



MINDWELLNESS

Migliorare le capacità di apprendimento e la salute mentale delle persone over 50

finanziato nell'ambito del programma "Grundtwig" - Unione Europea

Mindwellness è un progetto europeo, della durata di due anni, coinvolti che coinvolge 11 partner e 9 Paesi; il partenariato è composto da specialisti nell'educazione permanente agli adulti, pedagoghi, medici, ricercatori universitari, esperti di ICT e ricercatori sociali.

Il progetto si propone di sviluppare materiali formativi innovativi destinati alle persone over 50 (ancora attivi o pensionati) al fine di aiutarli a mantenere la propria mente flessibile e attiva.

Il progetto prevede di raggiungere i seguenti risultati:

- analisi comparativa della situazione attuale degli over 50 e dell'educazione in età adulta
- raccolta di esempi e buone prassi in materia di brain training (*allenamento del cervello*)
- messa in rete di materiale con esercizi per stimolare ed allenare il cervello e la mente
- realizzazione di un manuale sull'educazione permanente per persone over 50, in particolare sul tema del brain training, contenente basi teoriche per facilitare le attività di formatori ed esperti

Tali attività saranno supportate e divulgate attraverso strumenti quali:

- un evento internazionale per esperti e rappresentanti degli over 50 che si terrà in Austria
- corsi di formazione pilota rivolti ad over50 per testare i materiali sviluppati nel progetto
- una conferenza finale in Ungheria
- la produzione di un Cdrom contenente i risultati del progetto

Obiettivi del progetto

- costruire un partenariato con differenti background scientifici capace di lavorare congiuntamente con l'obiettivo di sviluppare materiali per il brain training applicabili all'Europa allargata



- individuare e mettere a confronto iniziative, programmi, esercizi e buone prassi per il brain training legate all'apprendimento in età adulta e all'esercizio mentale delle persone over 50
- produrre materiali per il brain training per over 50 affinché possano mantenere la propria mente in buone condizioni, prevenire la demenza nonché conservare una propria indipendenza
- facilitare la formazione di gruppi locali di persone over 50 che vogliono dedicare del tempo per mantenere la propria mente attiva
- offrire nuove opportunità per persone over 50 di incontrare e condividere le attività in modo utile ed interattivo
- offrire l'accesso on-line ad attività per l'allenamento ed il mantenimento attivo della mente, sia per individui singoli che per gruppi di persone
- realizzare un manuale che possa servire come linea guida e base teorica in materia di brain training per esperti e professionisti impegnati in attività con gli over 50
- contribuire alla ricerca scientifica attraverso la diffusione dei risultati del progetto

Beneficiari

In primo luogo:

- persone over 50 che non hanno problemi di salute mentale e che desiderano mantenere la propria mente attiva
- formatori e professionisti che offrono servizi di brain training per over50

In secondo luogo:

- organizzazioni dedicate alla formazione per gli adulti, che possono utilizzare i materiali del progetto quali strumenti per organizzare i corsi di formazione
- associazioni di persone over 50, case di riposo ed altre comunità di residenza per persone anziane che possono utilizzare i materiali prodotti come parte della routine quotidiana
- Ricercatori che studiano gli effetti del brain training per lo stimolo e l'allenamento della mente delle persone over 50



I partner

- ES - Unión General de Trabajadores –Euskadi (soggetto capofila)
- ES - XXI INVESLAN, S.L.
- AT - Volkshilfe Steiermark Gemeinnuetzige BetriebsGesmbH
- DE - Institut für Projektbegleitung und Kompetenzentwicklung – prokompetenz – e.V.
- DK - Århus social- og sundhedsskole
- EE - Tallinna Tervishoiu Kõrgkool
- HU - TREBAG Vagyon- és Projektmenedzse Kft
- HU - University of Pécs
- IT - S&T Società Cooperativa
- PL - PRO-MED Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością
- UK - Point Europa Ltd

Il progetto si concluderà nel mese di novembre 2010.

Per ulteriori informazioni

Partner italiano: S&T soc. coop.

(persona di contatto: Paola Gargano)

Tel.: +39 011 812 67 30

Email: p.gargano@setinweb.it

<http://www.mindwellness.eu/>