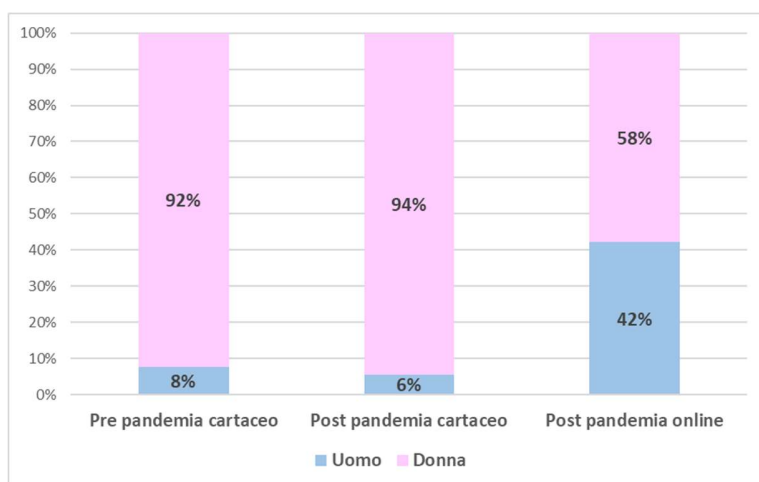
2.3.1.2 Sesso

C'è una grande sproporzione tra rispondenti di sesso femminile e iscritti di sesso maschile, specialmente per i questionari cartacei, un po' meno per i questionari compilati online.

Tabella 18. Rispondenti per sesso e per tipo di somministrazione

Genere	Tipo di somministrazione							
	Pre pandemia cartaceo		Post pandemia cartaceo		Post pandemia online		Totale	
	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti
Uomo	3	8%	1	6%	8	42%	12	16%
Donna	36	92%	17	94%	11	58%	64	84%
Totale complessivo	39	100%	18	100%	19	100%	76	100%
Risposte mancanti	11	22%	3	14%	0	0%	14	16%

Grafico 16. Distribuzione dei rispondenti per sesso e per tipo di somministrazione



Il numero elevato di donne che compilano il questionario, rispetto al numero di uomini, può essere dovuto al fatto che i partecipanti alle attività sono, in netta prevalenza, donne e quindi è più facile che compilino il questionario. Un altro fattore potrebbe essere legato alla maggior sensibilità delle donne rispetto a certi argomenti.

2.3.1.3 Classi di età

Le attività di CamminaMenti sono dedicate agli over 65 tuttavia è stato consentito l'accesso alle attività anche ad alcuni soggetti che hanno meno di 65 anni.

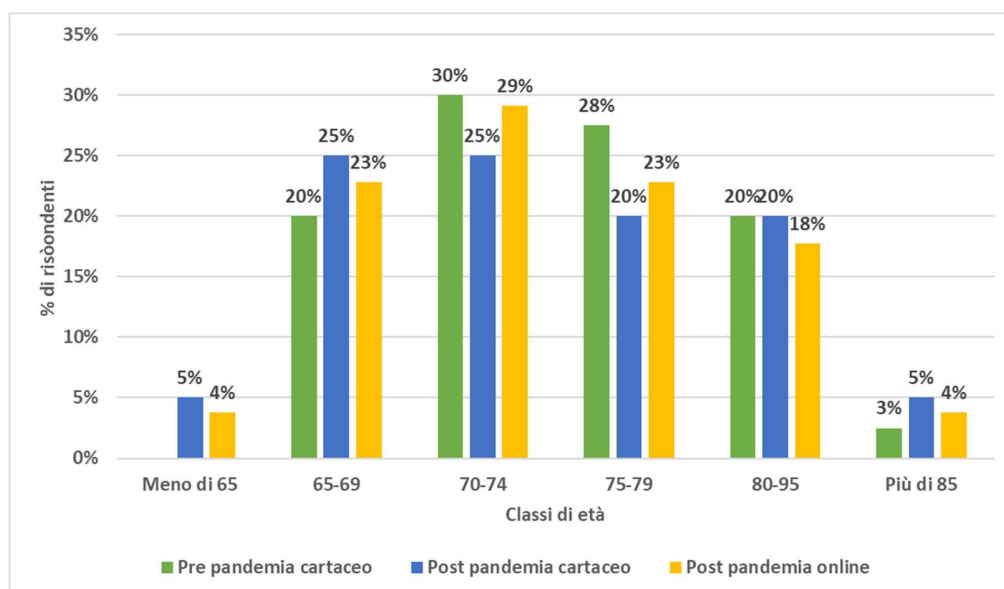
Tabella 19. Rispondenti per classe di età e per tipo di somministrazione

	Tipo di somministrazione							
	Pre pandemia cartaceo		Post pandemia cartaceo		Post pandemia online		Totale	
Classe di età	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti
Meno di 65	0	0%	1	5%	2	11%	3	4%
65-69	8	20%	5	25%	5	26%	18	23%
70-74	12	30%	5	25%	6	32%	23	29%
75-79	11	28%	4	20%	3	16%	18	23%
80-95	8	20%	4	20%	2	11%	14	18%
Più di 85	1	3%	1	5%	1	5%	3	4%
Totale complessivo	40	100%	20	100%	19	100%	79	100%
Risposte mancanti	0	0%	1	5%	0	0%	1	1%

A differenza di quanto avveniva negli anni scorsi coloro le classi di età di coloro che hanno compilato il questionario sono meno concentrate. Infatti, se si escludono la prima e l'ultima classe, le frequenze percentuali sono quasi uniformemente distribuite tra le classi centrali.

