

SCHEDA PER ELABORARE IL PROGETTO (1)

| | |
|------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| TITOLO | Progetto Nascita 2.0 |
| AZIONE | Promozione della cultura psicologica |
| SOGGETTO PROMOTORE (2) | Dott.ssa Boschioli Sara – n. Iscrizione OPL 03/11556 Psicologo Psicoterapeuta con budget da gestire Dott.ssa Germani Elena – n. Iscrizione OPL 03/11716 Psicologo Psicoterapeuta con budget da gestire |
| EVENTUALI SOTTOSCRITTORI/PORTATORI DI INTERESSE (3) | Dott.ssa Valentina Ghidoni – Psicologo Psicoterapeuta Sottoscrittore Dott.ssa Carmen Alemanni – Psicologo Psicoterapeuta Sottoscrittore Dott.ssa Elena Zanaboni - Psicologo Psicoterapeuta Sottoscrittore Dott.ssa Federica Grandi – Dietista Consulente con gestione diretta di attività Dott.ssa Elena Afanasyeva – Dietista Consulente con gestione diretta di attività Dott.ssa Mariolina Curtarelli – Ginecologa Sottoscrittore Dott.ssa Cinzia Mamelli – Psicologo Psicoterapeuta Sottoscrittore Dott.ssa Chiara Bulgarelli – Psicologo Sottoscrittore A.G.IS.CO. Codogno ODV Associazione Genitori Istituto Comprensivo di Codogno – Sottoscrittore |
| DATA INIZIO ATTIVITÀ | 01 febbraio 2022 |

| | |
|------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| DATA TERMINE ATTIVITÀ (4) | 31 gennaio 2023 |
| LOCALIZZAZIONE DEL PROGETTO | Codogno – Studio Interazioni Positive – via Dante Alighieri 15 |
| BENEFICIARI DIRETTI (5) | Donne/coppie che intraprendono una gravidanza o che sono nella fase del post parto (massimo 10 partecipanti per gruppo) |
| BENEFICIARI INDIRETTI (6) | Componenti del nucleo familiare direttamente interessato dalla nuova nascita Componenti della famiglia allargata che supportano la coppia Operatori della salute |
| ANALISI DEL CONTESTO (7) | <p>I momenti che riguardano la scelta di avere un figlio impattano sulla vita della donna è, più in generale, sulla coppia, sulla famiglia e sui contesti di vita portando sia emozioni positive sia momenti di stress a volte di difficile gestione.</p> <p>Il momento storico che stiamo affrontando e le conseguenti restrizioni dovute alla pandemia aumentano il senso di solitudine in primis delle donne che si trovano a dover affrontare la degenza ospedaliera e il post parto e, di conseguenza, di tutta la famiglia.</p> <p>In tale contesto si registra un incremento di casi di depressione post parto tra le neo mamme. Da qui l'esigenza di supportare e sostenerle in questo delicato periodo.</p> <p>https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7723850/</p> <p>https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fgwh.2020.00001/full</p> <p>https://www.ajog.org/article/S0002-9378(20)30527-5/pdf</p> <p>https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32474910/</p> <p>https://www.aogoi.it/notiziario/archivio-news/covid-depressione/</p> |

| | |
|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | <p>https://www.iss.it/documents/20126/0/Rapporto+ISS+COVID-19+44_2020.pdf/f23b53b4-a706-eb54-201c-ea12d2d7ca19?t=1591963425833</p> |
| <p>OBIETTIVO GENERALE (8)</p> | <p>Sostenere e accompagnare la donna nella fase della gravidanza e del post parto per aumentare la consapevolezza dell'importanza di un aiuto qualificato</p> |
| <p>OBIETTIVO SPECIFICO (9)</p> | <p>Aumentare la consapevolezza e il benessere nella fase della gravidanza per prevenire i casi di Depressione Post Parto</p> |
| <p>RISULTATI ATTESI (10)</p> | <p>Creazione di un gruppo in cui condividere i vissuti.</p> <p>Favorire la sintonizzazione emotiva del genitore verso il neonato (bonding).</p> <p>Trovare uno spazio di confronto libero e non giudicante.</p> <p>Aumentare il senso di autoefficacia dei partecipanti.</p> <p>Comprendere l'importanza di una corretta alimentazione sia in gravidanza che nel post parto.</p> <p>Aumentare la consapevolezza di sé sulla gravidanza e sulla nascita di un bambino in ambito ostetrico-ginecologico.</p> |

