

## ASSOCIAZIONE PIPA

Salita Mariotti 2  
6500 Bellinzona  
Tel: +41 (0)79 357 31 24  
E-Mail: pipa@ticino.com  
Web: www.pipa.ticino.com



### Verbale Riunione Comitato PIPA

15 settembre 2020, ore 18:00-20:00,  
Salita Mariotti 2, 6500 Bellinzona

#### Presenti

Cortesias Pirro Elisabetta	Presidente PIPA, SUPSI DEASS
De Conno Gianluca	Casa anziani Residenza Visagno
Frigerio Sibilla	Pro Senectute Ticino e Moesano
Lepori Antonella	ATTE
Menghini Antonio	GenerazionePiù
Perrini Sandro	Coordinatore PIPA
Treichler Marco	GenerazionePiù

#### Assenti

Anne-Laure Papilloud	Casa Rea
Galli Zirpoli Raquel	Membro Onorario PIPA
Gernaat Henk	Associazione Svizzera Fisioterapisti
Richli Barbara	Associazione Svizzera delle-dei Dietiste-i
Abbondanza Anna	ASI

#### 1) Approvazione verbale ultima riunione di Comitato 16 settembre 2019

Il verbale della riunione di Comitato è stato inviato ai membri e le correzioni proposte sono state integrate. Il verbale approvato, come di consueto, è stato pubblicato sul sito internet.

#### 2) Bilancio dei progetti 2020

##### Promozione del movimento e prevenzione delle cadute

Il 13 gennaio 2020 PIPA ha partecipato alla trasmissione “La consulenza” di rete 1 con la partecipazione di ATTE e Pro Senectute, per discutere di promozione dell’invecchiamento attivo e promuovere la mobilità attiva degli anziani nello spazio urbano.

A seguito delle disposizioni sanitarie della primavera del 2020 dovute al virus SARS-CoV2 sono state annullate alcune attività e riproposte altre in favore della sensibilizzazione degli anziani sui fattori di rischio di cadute e sui determinanti dell’invecchiamento attivo.

È stato annullato un intervento di sensibilizzazione presso il centro diurno Vita Serena a Giubiasco previsto il 17 aprile 2020 e un secondo evento per sensibilizzare gli anziani sui rischi di caduta a domicilio previsto il 26 marzo 2020 presso il centro diurno ATTE a Bellinzona.

In ragione delle disposizioni sanitarie del marzo 2020 che prevedevano il confinamento degli anziani a domicilio, ci si è attivati tempestivamente per ridirigere una parte delle attività di PIPA verso le esigenze degli anziani in tale situazione. In particolare ci si è concentrati sulla promozione del movimento a domicilio creando nella pagina principale del sito PIPA un richiamo all'opuscolo "Se mi muovo mi mantengo in forma". A seguito di questa promozione e di altre circostanze è aumentata la richiesta di questo opuscolo, tanto che si è dovuto provvedere alla ristampa di ulteriori 1500 copie del poster e 1000 copie della brochure.

Durante i primi giorni di aprile, grazie alla collaborazione con il Comune di Locarno, la brochure "Se mi muovo mi mantengo in forma" è stata distribuita a tutti gli anziani del comune (5400 anziani). Anche la brochure nel suo formato elettronico è stata messa a disposizione sul sito della Città di Locarno. La brochure è inoltre distribuita allo sportello del Comune di Locarno.

Attraverso l'edizione speciale di maggio della rivista ATTE (13'000 copie), è stata promossa la brochure "Se mi muovo mi mantengo in forma".

### **Promozione dell'alimentazione equilibrata**

Il SPVS durante un incontro nel dicembre 2019 ha affermato di non voler più finanziare le attività di sensibilizzazione nell'ambito dell'alimentazione equilibrata svolte da PIPA, questo perché finanzia già ACSI. Il 14 gennaio 2020 c'è stato un incontro tra PIPA e ACSI per valutare possibili sinergie nell'ambito della promozione dell'alimentazione equilibrata degli anziani. L'incontro molto positivo e costruttivo ha permesso di trovare numerose possibilità di collaborazione, non solo nell'ambito dell'alimentazione. È noto a tutti che la promozione dell'alimentazione equilibrata è un pilastro assieme al movimento nella prevenzione primaria delle cadute e nel favorire l'invecchiamento attivo e in salute, per le ragioni sopracitate le attività in questo ambito dovranno però essere autofinanziate.

