

## REGOLAMENTO LA PALESTRA DI VITA (PdV)

### **Art. - 1 Definizione PdV**

La Palestra di Vita rappresenta un metodo di lavoro polivalente bio- psico-socio-educativo per migliorare la qualità della vita delle persone anziane (istituzionalizzate e non) e di chi le assiste. Gli obiettivi principali mirano a prevenire e/o contenere il declino cognitivo, la patologia da ricovero, promuovere l'invecchiamento positivo, attivando le risorse residue, affrontando il disagio psicologico e sociale prima che cristallizzi in malattia, oltre a favorire il lavoro di rete e la prevenzione del burn-out degli operatori. Si avvale della psicologia, medicina e professioni che ruotano intorno all'invecchiamento, in un'ottica integrata ed olistica che assegna alla persona e non al corpo malato il ruolo di protagonista della salute.

*"Le attività del metodo PdV rappresentano delle importanti opportunità di riattivazione della mente, del cuore e del cervello degli anziani e di chi li assiste" Marcello Cesa-Bianchi*

### **Art. - 2 Concetti fondamentali PdV**

1) Relazione etica; 2) pensare positivo; 3) stile di vita sano e impegnato; 4) cura della rete; 5) cura del setting; 6) raccolta storia di vita; 7) auto e mutuo aiuto; 8) animazione; 9) progettazione, documentazione e verifica.

### **Art. 3 – Gestione del metodo PdV e deposito del marchio**

3.1 Il metodo PdV viene gestito dal Consorzio Socio-Assistenziale del Cuneese. 3.2 Il Consorzio Socio-Assistenziale del Cuneese e l'Associazione "Il Laboratorio" di Bernezzo, in data 13.9.2006, hanno depositato il marchio alla Camera di Commercio di Cuneo, registrato al n. 0001208701.

### **Art. - 4 Autorizzazione allo svolgimento della PdV**

La realizzazione della PdV, da parte di una struttura per anziani o ente del territorio, va autorizzata dal Consorzio Socio-Assistenziale del Cuneese. La richiesta di autorizzazione va presentata annualmente al Consorzio, che provvede, se nulla osta, a rilasciare l'autorizzazione.

### **Art. - 5 Formazione alla conduzione della PdV**

Per condurre la PdV bisogna conseguire l' attestato di conduttore della PdV, rilasciato dal Consorzio Socio-Assistenziale del Cuneese, a seguito del superamento di uno specifico Corso Universitario, a cui possono partecipare coloro che hanno un diploma o laurea universitaria. Bisogna inoltre partecipare agli incontri di supervisione/aggiornamento annuali realizzati dal Consorzio.

### **Art. - 6 Attività del metodo PdV**

Il metodo PdV prevede più attività: PdV a gruppo allargato (realizzata da operatori formati, rivolta a gruppi di 25-30 ospiti); PdV sul territorio (realizzata da operatori formati, rivolta a gruppi di 25-30 anziani del territorio); PdV a piccolo gruppo (realizzata da operatori formati, rivolta a 8-10 ospiti disorientati e confusi); PdV multisensoriale, realizzata da operatori formati, rivolta a ospiti con importanti disturbi cognitivi, del tono dell'umore e/o disturbi del comportamento

### **Art. - 7 Assistenza psicologica con il metodo PdV**

L'Assistenza psicologica con il metodo PdV viene realizzata dal Consorzio Socio-Assistenziale del Cuneese tramite psicologi formati sulla PdV ed è rivolta principalmente agli ospiti, operatori, familiari e volontari delle residenze per anziani. Prevede le seguenti principali attività: valutazione psicodiagnostica (assessment dal punto di vista cognitivo, affettivo, relazionale); sostegno psicologico alla persona anziana nei momenti di difficoltà; attività di tipo terapeutico-riabilitativo rivolte al singolo o al gruppo (ROT, Validation, Palestra di Vita, ecc.); accoglienza dell'ospite; partecipazione alle riunioni d'equipe multidisciplinari per la stesura dei PAI; sostegno ai familiari; supervisione agli operatori; promozione e organizzazione di corsi di aggiornamento e formazione per operatori, familiari e volontari; collaborazione ai progetti e interventi degli educatori professionali e ai programmi e iniziative di animazione; collaborazione con il territorio

e attività di ricerca scientifica.

#### **Art. - 8 Assunti di base dell'assistenza psicologica con il metodo PdV**

- La triade (ospite-operatore-familiare) costituisce un unico sistema interdipendente, operando sui singoli elementi del sistema e lavorando alla loro armonizzazione si punta al miglioramento della qualità della relazione tra i soggetti coinvolti, migliorando la qualità della relazione migliora la qualità del servizio;
- Integrando l'animazione e la riabilitazione psicologica si crea un setting ideale, un circolo virtuoso, per promuovere il benessere psicologico nelle residenze per anziani;
- Ogni persona possiede le risorse/potenzialità per l'autorealizzazione, ma ha bisogno di un clima di facilitazione psicologica per esprimersi.

#### **Art. - 9 Responsabile scientifico e della formazione del metodo PdV**

Responsabile scientifico e della formazione del metodo PdV è il dr. Pietro Piumetti, psicologo psicoterapeuta del Consorzio Socio-Assistenziale del Cuneese, ideatore della PdV nel 1995.

#### **Art. - 10 Albo dei Conduttori della PdV - Specifiche**

10.1 Con delibera n. 14 - 2012 del Consiglio di Amministrazione del Consorzio Socio - Assistenziale del Cuneese è stato costituito l'ALBO dei conduttori della Palestra di Vita. , Per la conduzione della PdV è indispensabile essere iscritti all'Albo dei conduttori della Palestra di Vita, gestito dal Consorzio Socio-Assistenziale del Cuneese. In particolare sono previsti: l'Albo "A" dei conduttori psicologi; l'Albo "B" dei conduttori animatori. Gli aventi diritto saranno pubblicati annualmente sul sito del Consorzio con decorrenza dall'anno 2012. Qualora quanto sopra venga disatteso gli operatori e gli enti interessati, saranno invitati dal Consorzio, attraverso i competenti servizi, a non utilizzare il nome "Palestra di Vita".

10.2 Per la realizzazione di ricerche, studi, tesi di laurea, libri sulla Palestra di Vita è prevista la richiesta di autorizzazione al Consorzio Socio-Assistenziale del Cuneese.10.3 Gli allievi che hanno superato lo specifico Corso Universitario, vengono iscritti di diritto all'ALBO PdV, senza il pagamento della quota annua prevista per l'anno di realizzazione del Corso.

Cuneo, 28 marzo 2013

Consorzio Socio-Assistenziale del Cuneese

Il Direttore Generale

Dott. Aurelio galfrè