



PROGRAMMA DI AZIONE REGIONALE PROMOZIONE DELLA SALUTE 2004-2005 (DD 466 -29.11.04)  
BANDO REGIONALE 2004-2005 PROGETTI DI PROMOZIONE DELLA SALUTE (DD 500 - 20.12.04-BURP 51-23.12.04)

## **“MOVIMENTI BANCARI” ATTIVITA' FISICA “FIT WALKING” NEL SETTORE TERZIARIO (BANCARI)**

**Filone tematico** *Alimentazione e attività fisica*  
**Tema** Bisogno di salute in ambiente di lavoro, promozione di attività fisica come base di un sano stile di vita  
**Destinatari** Lavoratori del Settore Terziario (bancari)  
**Setting** Ambiente di lavoro (settore terziario)

**Responsabile del progetto** (ASL 17 Savigliano – capofila)

*Alfonzo Santo*

ASL 17 Savigliano – Dipartimento di Prevenzione S.Pre.S.A.L.

Via del Follone 4, 12037 Saluzzo (CN)

Tel. 0175-215615 Fax 0175-215616 [santo.alfonzo@asl17.it](mailto:santo.alfonzo@asl17.it)

**Progetto interaziendale** ASL 17 Savigliano: Dipartimento di Prevenzione SPRESAL – ASL 12 Biella: Dipartimento di Prevenzione SPRESAL – ASL 15 Cuneo: Dipartimento di Prevenzione SPRESAL

**ProSa on-line: P0293 VALUTAZIONE PROGETTO: 19/22 FINANZIAMENTO CONCESSO: 17000.00 €**

### **Abstract**

Il progetto mira ad incrementare la pratica di esercizio fisico, come stile di vita favorevole alla salute, fra i lavoratori del settore terziario, in particolari quelli del comparto bancario, promuovendo l'introduzione del Fit Walking (camminata veloce) durante la pausa di pranzo. Ad una prima fase di analisi e di reclutamento di istituti di credito disponibili (anche attraverso un eventuale sponsorizzazione delle fondazioni bancarie), seguirà la definizione di alleanze con le risorse del territorio e la messa in atto di attività ed eventi che favoriscono la diffusione dell'attività motoria. L'esperienza, qualora positiva, potrebbe poi essere generalizzata ai bancari di altre aree territoriali e trasferita ad altri comparti del terziario.

Il progetto prevede il coinvolgimento di diversi partners (ASL, associazione sportiva, istituti bancari).

# 1° REPORT STATO DI AVANZAMENTO

## 1. ATTIVITA' E RISULTATI NELL' AVVIO DEL PROGETTO

### 1.1. Costituzione gruppo di progetto

Il programma di attività previste per il progetto "MOVIMENTI BANCARI", riguardante la promozione dell'attività fisica nel settore terziario ha avuto inizio nell' Aprile del corrente anno con una serie di incontri destinati alla definizione e costituzione del gruppo di lavoro del progetto. Il gruppo di progetto identificato è risultato così costituito:

- S.Pre.S.A.L →PROMOTORE PROGETTO ( Direttore S.Pre.S.A.L, personale medico S.Pre.S.A.L, personale infermieristico S.Pre.S.A.L )
- Scuola saluzzese di FIT WALKING→ANIMATORE PROGETTO (titolari e istruttori f.Ili DAMILANO).
- Assessore all'Urbanistica del Comune di SALUZZO ( DR. M. Calderoni), coinvolto , da promotore e animatore, per la realizzazione in città di alcuni circuiti di cammino, fruibili per il progetto S.Pre.S.A.L "Movimenti Bancari", nonché per la promozione di iniziative legate al futuro progetto "Saluzzo, Città del Cammino" curato dalla scuola saluzzese di Fitwalking dei f.Ili Damilano per il Comune di Saluzzo. Viene richiesta inoltre la consulenza del sig O.Bellino, vicedirettore del settimanale locale (Il Corriere di Saluzzo), quale esperto dei processi comunicativi.

Le competenze sanitarie in ambito di Promozione della Salute, le competenze tecniche dei titolari della scuola FIT WALKING, con l'ausilio di materiale informativo, la conoscenza di quanto realizzato o di prossima realizzazione da parte della Giunta Comunale ,hanno permesso, nell'ambito dei suddetti incontri, una finalizzata formazione del gruppo. Il risultato ottenuto dalla realizzazione degli incontri, è stata, una grande coesione all'interno del gruppo di progetto sulla base di motivazioni condivise all' unanimità.