Questo aspetto può essere meglio apprezzato osservando il grafico 17, dove si nota anche che non c'è una grossa differenza nella distribuzione dei rispondenti per classe di età nelle tre somministrazioni.

Grafico 17. Distribuzione degli rispondenti per classi di età e per tipo di somministrazione



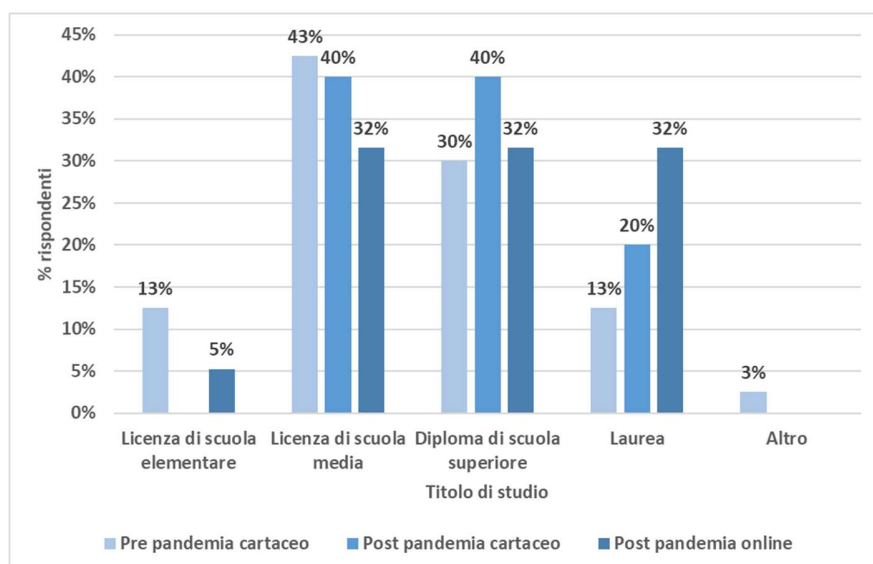
2.3.1.4 Titolo di studio

I rispondenti al questionari di gradimento di CamminaMenti, anche in relazione alla loro età, hanno un titolo di studio medio alto. Infatti, indipendentemente dal tipo di somministrazione più del 40% ha un titolo di studio superiore alla licenza di scuola media inferiore, più del 10% è laureato.

Tabella 20. Rispondenti per titolo di studio e per tipo di somministrazione

	Tipo di somministrazione							
	Pre pandemia cartaceo		Post pandemia cartaceo		Post pandemia online		Totale	
Titolo di studio	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti
Licenza di scuola elementare	5	13%	0	0%	1	5%	6	8%
Licenza di scuola media	17	43%	8	40%	6	32%	31	39%
Diploma di scuola superiore	12	30%	8	40%	6	32%	26	33%
Laurea	5	13%	4	20%	6	32%	15	19%
Altro	1	3%	0	0%	0	0%	1	1%
Totale	40	100%	20	100%	19	100%	79	100%
Risposte mancanti	0	0%	1	5%	0	0%	1	1%

Grafico 18. Distribuzione degli rispondenti per titolo di studio e per tipo di somministrazione



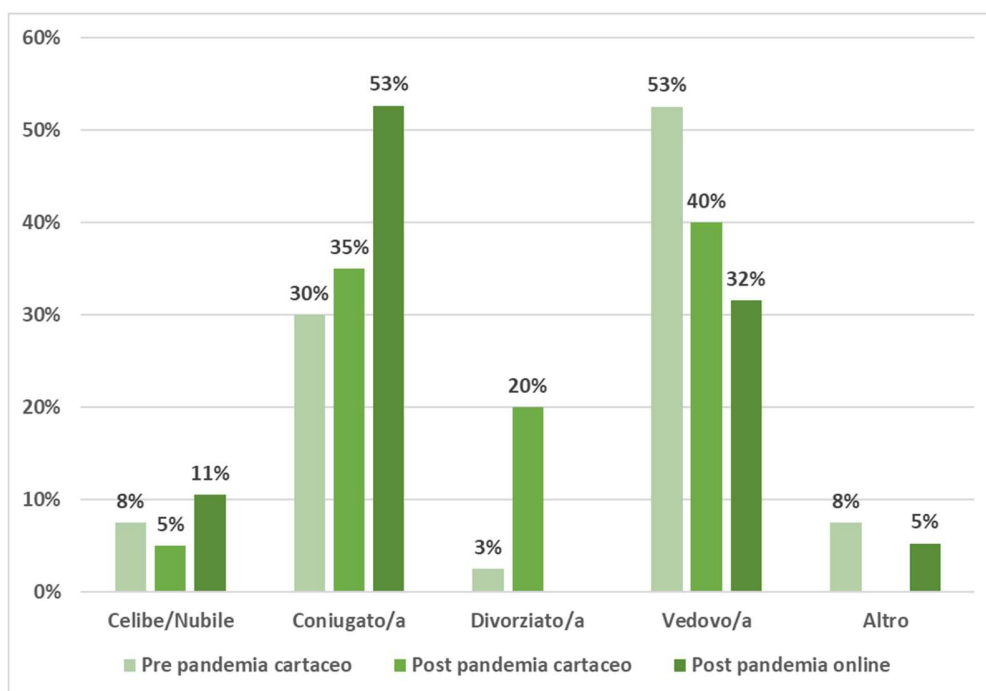
2.3.1.5 Stato civile

Lo stato civile prevalente, in tutte le somministrazioni è vedovo/a, seguito dal coniugato/a (Tabella 21 e Grafico 19).