### **Obiettivo: Sensibilizzare sul corretto utilizzo dei farmaci**

È iniziato il lavoro per l'elaborazione di una brochure per sensibilizzare gli anziani sul corretto uso dei farmaci al fine di evitare le cadute. In particolare è stata fatta una ricerca nella letteratura per inquadrare le principali problematiche in questo ambito e le possibili strategie di intervento. A livello nazionale e internazionale non abbiamo trovato esempi di brochure specifiche destinate agli anziani sul legame farmaci-cadute, ne esistono su un corretto uso dei farmaci in generale. Nella realizzazione della brochure sono stati coinvolti il farmacista Numa Pedrazzetti e il medico geriatra Graziano Ruggieri. Viene proposto di inserire delle vignette di accompagnamento nella brochure e vengono proposte delle persone che potrebbero occuparsi della realizzazione. Una volta che la brochure sarà completata sarà valutata con degli anziani e si programmerà la sua diffusione.

**Obiettivo: Promuovere la mobilità attiva e sostenibile degli anziani e fornire ai decisori comunali indicazioni per favorire gli spostamenti attivi degli anziani nello spazio urbano**

Nel 2019 è stato consegnato al SPVS il nuovo documento del progetto Anziani Mobilità Attiva (AMA) affinché fosse completato per quanto riguarda il quadro istituzionale del progetto. Una volta che il SPVS avrà completato e approvato il documento si potrà procedere con la fase pilota. Ad oggi e malgrado numerose sollecitazioni non abbiamo ancora ricevuto un riscontro.

Nell'ambito della promozione della mobilità attiva dell'anziani nello spazio urbano, PIPA è stata coinvolta dal Comune di Bellinzona per il rifacimento di 8 parchi giochi della grande Bellinzona (su un totale di 17 parchi che saranno rifatti o rinnovati), secondo un concetto intergenerazionale. È stato elaborato un documento di progetto con i concetti principali che dovrebbero essere presi in considerazione per favorire la fruizione di questi spazi per il movimento, lo svago, il riposo da parte degli anziani e per l'incontro intergenerazionale. Vi sono stati alcuni incontri con le responsabili incaricate della progettazione ed è stato allestito un piano per i prossimi 4 anni. Nel progetto è anche coinvolta Mobilità pedonale Svizzera. Purtroppo da aprile 2020 non si hanno più notizie sul proseguimento del progetto.

PIPA è stata coinvolta come consulente per la realizzazione di un parco intergenerazionale situato dietro la casa anziani Pedemonte a Bellinzona, il Consultorio genitore-bambino e la sede ABAD (Associazione Cura e Assistenza a Domicilio del Bellinzonese). PIPA purtroppo è stata chiamata solo in corso d'opera ed è stato possibile apportare solo alcuni correttivi nella realizzazione.

Nell'ambito del progetto di Mobilità pedonale volto a valutare la pedonabilità di 16 città Svizzere, (progetto "GEHsund") vi è stata la collaborazione alla redazione delle schede informative (Factsheet) inerenti le 3 città ticinesi analizzate (Bellinzona, Locarno, Lugano). È in corso l'elaborazione di un "rapporto Ticino", dove le 3 città ticinesi saranno paragonate ad altre città di medie dimensioni (Aarau, Bienne, Zugo e Neuchâtel) che hanno partecipato allo studio.

Il progetto "GEHsund" attraverso un'analisi strutturale, uno studio delle pratiche della pianificazione e dei questionari rivolti alla popolazione mira a confrontare la pedonabilità di alcune città Svizzere al fine di rilevare lacune e raccomandazioni per promuovere la mobilità pedonale di tutti.

**Obiettivo: Offrire una consulenza sul tema della prevenzione delle cadute**

Sono state realizzate 18 consulenze (al 9 giugno 2020), inerenti la promozione dell'invecchiamento attivo e la prevenzione delle cadute. In particolare quest'anno PIPA è stata sollecitata per progetti volti a promuovere il movimento degli anziani nello spazio urbano. PIPA ha fornito consulenza attraverso interventi tramite i media e richieste di associazioni su temi specifici inerenti le cadute degli anziani.

## **Distribuzione di materiale informativo**

Vi sono state 9 richieste di documenti cartacei, da parte di anziani e professionisti (al 9 giugno 2020), la totalità delle richieste riguardava la brochure “Se mi muovo mi mantengo in forma” della quale sono state distribuite oltre 5'000 copie.

