

PROPOSTA DI PROGETTO

per la richiesta di contributi economici ai Comuni toscani in attuazione della Legge regionale del 4 febbraio 2025 n. 10 *“Interventi del Consiglio regionale per la realizzazione delle finalità statutarie in materia di diritti della persona e di promozione dell'identità territoriale”*

1. Soggetto richiedente (Comune/Unione di Comuni) Comune di Empoli

2. Titolo LEGGERE TI FA BENE – LIBRI NELLE RICETTE

3. Periodo di svolgimento

Inizio 01/06/2025 termine 31/05/2026

4. Luogo di svolgimento

Sede Biblioteca comunale di Empoli Indirizzo Via Cavour, 32

Comune Empoli Provincia Firenze CAP 50053

L'iniziativa è a carattere continuativo, incentrata tra una stretta collaborazione tra la biblioteca e il settore socio sanitario pubblico e privato locale, librerie e associazioni.

5. Descrizione dell'iniziativa:

Obiettivo del progetto è fornire i benefici di letture selezionate e scientificamente accertate alle persone che soffrono di disturbi da ansia, depressione e altri leggeri disagi mentali, ma anche per altre necessità riguardanti la salute e il benessere, dietologia, fitness, puericultura.

Il progetto nasce sull'esempio di un analogo programma sviluppato in Gran Bretagna dalle autorità sanitarie **Royal Colleges of GPs, Nursing and Psychiatrists, the British Association for Behavioural and Cognitive Psychotherapies** and of the **Department of Health through its Improving Access to Psychological Therapies Programme**, in collaborazione con le biblioteche pubbliche e le librerie inglesi.

Partendo dal concetto che il libro e la lettura stimolano l'attenzione, la riflessione, gli aspetti cognitivi ed affettivi, che la Biblioterapia ha un'efficacia significativa sia a livello statistico che clinico, nell'alleviare i sintomi depressivi e nel ridurre i pensieri e gli atteggiamenti disfunzionali. Anche nei disturbi d'ansia, nei disturbi del comportamento alimentare, nei disturbi sessuali e in altri disturbi psichici e comportamentali viene utilizzata¹.

Il Progetto è basato sul presupposto che la Biblioterapia sia una vera forma di terapia attraverso la lettura intesa come strumento di auto-aiuto, di acquisizione di consapevolezza nel disagio psicologico e sociale oltre che come tecnica psicoeducativa e cognitiva in ambito psicoterapeutico. Prescrivere un libro in psicoterapia aiuta la persona sofferente a riflettere su di sé, a confrontarsi, a potenziare le sue capacità cognitive ed emotive sviluppando risorse ed abilità empatiche, acquisendo conoscenze ed elaborando strategie di gestione del disagio psicologico adeguate ed efficaci.

Spesso i cittadini ricorrono a fonti informative non sicure per decifrare i sintomi delle loro sofferenze, psichiche, fisiche, patologiche o anche solo dei loro disagi. La ricerca non guidata verso informazioni non accertate, conduce sovente a risultati deludenti, se non in alcuni casi dannosi. Quante volte le persone iniziano diete devastanti sulla base delle indicazioni di un libro preso a caso sullo scaffale di una libreria; quante volte il disagio viene sfruttato sui siti web per abbindolare potenziali vittime di raggiri e truffe.

Il progetto è finalizzato a realizzare un circuito virtuoso attraverso il quale la stretta collaborazione tra medici, psicologi, psichiatri, librai e bibliotecari si costruiscano riferimenti bibliografici con informazioni certe da fornire ai cittadini. I medici stessi e i terapeuti, i dietologi, le puericultrici potranno inserir le bibliografie di *Leggere ti fa bene*, selezionate dai bibliotecari e librai nella loro offerta terapeutica e “prescrivere” le letture selezionate come cura.