Tabella 21. Rispondenti per stato civile e tipo di somministrazione

	Tipo di somministrazione							
	Pre pandemia cartaceo		Post pandemia cartaceo		Post pandemia online		Totale	
Stato civile	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti
Celibe/Nubile	3	8%	1	5%	2	11%	6	8%
Coniugato/a	12	30%	7	35%	10	53%	29	37%
Divorziato/a	1	3%	4	20%	0	0%	5	6%
Vedovo/a	21	53%	8	40%	6	32%	35	44%
Altro	3	8%	0	0%	1	5%	4	5%
Totale	40	100%	20	100%	19	100%	79	100%
Risposte mancanti	0	0%	1	5%	0	0%	1	1%

Grafico 19. Distribuzione rispondenti per stato civile e per tipo di somministrazione



2.3.1.6 La composizione familiare dei rispondenti

È stato chiesto ai partecipanti come fosse composta la loro famiglia: “Quante persone vivono con lei (lei inclusa/o)?

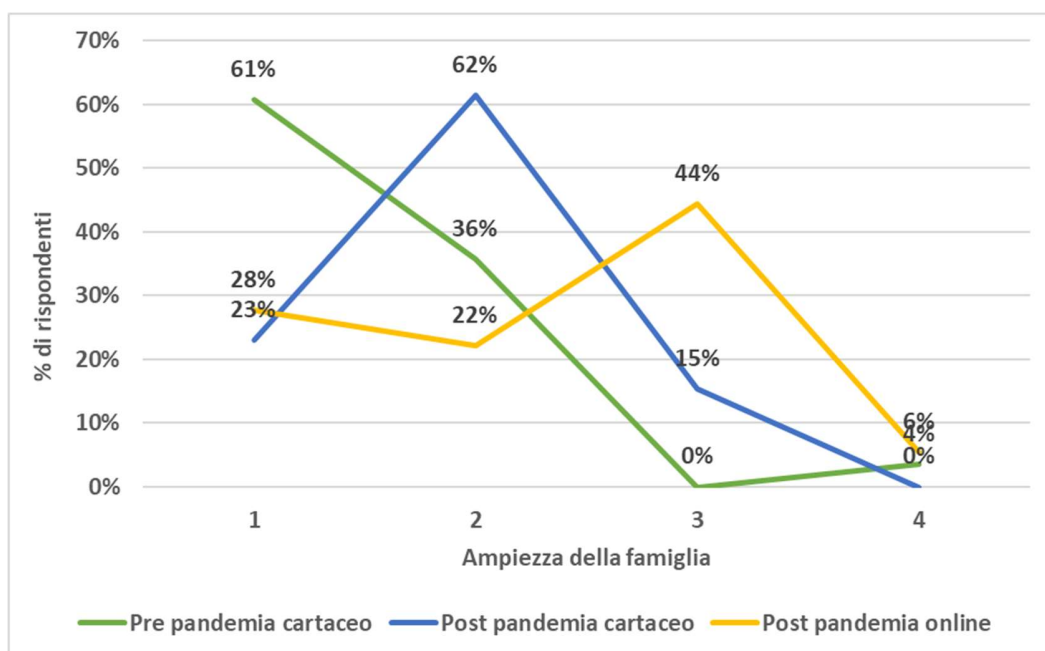
Tabella 22. Con chi vivono abitualmente i partecipanti

	Tipo di somministrazione							
	Pre pandemia cartaceo		Post pandemia cartaceo		Post pandemia online		Totale	
Ampiezza della famiglia	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti
1	17	61%	3	23%	5	28%	25	42%
2	10	36%	8	62%	4	22%	22	37%
3	0	0%	2	15%	8	44%	10	17%
4	1	4%	0	0%	1	6%	2	3%
Totale	28	100%	13	100%	18	100%	59	100%
Risposte mancanti	12	30%	8	38%	1	5%	21	26%

Osservando i dati della tabella 20 si può notare come i nuclei familiari prevalenti siano formati da un componente o da due componenti.

In totale le famiglie mononucleari rappresentano il 42% dei rispondenti, mentre quelle formate da due componenti sono il 37%, aspetti questi legati sia alla distribuzione dell'età che allo stato civile.

Grafico 20. Distribuzione degli iscritti per composizione familiare e per tipo di somministrazione



2.3.1.7 Condizione professionale attuale

La condizione professionale attuale dei partecipanti è prevalentemente quella di pensionato/a, in tutti e tre i tipi di somministrazione. Ovviamente questo risultato dipende dal fatto che l'attività di CamminaMenti è riservata agli over 65. Le/i pensionate/i rappresentano l'89% del totale dei rispondenti mentre le/i casalinghe/i sono il 10%.