<b>S.Pre.S.A.L. promotore</b>	<b>Direttore S.Pre.S.A.L, personale medico e infermieristico</b>
<b>SCUOLA FITWALKING animatore</b>	<b>TITOLARI: f.Ili Damilano</b>
<b>COMUNE di SALUZZO</b>	<b>ASSESSORE all'URBANISTICA</b>

### 1.2 Creazione di alleanze tra gli attori interessati al progetto

Dopo aver focalizzato l'attenzione sui termini della proposta da presentare alle direzioni dei vari istituti bancari, il gruppo di progetto ha scelto l'istituto bancario che per primo si cercherà di coinvolgere nel progetto, la Cassa di Risparmio di Saluzzo( istituto bancario pilota ), in quanto istituto fortemente radicato sul territorio e con prevalenza di dipendenti residenti nel saluzzese. In seguito ad una serie di incontri preliminari informali tra la Direzione Generale della C.R.S. e il Promotore, in data 16/09/2005, è stato possibile organizzare l'incontro con il Direttore del suddetto istituto bancario per illustrare il progetto più dettagliatamente e concordare i termini della collaborazione ed il ruolo dell'istituto bancario quale determinante organizzativo rinforzante nell'adesione al progetto dei destinatari ( i bancari ). Rimane in discussione l'offerta di tempo da parte della banca ai dipendenti, tempo utilizzabile per la pratica del FIT WALKING. Il Direttore dell'istituto bancario si impegna nel risolvere il problema previa consultazione con RSU, RLS,RSPP.

### 1.3 Contatto della popolazione target e conduzione della diagnosi educativa

Al momento , il gruppo di progetto non si è ancora occupato di contattare la popolazione target L'analisi dei bisogni, del contesto, e la diagnosi educativa, saranno discusse e rimodulate con gli stakeholders (gruppo di lavoro e bancari dell'istituto) durante il secondo blocco del programma di attività. Verrà inoltre valutata la rilevanza, per i destinatari del progetto, di quelli che sono gli obiettivi del progetto: -diminuire il sedentarismo e promuovere l'attività fisica per prevenire disturbi e malattie di vario tipo –promuovere le life skills –prevenire le malattie cardiovascolari –compensare gli stati di stress – ridurre il sovrappeso.

#### 1.4 Diffusione del progetto

INTRAZIENDALE	EXTRAZIENDALE
Intranet ASL 17 Dipartimento Prevenzione-S.Pre.S.A.L	Newsletter "Io scelgo la sicurezza" Regione Piemonte
Rivista aziendale locale Progetto Salute	Il Corriere di Saluzzo
	"Camminare" rivista specializzata nel trekking urbano

All' interno dell'ASL di competenza, il progetto è stato fatto conoscere attraverso:

- sito intranet aziendale
- rivista ASL (PROGETTO SALUTE)

Sul settimanale territoriale locale, Il Corriere di Saluzzo, il cui vice direttore è stato coinvolto nel progetto quale esperto di comunicazione, è stato pubblicato un articolo illustrante il progetto e gli obiettivi perseguiti. La NEWSLETTER "Io scelgo la sicurezza" della Regione Piemonte ha presentato , sul numero 3 di Ottobre 2005, il progetto WHP dell' ASL 17.

La rivista "CAMMINARE" edita a Saluzzo, sempre nell'orbita della Scuola di Fitwalking, a distribuzione nazionale, sta inoltre seguendo la realizzazione del progetto "movimenti bancari o bancari in movimento?".

#### 2. ATTIVITA' SVOLTE

Fino ad oggi si è concluso il primo blocco di attività incluse nel programma di attuazione del progetto:

**-collaborazione di S.Pre.S.A.L (Promotore) con la scuola di Cammino- Fitwalking di Saluzzo (Animatore).** Attraverso la realizzazione di un primo incontro ad Aprile tra il DR. Alfonso, responsabile del progetto e il direttore della scuola Fitwalking, e due successivi incontri (18 Maggio e 26 Maggio) , è stato definito il ruolo di partner tecnico del progetto dell'associazione sportiva.

**-costituzione gruppo di lavoro.** Per la definizione del gruppo di lavoro del progetto sono stati necessari tre incontri realizzati nelle date: 31 Maggio, 07 Giugno, 25 Luglio.(Vedi 1.1)

**-definizione di alleanze con le risorse territoriali** in primo luogo con la Giunta comunale saluzzese nella persona dell'assessore all' Urbanistica. coinvolto per la realizzazione di circuiti di cammino, percorsi di trekking urbano, escursionistico e sportivo, fruibili dal progetto S.Pre.S.A.L "Movimenti bancari o bancari in movimento?" a cui seguirà il progetto comunale "Saluzzo città del cammino".

