



ALLEGATO A

Udine, numero e data della registrazione
Tit. VII Cl. 1 fasc. 158

OGGETTO: Avviso di selezione rivolto a personale tecnico amministrativo dell'Università degli Studi di Udine

IL RESPONSABILE DELLA STRUTTURA

VISTO	l'art. 7, comma 6 del D.Lgs. 165/2001, e ss. mm. e ii.;
VISTO	l'art. 29 dello Statuto di Autonomia dell'Università degli Studi di Udine "Direttore del dipartimento";
VISTO	l'art. 5 "Dipartimenti" del Regolamento generale di Contabilità Amministrazione e Finanza emanato con D.R. n. 607 del 17.12.2014;
VISTA	la richiesta del prof. Stefano Lazzer, responsabile scientifico del progetto "APPLICHIAMOCI... per rimanere attivi" – CUP D27F22000150002, con la quale chiede l'avvio di una selezione per l'affidamento di un incarico individuale con contratto di lavoro autonomo per la programmazione e il monitoraggio dell'attività motoria proposta ai soggetti inclusi nel progetto;
TENUTO CONTO CHE	a seguito di specifica indagine condotta all'interno del Dipartimento di Medicina risulta impossibile affidare i compiti oggetto dell'incarico a personale tecnico amministrativo afferente alla struttura in quanto si tratta di attività che richiedono competenze specialistiche per le quali non vi sono le competenze interne, né una disponibilità per poterle attuare, tenuto conto dell'impegno lavorativo del personale in organico;
TENUTO CONTO CHE	è necessario estendere tale indagine all'intero Ateneo.

DISPONE

di emanare il seguente avviso di selezione rivolto al personale tecnico amministrativo dell'Ateneo di Udine:

- Struttura proponente: Dipartimento di Medicina;

- Titolo e descrizione: "APPLICHIAMOCI... per rimanere attivi"

Si stima che entro il 2050 oltre il 20% della popolazione mondiale avrà un'età superiore ai 60 anni. L'aumento del numero di persone in questa fascia di popolazione non è privo di conseguenze. L'invecchiamento, infatti, è un insieme di processi che influenzano l'organismo in toto e sono responsabili di un decremento della salute fisica e mentale/cognitiva dell'individuo con influenze negative anche sulla loro capacità di socializzazione (i.e. maggior rischio di riduzione delle attività sociali e orientamento verso isolamento dalla società/solitudine). Occorre, dunque, adottare delle strategie specifiche utili a supportare la preservazione di una buona qualità di vita soprattutto in età avanzata. Tra queste strategie vi è l'attività fisica. La rapida diffusione delle nuove tecnologie (e.g. siti web, dispositivi mobili e indossabili, applicazioni per telefoni smartphones e prodotti/servizi di telemedicina) ha, inoltre creato nuove possibilità e strumenti per la promozione dell'attività fisica e della conduzione di una vita sana.

In questo contesto di rapida trasformazione tecnologica, il gruppo di ricerca in Scienze Motorie dell'Università degli studi di Udine, desidera promuovere il benessere e la socialità degli anziani stimolando la pratica di attività motorie e la socializzazione anche con l'utilizzo e il supporto delle più moderne tecnologie.

In particolare, il gruppo di ricerca si propone di promuovere e monitorare l'attività fisica che sarà "cucita" attorno alle esigenze della singola persona interessata a migliorare la propria salute motoria (i.e. utente). Con l'uso di un'applicazione, appositamente realizzata dal gruppo di ricerca, l'utente accederà alla propria area personale e alle proprie schede di allenamento realizzate opportunamente da laureati in scienze motorie. Ogni scheda di allenamento sarà consultabile su diversi dispositivi mobili (e.g. tablet, smartphone, computer, ecc.) e in essa l'utente potrà reperire una lista di esercizi descritti e illustrati in modo semplice e chiaro al fine di poterli riprodurre anche da casa.