Tabella 23. Rispondenti e condizione professionale per diverso tipo di somministrazione

	Tipo di somministrazione							
	Pre pandemia cartaceo		Post pandemia cartaceo		Post pandemia online		Totale	
Condizione professionale attuale	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti
Casalinga/o	6	15%	1	5%	1	5%	8	10%
Pensionata/o	34	85%	18	90%	18	95%	70	89%
Altra condizione	0	0%	1	5%	0	0%	1	1%
Totale	40	100%	20	100%	19	100%	79	100%
Risposte mancanti	0	0%	1	5%	1	5%	2	3%

2.3.2 Aspetti della vita quotidiana

In questa sezione vengono analizzati alcuni aspetti della vita quotidiana degli rispondenti che hanno partecipato alle attività di CamminaMenti.

Come si è detto in precedenza in questa edizione sono stati somministrati due diversi tipi di questionari: uno in forma cartacea prima dell'avvento della pandemia e uno, sia in forma cartacea che online, dopo l'avvento della pandemia. Questi due tipi di questionari hanno degli item in comune quali

- cambiamenti percepiti, nell'ultimo anno, in alcune capacità come: concentrazione, attenzione, memoria, ansia, depressione e senso di solitudine.

- attività svolte per mantenere in salute le proprie capacità cognitive
- attività fisica e attività ricreativa
- famiglia e relazioni sociali
- autovalutazione di alcuni aspetti della vita quotidiana e della vita nel suo complesso riferiti al momento in cui viene compilato il questionario, quindi valutati in una situazione di normalità e in una di emergenza,

Gli item specifici del questionario post pandemia sono riferiti alle attività svolte le restrizioni dovute all'emergenza Covid-19 e alle persone a cui si sono rivolti i rispondenti durante tale periodo. Da qui in poi i questionari post pandemia cartacei e online verranno analizzati insieme.

2.3.2.1 Cambiamenti percepiti in alcune capacità e di alcuni stati d'animo

In entrambi i questionari si chiede di esprimere il proprio accordo o disaccordo relativamente ad un'affermazione che riguarda la memoria, l'attenzione, il senso di solitudine, l'ansia, la depressione e la tristezza. La scala di risposte è: Completamente in disaccordo, In disaccordo, Né in accordo, né in disaccordo, D'accordo e Completamente d'accordo. Il periodo di riferimento è l'ultimo anno per i questionari pre pandemia e durante l'emergenza Covid-19 per i questionari post pandemia.

Dall'analisi è emerso come le sensazioni associate alle capacità e agli stati d'animo dei rispondenti siano peggiorati dopo la pandemia.

In particolare se si osserva la tabella 24 e il grafico 21 si nota che le percentuali delle risposte "D'accordo" o "Completamente d'accordo" sono più elevate dopo la pandemia e questo specialmente per quanto riguarda gli stati d'animo associati alla solitudine (Mi sono sentita/o sola/o), all'ansia (mi sono sentita/o ansiosa/o), alla depressione (Mi sono sentita/o depressa/o) e alla tristezza (Mi sono sentita/o triste). Peggiorano anche le capacità legate alla memoria e alla concentrazione.

Questi risultati potrebbero essere utili anche in funzione delle attività da organizzare nella prossima edizione, per tenere conto delle difficoltà psicologiche a cui sono andati incontro i rispondenti che rappresentano un campione degli iscritti.

Tabella 24. Rispondenti e grado di accordo almeno pari a D'accordo per diverso tipo di somministrazione

Grado di accordo	La mia memoria è peggiorata		La mia concentrazione/attenzione è peggiorata		Mi sono sentita/o sola/o		Mi sono sentita/o ansiosa/o		Mi sono sentita/o depressa/o		Mi sono sentita/o triste	
	Pre pandemia	Post pandemia	Pre pandemia	Post pandemia	Pre pandemia	Post pandemia	Pre pandemia	Post pandemia	Pre pandemia	Post pandemia	Pre pandemia	Post pandemia
D'accordo	16%	26%	14%	24%	19%	32%	8%	18%	8%	15%	8%	26%
Completamente d'accordo	0%	0%	0%	0%	0%	3%	0%	3%	0%	6%	0%	12%

Grafico 21. Distribuzione dei rispondenti secondo il grado di accordo in relazione ad alcuni stati d'animo e capacità e/o pre e post pandemia.



2.3.2.2 Attività fisica svolta dai rispondenti prima e dopo la pandemia

Una parte piuttosto elevata di rispondenti pratica abitualmente attività fisica, l'81% di coloro che hanno compilato il questionario prima della pandemia e il 74% di coloro che hanno compilato il questionario dopo la pandemia.

Tabella 25. Rispondenti e abitudine alla pratica fisica, per diverso tipo di somministrazione.

Abitualmente svolge attività fisica	Pre pandemia		Post pandemia		Totale	
	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti
Sì	7	19%	10	26%	17	23%
No	29	81%	29	74%	58	77%
Totale	36	100%	39	100%	75	100%
Mancate risposte	4	10%	2	5%	6	8%

Tra le attività più frequenti troviamo, in ordine di decrescente di frequenza, ginnastica, ginnastica AFA, camminate, yoga, bicicletta, acquagym e ballo.

2.3.2.3 Attività ricreativa svolta dai rispondenti prima e dopo la pandemia

Circa la metà dei rispondenti, nelle due situazioni, svolge attività ricreativa, come mostra la tabella 26. Le attività più frequenti (in ordine di importanza) sono: ballo, gite (anche culturali), concerti e cinema, giocare a carte.