| | |
|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | |
| INDICATORI (11) | Partecipazione attiva al gruppo Creazione di legami tra partecipanti al di fuori del gruppo di lavoro Diminuzione dell'isolamento sociale |
| FONTI DI VERIFICA (12) | Valutazione pre e post intervento tramite questionari sulla qualità della vita e rischio depressivo Questionario di gradimento dell'iniziativa |

| | |
|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ATTIVITÀ PREVISTE (13) | <p>Attività 1: pubblicizzazione attività, raccolta adesioni, costituzione del gruppo e valutazione pre intervento</p> <p>Attività 2: attività in piccolo gruppo con cadenza quindicinale per coppie/donne in gravidanza alla presenza delle seguenti figure professionali: psicologhe, ostetrica, ginecologa, dietista (a seconda degli argomenti trattati)</p> <p>Attività 3: attività in piccolo gruppo con cadenza quindicinale per coppie/donne nella fase post parto alla presenza delle seguenti figure professionali: psicologhe, ostetrica, ginecologa, dietista (a seconda degli argomenti trattati)</p> <p>Attività 4: valutazione post intervento</p> |
|-------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| | |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>METODOLOGIA (14)</p> | <p>Le attività verranno pianificate alla presenza dell'équipe multi professionale descritta in precedenza in modo da avere una visione d'insieme sull'importanza e la priorità dei temi da trattare.</p> <p>La presenza di diverse figure professionali offre la possibilità di valutare i vissuti emersi nel gruppo da diversi punti di vista che riflettono il background professionale dei singoli componenti dell'équipe.</p> <p>I partecipanti potranno presenziare alle attività preferibilmente in presenza, qualora impossibilitati potranno farlo online.</p> <p>In particolare verranno proposti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • momenti di discussione in gruppo sui vari argomenti trattati relativamente al periodo di gravidanza e post parto (vissuti psicologici, alimentazione, ambito ostetrico, ...); • attività di meditazione e yoga; • eventuale EMDR di gruppo per la rielaborazione di vissuti traumatici relativi alla gravidanza/parto. <p>Specifici rischi connessi alla partecipazione alle attività di gruppo non sono rilevabili.</p> <p>Siamo consapevoli della possibilità che si creino dinamiche disfunzionali tra i partecipanti e, per questo motivo, abbiamo ipotizzato la presenza di almeno uno psicologo per incontro che funga da moderatore.</p> |
| <p>SOSTENIBILITÀ (15)</p> | <p>Si stima che la partecipazione al gruppo oltre a favorire l'elaborazione di vissuti relativi alla gravidanza e alla nascita del bambino, possa favorire un migliore rapporto dei genitori con i futuri nascituri consentendo loro di dipanare e condividere eventuali dubbi o incapacità relative al ruolo genitoriale.</p> <p>Prevediamo inoltre che tale contesto possa essere un facilitatore rispetto a un aumento del senso di autoefficacia in ambito genitoriale oltre che aiutare i partecipanti a rompere l'isolamento sociale conseguente alla pandemia dando loro modo di creare un legame di gruppo sano.</p> <p>Auspichiamo che tale legame possa essere mantenuto anche dopo la fine del nostro intervento.</p> |

CRONOGRAMMA

| MESE | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
|-----------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|
| Attività 1. Pubblicizzazione e valutazione pre intervento | X | X | | | | | | | | | | |
| Attività 2. Gruppo gravidanza | | | X | X | X | X | X | X | X | X | X | |
| Attività 3. Gruppo post parto | | | X | X | X | X | X | X | X | X | X | |
| Attività 4. Valutazione post intervento | | | | | | | | | | | | X |