**Obiettivo: Valorizzare e fare conoscere l'offerta delle associazioni regionali riguardo all'attività fisica e l'alimentazione equilibrata.**

Sono stati verificati e se del caso aggiornati tutti i link della piattaforma online. Sono state realizzate 2 nuove rubriche per la promozione dell'alimentazione sana e del movimento. La prima rubrica vuole fornire spunti e consigli per fare movimento nelle attività della vita quotidiana, vi sono le raccomandazioni verso i collegamenti dell'UFSP, verso i video prodotti durante il lockdown per favorire il movimento a domicilio e le proposte estive di Pro Senectute. La seconda rubrica riguarda la corretta gestione degli alimenti per evitare intossicazioni alimentari e per evitare lo spreco alimentare con collegamenti verso le attività e le informazioni proposte da ACSI:

**Formazione del personale sociosanitario e di altri professionisti che lavorano a contatto con gli anziani**

**Obiettivo: Sensibilizzare e formare i professionisti che lavorano a contatto con gli anziani (personale sociosanitario dei SACD, servizi d'appoggio, collaboratrici domestiche, badanti, volontari, professionisti indipendenti).**

A causa delle disposizioni sanitarie emanate a partire dal marzo 2020 per il contenimento del virus SARS-CoV2, le attività di formazione del personale sociosanitario hanno dovuto essere sospese ed anche la pianificazione fino alla fine dell'anno è incerta.

A fine 2019 erano stati presi accordi con la Fondazione Careum per la realizzazione di una formazione continua per il personale sociosanitario di Tertianum da svolgersi nel 2020. Careum almeno fino alla fine dell'anno svolgerà tutte le formazioni online. Per cui il prossimo 23 novembre la formazione avverrà tramite Zoom.

Nel dicembre 2019 è stato completato il documento “Strumenti e indicazioni operative informatizzate per la prevenzione delle cadute degli anziani a domicilio” Buone pratiche e piste di riflessione per gli operatori dei Servizi di Assistenza e Cura a Domicilio. Il documento è stato inviato a fine 2019 al SPVS affinché ne prendesse visione e dia disposizioni in merito alla sua diffusione, ad oggi non abbiamo ancora avuto un riscontro.

L'incertezza inerente le attività di formazione in presenza, possono essere l'occasione per pensare a nuovi modi per raggiungere il personale a contatto con gli anziani su temi specifici magari poco trattati e che potrebbero essere approfonditi in un secondo momento. Si propone di realizzare dei “video in pillole” (2-3 minuti) per argomentare un tema inerente le cadute. Il Comitato approva l'idea e fornisce varie proposte quali: il tema farmaci e cadute, il tema inerente il vestiario e le calzature, viene proposto l'intervento di una monitrice di Pro Senectute per parlare di “Nordic

Walking”, o ancora Alzheimer e incidenti domestici e aspetti inerenti i fattori ambientali delle cadute a domicilio. Questa modalità di comunicazione, potrebbe fornire spunti di riflessione ai professionisti e al contempo valorizzare le attività delle associazioni e dei professionisti che operano nell’ambito degli anziani.

### **3) I PAC 2021-2024**

Per i PAC 2021-2024 il SPVS ha deciso che gli ambiti di attività di PIPA rimangono sostanzialmente gli stessi degli anni precedenti. Il SPVS ha deciso una collaborazione tra PIPA e l’Associazione GINCO. Abbiamo chiesto un incontro per conoscere questa nuova Associazione e capire la natura della collaborazione e le attività che vorrebbero proporre.

### **4) Definizione dettagli assemblea 2021**

Il clima di incertezza relativo alla situazione sanitaria non permette di pianificare in modo sereno un’Assemblea ordinaria in presenza nel 2021. Il Comitato decide quindi di attendere fino agli inizi di gennaio 2021 per vedere come procedere.

### **5) Varie e eventuali**

Sandro informa il Comitato che dal 1 ottobre 2020 lavorerà al 30% presso lo IUFFP (Istituto Universitario Federale per la Formazione Professionale). Sandro manterrà il ruolo di coordinatore dell’Associazione PIPA al 40% e le attività puntuali di collaborazione con Mobilità pedonale Svizzera.

La presente riunione di Comitato è stata preceduta dal saluto a Claudio Nizzola che presto andrà in pensione e lascia quindi PIPA. Con simpatia e affetto lo ringraziamo ancora per essere stato vicino all’Associazione durante questi anni.

Marco Treichler annuncia che nel febbraio prossimo andrà in pensione e lascerà quindi PIPA in seno al Comitato e il suo ruolo di Vice-presidente. Viene presentato il suo successore che prenderà il suo posto in Comitato, Antonio Menghini a cui vanno i nostri migliori auguri per la sua nuova attività. Antonio Menghini lavora dal 1 agosto al 30% a fianco di Marco per il passaggio delle consegne. Dal 1 gennaio lavorerà al 100% quale Segretario Cantonale di GenerazionePiù. Nella prossima Assemblea ordinaria nel 2021 si dovrà formalizzare l’entrata in Comitato del nuovo rappresentante in Comitato e procedere alla nomina del/della nuovo/a Vice-presidente di PIPA.