Tabella 26. Rispondenti e abitudine alla pratica di attività ricreative, per diverso tipo di somministrazione.

Abitualmente svolge attività ricreativa?	Pre pandemia		Post pandemia		Totale	
	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti	Numero di rispondenti	% di rispondenti
Sì	17	49%	21	54%	38	51%
No	18	51%	18	46%	36	49%
Totale	35	100%	39	100%	74	100%
Mancate risposte	5	13%	2	5%	7	9%

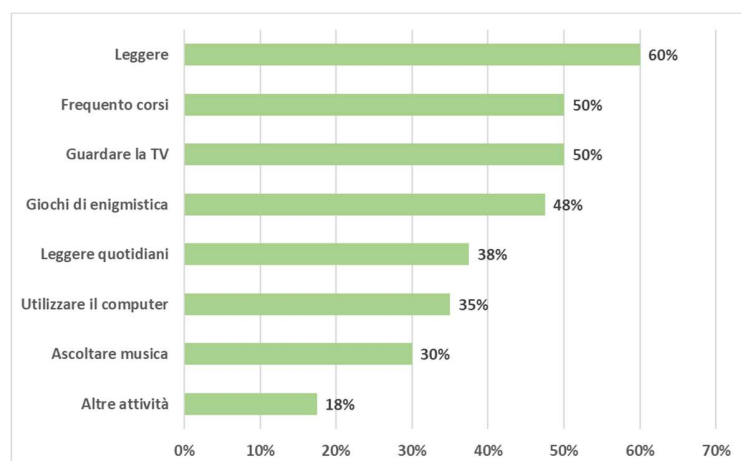
2.3.2.4 Attività svolte dai rispondenti per mantenere in salute le loro capacità cognitive

Questo paragrafo prende in considerazione i risultati ottenuti prendendo in considerazione i 40 questionari somministrati prima della pandemia. L'item analizzato è presente anche nel questionario somministrato dopo l'avvento della pandemia ma ha una valenza diversa e quindi verrà esaminato separatamente. Ai rispondenti è stato chiesto "Cosa fa per mantenersi attivo?" Gli iscritti dichiarano di svolgere molte attività che hanno lo scopo di mantenere in salute le loro capacità cognitive. Nella tabella che segue vengono indicate le più frequenti (erano possibili più risposte, fino ad un massimo di tre, quindi la somma delle frequenze percentuali non è 100).

Tabella 27. Rispondenti ed attività svolte

Attività	Numero di rispondenti	% di rispondenti
Altre attività	7	18%
Ascoltare musica	12	30%
Utilizzare il computer	14	35%
Leggere quotidiani	15	38%
Giochi di enigmistica	19	48%
Guardare la TV	20	50%
Frequento corsi	20	50%
Leggere	24	60%

Grafico 29. Rispondenti e attività svolte



Le attività preferite sono leggere, frequentare corsi, guardare la TV, fare giochi di enigmistica, seguono altre attività. Tra i corsi frequentati prevalgono quelli legati all'attività fisica (ginnastica, acquagym), tra le altre attività l'amicizia, il ballo e i lavori manuali come maglia e ricamo.

2.3.2.5 Attività svolte dai rispondenti e loro variazione nella frequenza durante la pandemia

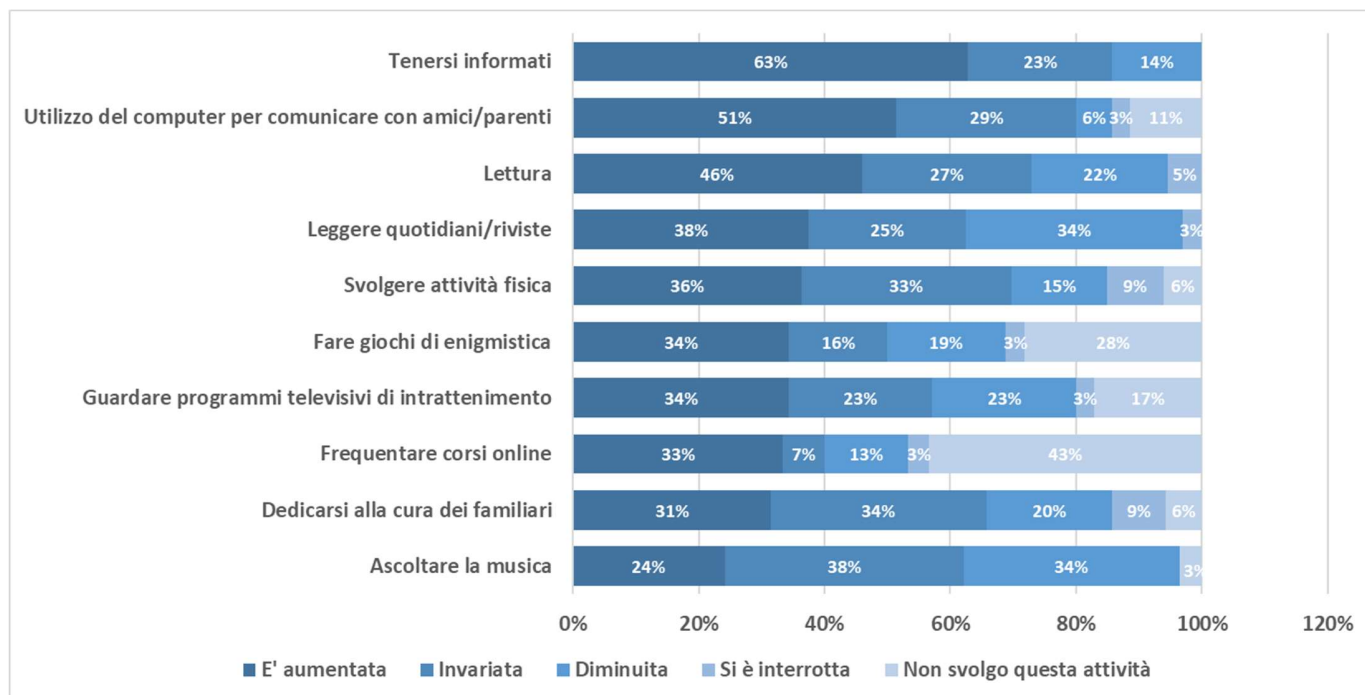
A coloro che hanno compilato il questionario (cartaceo e online) dopo l'avvento della pandemia è stato chiesto se e come, durante il periodo dell'emergenza Covid-19, fossero cambiate le modalità con cui venivano svolte alcune attività quotidiane. I questionari analizzati sono 40.