Responsabile del procedimento: dott. Nila Colledani – nila.colledani@uniud.it

Compilatrice del procedimento: Elisa Zilio – elisa.zilio@uniud.it

Via Colugna 50, 33100 Udine (UD), Italia

t +39 0432 494905 - www.uniud.it

CF80014550307 P.IVA 01071600306





Questa nuova metodologia di allenamento personalizzato si propone come obiettivo quello di incrementare il numero di persone che adotteranno uno stile di vita attivo, e conversamente ridurre il fenomeno dell'inattività fisica nelle persone adulte e anziane che si è particolarmente acuito in seguito alla recente epidemia globale. I destinatari possono essere soggetti di entrambi i sessi, di età compresa dai 60 agli 80 anni in grado di muoversi in autonomia in stato di salute oppure affetti da patologie croniche stabilizzate e non trasmissibili. Tali soggetti dovranno possedere e saper utilizzare (livello base) le tecnologie informatiche come Tablet, smartphone e computer. Il progetto prevede che venga messa a disposizione dei partecipanti un'applicazione che sarà consultabile su un sito internet in modo gratuito. Ogni utente potrà accedere all'applicazione tramite un proprio account personale con una mail e una password. Una volta entrato nella propria area personale l'utente potrà vedere le schede di allenamento assegnate dal laureato in Scienze Motorie. Nella scheda di allenamento l'utente troverà gli esercizi a lui assegnati con la descrizione e la visione di un breve video dimostrativo. Le schede di allenamento potranno essere svolte in qualsiasi momento della giornata, con qualsiasi apparecchio tecnologico e senza l'utilizzo di particolari attrezzi. Al termine dell'esecuzione dell'allenamento verrà fornito un riepilogo degli esercizi svolti e quindi del lavoro totale compiuto, sia all'utente che al laureato in Scienze Motorie per così valutare i progressi nel tempo. Si sottolinea che in ogni momento, i laureati in Scienze Motorie coinvolti nel progetto saranno disponibili a fornire un supporto in caso di esigenze specifiche nell'utilizzo dell'applicazione o nello svolgimento dell'allenamento. I risultati finali attesi del progetto riguardano la partecipazione e la frequenza di circa 60 utenti a programmi di attività motoria in modo regolare e monitorata di esperti. L'attività monitorata può essere un ulteriore motivo di incentivo alla pratica dell'attività fisica da parte degli utenti e quindi innalzare la loro motivazione.

- Oggetto della prestazione: Programmazione e monitoraggio dell'attività motoria proposta ai soggetti inclusi nel progetto "APPlichiamoci... per rimanere attivi" – CUP D27F22000150002.
- Luogo di svolgimento della prestazione: Università degli Studi di Udine.
- Durata dell'incarico: la prestazione dovrà essere realizzata entro il 15 settembre 2024.

Per la partecipazione alla selezione sono richiesti i seguenti requisiti:

- laurea triennale L-22 Scienze delle attività motorie e sportive, laurea triennale 33 Scienze delle attività motorie e sportive, diploma di laurea in Scienza Motorie o altro titolo di studio, conseguito anche all'estero, riconosciuto equipollente secondo la normativa vigente.

Gli interessati possono presentare la loro disponibilità all'incarico, presentando la domanda di cui al Mod. 1.

Alla domanda andranno allegati, altresì:

- a) curriculum vitae (Allegato 1);
- b) dichiarazione di conformità all'originale, dei documenti e dei titoli, allegati in copia (Allegato 2);
- c) nulla osta del Responsabile della struttura di appartenenza;

La domanda va presentata al Dipartimento di Medicina, via Colugna n. 50 – 33100 Udine, unitamente ai previsti allegati, tramite il sistema di "protocollo tra uffici" (Titulus) nel termine di 5 giorni che decorrono dal giorno successivo alla data di pubblicazione all'Albo Ufficiale di Ateneo ed entro le ore 11.30 del termine di scadenza.

È previsto altresì l'invio, entro il medesimo termine, tramite Posta Elettronica Certificata (PEC), all'indirizzo amce@postacert.uniud.it. La domanda e tutti gli allegati, firmati con firma digitale o con firma autografa scansita ed accompagnata da copia del documento di identità, dovranno essere in formato PDF/A o Adobe PDF. In caso di firma autografa scansita la casella di Posta Elettronica Certificata dovrà essere quella propria del candidato.

Il candidato che trasmette la documentazione tramite PEC non dovrà provvedere al successivo inoltro della documentazione cartacea.

Non sarà ritenuta valida la domanda trasmessa da un indirizzo di posta elettronica non certificata o non conforme a quanto disposto dal presente bando.

Il peso complessivo massimo consentito della PEC è di 20 MB. L'Amministrazione universitaria non si assume alcuna responsabilità nel caso in cui i file trasmessi tramite PEC non siano leggibili.

Nel rispetto di quanto previsto dal Reg. (UE) 2016/679 (Regolamento Europeo per la protezione dei dati personali), La Informiamo che i suoi dati personali vengono trattati ai fini della gestione della procedura di selezione e

Responsabile del procedimento: dott. Nila Colledani – nila.colledani@uniud.it

Compilatrice del procedimento: Elisa Zilio – elisa.zilio@uniud.it

Via Colugna 50, 33100 Udine (UD), Italia

t +39 0432 494905 - www.uniud.it

CF80014550307 P.IVA 01071600306





dell'eventuale stipulazione del contratto di lavoro subordinato e gestione del conseguente rapporto con l'Università e che il Titolare del trattamento è l'Università degli Studi di Udine.

Le rendiamo noto che, ai sensi della disciplina vigente, Le viene riconosciuto il diritto a richiedere:

- l'accesso ai suoi dati personali (art. 15 GDPR);
- la rettifica dei dati inesatti o l'integrazione di quelli incompleti (art. 16 GDPR);
- la cancellazione dei dati personali che la riguardano (art. 17 GDPR);
- la limitazione del trattamento dei dati personali (art. 18 GDPR).

Per maggiori informazioni consultare l'informativa completa disponibile al seguente link:

<https://www.uniud.it/it/pagine-speciali/guida/privacy>.

Il presente avviso verrà pubblicato all'albo on-line di Ateneo.

Il Vice Direttore del Dipartimento

prof. Gianluca Tell

Documento informatico firmato digitalmente ai sensi del D.Lgs 82/2005 s.m.i. e norme collegate, il quale sostituisce il documento cartaceo e la firma autografa