¹ Cfr. Jarnison e Scogin, *The outcome of cognitive bibliotherapy with depressed adults* in *Journal of Consulting and Clinical Psychology* nel 1995

6. Finalità:

Obiettivo del progetto è fornire i benefici di letture selezionate e scientificamente accertate alle persone che soffrono di disturbi da ansia, depressione e altri leggeri disagi mentali, ma anche per altre necessità riguardanti la salute e il benessere, dietologia, fitness, puericultura.

Il progetto può fungere come sistema di auto aiuto, ma soprattutto come aiuto terapeutico nell'azione terapeutica di medici e professionisti. Il progetto è finalizzato a realizzare un circuito virtuoso attraverso il quale la stretta collaborazione tra medici, psicologi, psichiatri, librai e bibliotecari si costruiscano riferimenti bibliografici con informazioni certe da fornire ai cittadini. I medici stessi e i terapeuti, i dietologi, le puericultrici potranno inserir le bibliografie di Leggere ti fa bene, selezionate dai bibliotecari e librai nella loro offerta terapeutica e "prescrivere" le letture selezionate come cura.

7. Modalità realizzative:

Il progetto si basa sulla individuazione condivisa con specialisti di settore di risorse bibliografiche selezionate e organizzate in bibliografie tematiche rese fruibili tramite risorse web, risorse analogiche e risorse umane (incontri con gli autori e con gli specialisti).

Le risorse documentarie individuate sono messe a disposizione dei cittadini dalla biblioteca di Empoli e dalle Librerie che aderiranno al progetto.

Le bibliografie o selezioni documentarie saranno associate alla possibilità di accedere direttamente alle risorse documentarie analogiche, a quelle digitali o eventualmente a abstract o sommari delle risorse selezionate.

La collaborazione con medici, Psichiatri, Psicoterapeuti, Dietologi, puericultori ecc. consentirà a questi l'uso delle risorse bibliografiche come strumenti terapeutici. Il progetto prevede anche la costituzione di gruppi di lettura su argomenti specifici legati ai temi di progetto, gruppi guidati da specialisti di settore e bibliotecari specializzati e incontri con autori dei libri inseriti in bibliografia o comunque incontri con specialisti di settore.

ORGANIZZAZIONE DELLE INFORMAZIONI BIBLIOGRAFICHE

Le informazioni bibliografiche saranno organizzate secondo faccette relative alle materie oggetto di indicizzazione. Ad esempio:

- Disturbi da ansia
- Depressione
- Anoressia e Bulimia
- Dipendenze

Le faccette sono a loro volta, ove necessario, suddivise in sotto faccette, ad esempio:

- Dipendenze
 - o Dipendenza da alcol
 - o Droghe
 - o Gioco
- Nutrizione e diete
 - o Diete iperproteiche
 - Danni per la salute

L'informazione bibliografica raccolta sotto ciascuna faccetta, nel caso di strumenti WEB o comunque ipertestuali, darà accesso, ove possibile, a informazioni relative all'autore e a l'indice, abstract o estratto dal libro o documento.

Le risorse WEB o ipertestuali consentono anche l'accesso a eventuali risorse multimediali.

RISORSE WEB

Saranno fondamentali la realizzazione di un sito WEB e di una pagina Facebook dedicati.

Il **Sito Web** sarà collegato alle pagine della Biblioteca di riferimento, della rete delle Biblioteche di riferimento, alle strutture e autorità sanitarie, ai siti di liberi professionisti che vogliano utilizzare gli strumenti messi a disposizione dal Progetto.

Il sito sarà articolato nelle seguenti sezioni di massima:

- 1) Home page – descrizione del progetto, riferimenti scientifici e biblioteconomici;
- 2) Schema delle faccette
 - a. Pagina delle faccette
 - i. Sotto pagine delle faccette
- 3) Strumenti di auto analisi che consentano all'utente di orientarsi verso el risorse che ritiene più adatte a sé
- 4) Risorse non documentarie
- 5) Autori – collegato alla pagina di ciascuna faccetta sarà il profilo degli autori
- 6) Eventi – Incontri con autori o specialisti di settore
- 7) Luoghi della salute (contatti con le strutture sanitarie ecc.)