BUDGET

| Voce di spesa (17) | Costo stimato (in euro) |
|----------------------|-------------------------|
| Risorse umane | 7000 € |
| Attrezzature | 1500 € |
| Trasporti | |
| Materiali di consumo | 200 € |
| Spese generali (18) | 300 € |
| Altro (specificare) | |
| TOTALE (19) | 9000 € |

ALTRE FONTI DI SOSTEGNO AL PROGETTO (20)

| Fonte | Importo/contributo |
|-------|--------------------|
| | |
| | |

Note:

1. La scheda può essere usata per la stesura della proposta. Se necessario si può modificare la grandezza delle caselle, fermo restando il limite massimo di 1.500 parole (tutto compreso). I testi delle note, i titoli delle sezioni (es. SOGGETTO PROMOTORE) e i testi delle tabelle (es. CRONOGRAMMA, BUDGET) non saranno conteggiati. --> 600
2. Possono presentare una richiesta di contributo al presente bando: Gli iscritti all'OPL che vivono e lavorano (residenti/domiciliati) nel territorio regionale lombardo nell'anno in cui inizia il percorso di partecipazione e che non risultino sospesi dall'esercizio della professione. Gli iscritti all'OPL in regola con il pagamento delle quote di iscrizione annuali.
3. Singole persone o organizzazioni coinvolti nella costruzione e realizzazione del progetto. Evidenziare per ognuno il ruolo previsto nel progetto (consulenti, esperti, gestione diretta di attività di progetto con budget da gestire).
4. Le attività dovranno essere completate entro il 28 febbraio 2023
5. Numero e descrizione dei beneficiari coinvolti direttamente dalle attività di progetto. Si sottolinea l'importanza di evidenziare - nella sezione metodologia - le modalità di ascolto e partecipazione dei beneficiari diretti.
6. Numero e descrizione dei beneficiari che non sono coinvolti direttamente nelle attività ma traggono dei benefici dal progetto in quanto presenti sul territorio
7. Evidenziare le problematiche e bisogni specifici che richiedono e giustificano le attività del progetto. Fornire informazioni socio-culturali ed economiche relative al contesto specifico di intervento e di rilevanza per gli obiettivi del progetto. Si raccomanda di esplicitare le fonti: istituzioni nazionali, locali, enti che agiscono sul territorio, testimoni significativi). Si possono inserire link per approfondimenti.
8. Il contributo del progetto a un obiettivo generale di natura sistemica, politica, sociale nell'area tematica scelta.
9. Il beneficio ricevuto dai destinatari diretti del progetto in termini di cambiamento
10. Prodotti, servizi, conoscenze, competenze, o altro beneficio tangibile che il progetto genera per il gruppo target.

11. Gli indicatori chiave che permettono di misurare il raggiungimento dell'obiettivo specifico e dei risultati
12. La documentazione utile a dimostrare il raggiungimento dell'obiettivo specifico e dei risultati.
13. Elencare e numerare le attività. Per es. Attività 1 ..., Attività 2...
14. Descrivere: le modalità di preparazione e realizzazione delle attività; le modalità di ascolto e partecipazione dei beneficiari alle azioni del progetto; i rischi connessi con la realizzazione delle attività; le contromisure ipotizzate per fare fronte ai rischi.
15. Durabilità dei benefici sul gruppo target/contesto anche dopo la fine delle attività.
16. Aggiungere righe se necessario
17. Le voci sono da quantificare al lordo di tutti gli oneri fiscali e contributivi, IVA compresa.
18. Spese amministrative e correnti. Al massimo il 10% del costo totale del progetto.
19. Il totale non può superare i 10.000 euro, pena l'esclusione del progetto.
20. Indicare e/o quantificare eventuali altri contributi, sia monetari che in natura.