La tabella 28 e il grafico 22 riassumono i risultati ottenuti.

Tabella 28. Variazione nelle modalità di fruizione di alcune attività giornaliere

Attività	E' aumentata	Invariata	Diminuita	Si è interrotta	Non svolgo questa attività	Totale	E' aumentata	Invariata	Diminuita	Si è interrotta	Non svolgo questa attività	Totale
Letture	17	10	8	2	0	37	46%	27%	22%	5%	0%	100%
Ascoltare la musica	7	11	10	0	1	29	24%	38%	34%	0%	3%	100%
Fare giochi di enigmistica	11	5	6	1	9	32	34%	16%	19%	3%	28%	100%
Tenersi informati	22	8	5	0	0	35	63%	23%	14%	0%	0%	100%
Leggere quotidiani/riviste	12	8	11	1	0	32	38%	25%	34%	3%	0%	100%
Guardare programmi televisivi di intrattenimento	12	8	8	1	6	35	34%	23%	23%	3%	17%	100%
Utilizzo del computer per comunicare con amici/parenti	18	10	2	1	4	35	51%	29%	6%	3%	11%	100%
Frequentare corsi online	10	2	4	1	13	30	33%	7%	13%	3%	43%	100%
Svolgere attività fisica	12	11	5	3	2	33	36%	33%	15%	9%	6%	100%
Dedicarsi alla cura dei familiari	11	12	7	3	2	35	31%	34%	20%	9%	6%	100%

Grafico 22. Variazione nelle modalità di fruizione di alcune attività giornaliere



È interessante notare come le attività che sono maggiormente aumentate durante l'emergenza Covid-19 sono quelle relative all'informazione, alla comunicazione con parenti e amici via computer

e alla lettura, quelle maggiormente diminuite sono quelle che si riferiscono alla musica e alla cura dei familiari.

2.3.3 La famiglia e le relazioni sociali

In entrambi i questionari sono presenti due domande relative alla valutazione, da parte dei rispondenti, dei rapporti con gli altri (famiglia, amici) e all'importanza delle relazioni sociali. Come nelle sezioni precedenti i due gruppi di rispondenti, quelli che hanno compilato il questionario prima della pandemia e quelli che l'hanno compilato dopo, verranno messi a confronto per coglierne similitudini e differenze. È bene ricordare che si tratta di due gruppi distinti di partecipanti all'attività di Camminamenti.

2.3.3.1 Rapporti con gli altri: la famiglia e con gli amici

Gli iscritti hanno una buona rete familiare ed amicale. La domanda è "Come valuta i suoi rapporti con gli altri?". Nella tabella che segue viene presentato il risultato dell'analisi (erano possibili più risposte, fino ad un massimo di tre, quindi la somma delle frequenze percentuali non è 100).

Tabella 29. Rispondenti ed i rapporti con gli altri, nelle due somministrazioni.

Rapporti con gli altri	Pre pandemia	Post pandemia
	% di rispondenti	% di rispondenti
Buoni: ho una buona rete familiare e di amici	78%	63%
Buoni: svolgo attività di volontariato	18%	13%
Non molto buoni	3%	10%
Soffro di un senso di solitudine	5%	8%

La maggior parte dei rispondenti, in entrambe le somministrazioni, giudica buoni i suoi rapporti con gli amici e con la famiglia, una buona quota svolge attività di volontariato (rispettivamente il 18% e il 13%) mentre solo il 3% nel gruppo di coloro che hanno compilato il questionario prima della pandemia ma il 10% di coloro che l'hanno compilato dopo, giudica non buoni i suoi rapporti con gli altri. Infine, rispettivamente il 5% e l'8% dice di soffrire di solitudine. Quindi la rete familiare ed amicale è buona e la solitudine e l'isolamento non sembrano essere un problema particolarmente percepito dai rispondenti al questionario.