**-coinvolgimento istituti bancari.** Dopo aver scelto l' istituto bancario pilota (Cassa di Risparmio di Saluzzo ),il succedersi di due incontri con il direttore del prescelto istituto, ha permesso al gruppo di lavoro di illustrare il progetto e di ottenerne la condivisione, non senza alcune difficoltà che hanno contribuito a rallentare il decorso cronologico del progetto. Tali difficoltà sono risultate legate a problemi di contingenza della C.R.S. , impegnata in questo periodo in una radicale modifica del sistema informatico utilizzato con trasferimento di tutti i dati (PROGETTO MIGRAZIONE) ed impiego di tutte le risorse, umane e non.

#### 3. GERARCHIA OBIETTIVI

Le attività fino ad oggi intraprese dal gruppo di progetto risultano congrue e pertinenti nel perseguimento di quelli che sono gli **OBIETTIVI AMBIENTALI** proposti. L'assessore all' Urbanistica anche in previsione della realizzazione del progetto "Movimenti Bancari" ha offerto un valido contributo nel promuovere la trasformazione in ZTL di gran parte del centro storico saluzzese, trasformazione resa possibile con deliberazione di giunta del 05/2005. Finalizzati allo sviluppo di un nuovo turismo di ambiente e benessere, sono in prossima realizzazione percorsi di trekking urbano, escursionistico e sportivo che attrezzati con specifica segnaletica permetteranno al residente, al visitatore, a chiunque lo desideri di vivere l'ambiente in modo nuovo e salutare.

In linea con l'obiettivo di sviluppo dei **DETERMINANTI P.A.R.**, la Scuola di Cammino saluzzese ha organizzato un convegno tecnico sul Fitwalking, con data 03-04 Dicembre, alla cui partecipazione sarà invitato il destinatario del progetto (bancari)

Nella creazione di condizioni ambientali favorevoli ,quale **OBIETTIVO INTERMEDIO** per accedere al perseguimento degli obiettivi generali, ha altresì contribuito lo S.Pre.S.A.L, attraverso i contatti avuti con il servizio Medico Competente dell'Istituto Bancario che hanno permesso la condivisione ed il coinvolgimento del medesimo servizio nel progetto, nonché la definizione delle attività di cui il Medico Competente dovrà occuparsi( ad es. le visite mediche e rilascio di attestato di idoneità sportiva non agonistica).

Trattasi di obiettivi tutti in linea con quanto fortemente raccomandato dalla Task Force Community Services ovvero la creazione di un accesso facilitato per l'attività fisica, citando esplicitamente i programmi in ambiente di lavoro.

#### 4. DOCUMENTI PRODOTTI

- Slide presentazione del progetto alla Regione Piemonte
- Articolo sul settimanale locale "Il Corriere di Saluzzo"
- Articolo di presentazione del progetto su Newsletter "Io scelgo la sicurezza"
- Articolo su rivista ASL 17 per la diffusione intraziendale del progetto

#### 5. VARIAZIONI AL PROGETTO INIZIALE

Essendo stato svolto fino ad oggi, il primo blocco di attività previste nell'iniziale presentazione del progetto, non si evidenziano salienti variazioni dalla prima stesura del programma.

Come già specificato in precedenza, si è verificato un ritardo nel decorso cronologico del progetto motivato da problemi contingenti che l'istituto bancario prescelto, la CRS, ha dovuto affrontare in concomitanza della presentazione del progetto stesso, risolvibili presumibilmente entro fine anno.

Tale rallentamento ha impedito di realizzare fino ad oggi il contatto con la popolazione target, l'individuazione del bisogno di salute, la conduzione della diagnosi educativa

#### 6. PROSEGUIMENTO DEL PROGETTO

<b>SECONDO BLOCCO ATTIVITA'</b>	Singoli incontri del gruppo di progetto per più dettagliata definizione di alcuni punti(modulazione dell'orario lavorativo, percorsi di cammino selezionati) Realizzazione di un questionario da somministrare ai bancari Realizzazione di incontri con il medico competente della CRS. Contatti ASL 15, ASL 12, a cui il progetto verrà esteso
<b>TERZO BLOCCO DI ATTIVITA'</b>	Creazione del protocollo d'intesa
<b>QUARTO BLOCCO DI ATTIVITA'</b>	Presentazione protocollo d'intesa ai dipendenti Somministrazione questionario e definizione diagnosi educativa Raccolta adesione al progetto Organizzazione visite del medico competente per rilascio certificati di idoneità sportiva Avvio attività di fitwalking Follow up

#### 7. RENDICONTAZIONE ECONOMICA

Tipologia di spesa	Voci analitiche di spesa	Finanziamento richiesto	Spese sostenute (al 31/10/2005)
Personale			Sono in corso
Attrezzature			
Sussidi			
Spese di gestione e funzionamento			Sono in corso
Spese di coordinamento			Sono in corso
Altro			
<b>totale</b>			