La pagina **Facebook**, avrà lo scopo principale di alimentare lo sviluppo “social” del progetto consentendo agli utenti di accedere a commenti proposte e eventi sviluppati dal progetto;

LE RISORSE ANALOGICHE

Nelle strutture sanitarie, nelle biblioteche e nelle librerie aderenti al progetto saranno disponibili:

- Guide al progetto e al suo uso
- Le bibliografie in formato dépliant o libretto
- i consigli di lettura
- i volantini che pubblicizzano gli eventi del progetto

Le risorse analogiche saranno a cura delle biblioteche aderenti che le realizzeranno dietro indicazione specifica degli specialisti.

LE RISORSE UMANE

Il progetto richiede l'organizzazione di incontri programmati con specialisti e con gli autori dei libri proposti. Gli incontri si possono svolgere presso le biblioteche e le librerie aderenti e le strutture sanitarie pubbliche e private.

Gli incontri devono essere preparati con cura dal punto di vista del marketing e prescritti come momento terapeutico facente parte della strategia biblioterapica del progetto.

ALLEANZE

Per la realizzazione del progetto sia dal punto di vista del fund raising delle risorse economiche e umane si rende necessaria la costituzione di alleanze strategiche con:

- Associazioni professionali (AIB, MEDICI, LIBRAI, EDITORI)
- Operatori economici che abbiano coscienza del ruolo sociale dell'impresa
- Altri soggetti

MONITORAGGIO, VERIFICA E CONTROLLO

Il progetto deve prevedere la costituzione di un organismo di controllo (tavolo misto) dove bibliotecari , medici e altri soggetti si incontrino per verificarne l'andamento, proporre correzioni o modifiche;

Il tavolo di controllo avrà a disposizione dati ricavati da indagini di soddisfazione degli utenti del progetto, derivanti da inchieste on-line, questionari somministrati durante gli incontri con esperti e autori, raccolta di suggerimenti e reclami.

Sarà compito delle biblioteche raccogliere i dati sulle frequenze agli eventi e sugli accessi alle risorse WEB.

8. Ambito territoriale di riferimento dell'iniziativa:

comunale [X] provinciale [___] regionale [___]

9. Attività di comunicazione dell'iniziativa

Indicare i canali informativi attraverso i quali sono realizzate le attività di comunicazione:

☒ prodotti editoriali cartacei (inviti, dépliant, manifesti)

☒ prodotti editoriali informatici (pagina web, newsletter, social network)

☒ eventi di lancio:

☐ conferenza stampa: *(indicare data e luogo)*

☐ inaugurazione *(indicare data e luogo)*

10. In caso di progetto in corso, si richiede l'indicazione della **Delibera di Giunta di approvazione:**

11. Altre informazioni che il richiedente ritiene utile fornire:

La compartecipazione del 20% alle spese di progetto da parte Comune di Empoli consisterà nella valorizzazione di prestazioni lavorative del personale dell'Ente, tramite la valorizzazione di prestazioni lavorative di ditte appaltatrici dei servizi di Biblioteca del Comune di Empoli o la valorizzazione di impiego di strumentazioni e materiali di proprietà comunale.

12. Nel caso di presentazione della proposta progettuale in collaborazione con associazioni:

X Il richiedente dichiara di presentare una **proposta progettuale che prevede la collaborazione con uno o più associazioni** costituite da almeno un anno con sede legale o con una stabile organizzazione operativa in Toscana, che abbiano previsto, nello Statuto o nell'atto costitutivo, la finalità cui si riferisce il progetto presentato e fornisce i dati richiesti:

DA INDIVIDUARE TRA SOCIETÀ PRIVATE, ENTI PUBBLICI (ASL), SOCIETÀ DELLA SALUTE, ETS

~~Denominazione associazione~~ _____

~~con sede legale o stabile organizzazione operativa in Toscana, nel Comune di~~ _____

~~con sede legale o stabile organizzazione operativa in via~~ _____.

Empoli 17/04/2025

Dott.ssa Sandra Bertini

Dirigente del Settore II - Servizi alla persona