2.3.3.2 Importanza di una vita di relazioni e di impegni nella società

I partecipanti ritengono importante avere una vita ricca di relazioni e di impegni. La domanda è "In generale ritiene che una vita ricca di relazioni e di impegni nella società..." Nella tabella che segue viene presentato il risultato dell'analisi (erano possibili più risposte, fino ad un massimo di tre, quindi la somma delle frequenze percentuali non è 100).

Tabella 33. Iscritti ed importanza delle relazioni e degli impegni nella società

Una vita più ricca di relazioni e di impegni...	Pre pandemia	Post pandemia
	% di rispondenti	% di rispondenti
La aiuta a mantenersi giovane	50%	40%
Migliora il suo stato di salute fisica e mentale	68%	80%
Semplicemente la distrae	15%	5%
Contribuisce a non farla sentire solo	38%	18%

Dall'analisi di questa tabella 33, emerge, ancora una volta, la preoccupazione degli iscritti per la loro salute fisica e mentale. Infatti, in entrambi i gruppi, le percentuali più elevati si hanno in corrispondenza della modalità "Migliora il suo stato fisico e mentale". Un altro aspetto interessante è legato al ritenere le relazioni e gli impegni fattori che contribuiscono a mantenersi giovani. Non trascurabile anche l'effetto positivo sul senso di solitudine.

2.3.3.3 Autovalutazione di alcuni aspetti della vita quotidiana dei rispondenti

Anche in questo caso verranno analizzati separatamente i due gruppi di rispondenti, quelli che hanno compilato il questionario cartaceo prima della pandemia e quelli che l'hanno compilato dopo. La domanda contenuta nel questionario pre pandemia è "Come valuta attualmente i seguenti aspetti della sua vita quotidiana". L'autovalutazione riguarda: salute, famiglia e affetti, amici e relazioni sociali, serenità e benessere interiore e la vita nel suo complesso e si basa su in una scala a 5 livelli da pessimo a ottimo. I risultati sono riassunti nella tabella 34.

Tabella 34. Autovalutazione (valori percentuali) di alcuni aspetti della vita quotidiana

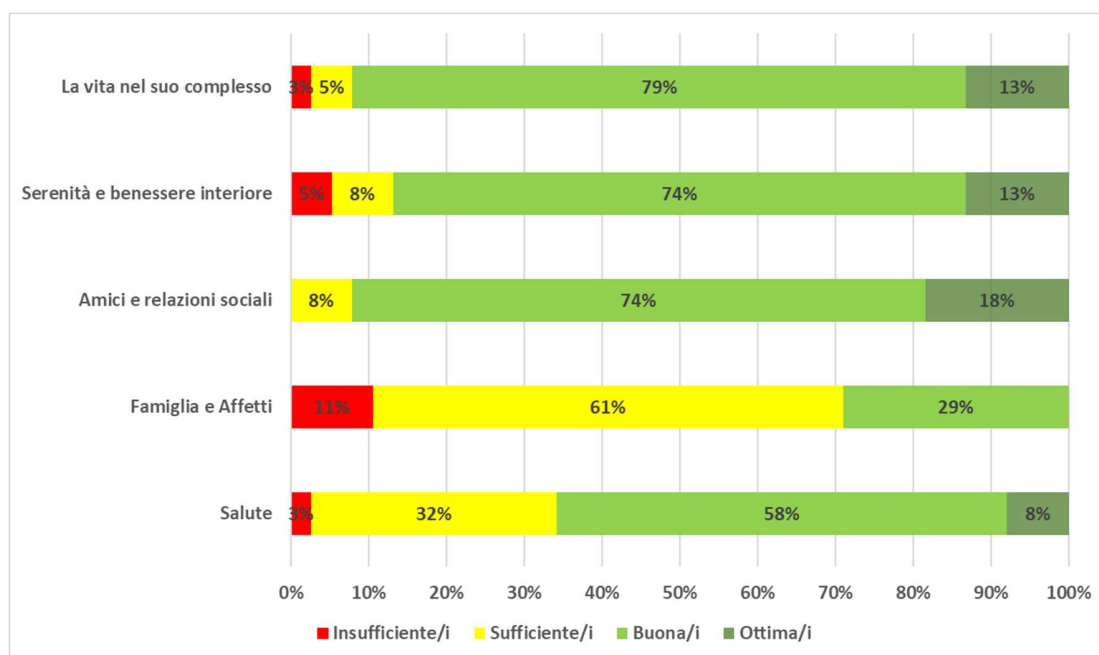
Autovalutazione	Salute	Famiglia e Affetti	Amici e relazioni sociali	Serenità e benessere interiore	La vita nel suo complesso
	% rispondenti	% rispondenti	% rispondenti	% rispondenti	% rispondenti
Pessima/i	0%	0%	0%	0%	0%
Insufficiente/i	3%	11%	0%	5%	3%
Sufficiente/i	32%	61%	8%	8%	5%
Buona/i	58%	29%	74%	74%	79%
Ottima/i	8%	0%	18%	13%	13%

Nessun rispondente ha valutato come pessimo uno degli aspetti indagati.

Le valutazioni espresse dai rispondenti sono, in generale buone, con percentuali molto elevate di giudizi almeno sufficienti, specialmente per quanto riguarda la salute, le amicizie e le relazioni sociali, serenità e benessere. Anche la valutazione della vita, in complesso, appare molto buona. L'aspetto che ha ricevuto i giudizi meno buoni è quello legato alla famiglia e agli affetti.

Il grafico 23 mette bene in evidenza quanto detto.

Grafico 23. Autovalutazione (valori percentuali) di alcuni aspetti della vita quotidiana



In conclusione si può dire che dall'analisi degli aspetti della vita quotidiana e della vita nel complesso, si può dedurre che i rispondenti hanno una buona qualità della vita, qualche piccolo problema potrebbe essere legato alla famiglia e agli affetti ed in misura minore alla salute.

La domanda relativa agli aspetti della vita quotidiana contenuta nel questionario post pandemia è "Ritiene che oggi, rispetto al passato (immagini il periodo prima dell'emergenza Covid-19) i seguenti aspetti della vita quotidiana siano". Gli aspetti sono: salute, rapporti con i suoi familiari, rapporti con gli amici e le relazioni sociali, serenità e benessere interiore, la vita nel suo complesso. Le categorie di giudizio sono: fortemente peggiorata/i, peggiorata (i, come prima, migliorata/i, fortemente migliorata/i. A differenza di quanto visto nel primo questionario qui viene analizzato come e se si sia modificata la percezione circa la qualità dei diversi aspetti della vita quotidiana a causa dell'emergenza covid-19.

Tabella 35. Come si sono modificati di alcuni aspetti della vita quotidiana a causa dell'emergenza covid-19 (valori percentuali)

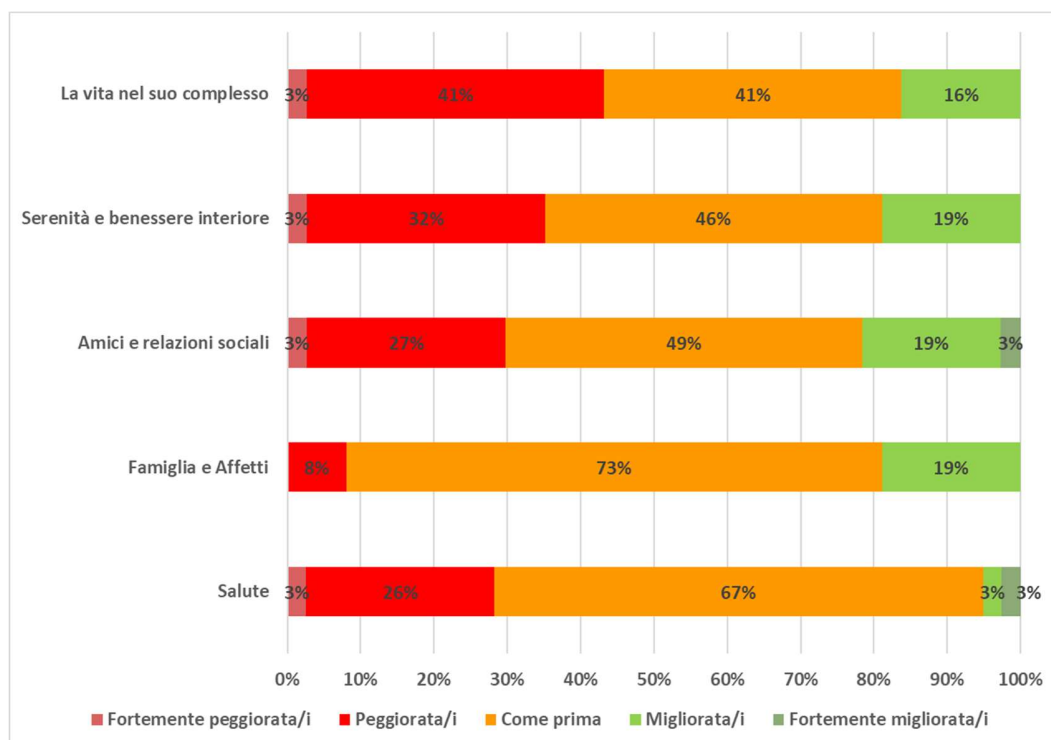
Autovalutazione	Salute	Famiglia e Affetti	Amici e relazioni sociali	Serenità e benessere interiore	La vita nel suo complesso
	% rispondenti	% rispondenti	% rispondenti	% rispondenti	% rispondenti
Fortemente peggiorata/i	3%	0%	3%	3%	3%
Peggiorata/i	26%	8%	27%	32%	41%
Come prima	67%	73%	49%	46%	41%
Migliorata/i	3%	19%	19%	19%	16%
Fortemente migliorata/i	3%	0%	3%	0%	0%

Osservando i risultati della tabella 35 si nota come gli aspetti maggiormente peggiorati, in termini percentuali, sono la vita nel suo complesso, la serenità e il benessere interiore, Invece quello che la

pandemia ha influenzato di meno sono i rapporti con la famiglia e gli affetti che, per la maggior parte dei rispondenti, non sono cambiati anzi, in alcuni casi migliorati. La salute e i rapporti con gli amici e le relazioni sociali hanno registrato un certo peggioramento ma al contempo anche un miglioramento.

Il grafico 24 mostra bene come si sono modificati i vari aspetti durante la pandemia.

Grafico 24. Come si sono modificati alcuni aspetti della vita quotidiana a causa della pandemia (valori percentuali)



L'avvento della pandemia ha colpito duramente i rispondenti, in diversi aspetti della vita quotidiana modificandoli in peggio. Rimane un appiglio solido, quello dei rapporti familiari e amicali.