PROGETTO

Promuovere stili di vita corretti: il buon esempio parte da noi

Regione Piemonte gruppo ASL Alessandria

Progetto avviato nell'anno 2009

Abstract

CONTESTO DI PARTENZA
Da anni all'interno della ASL Al (ex ASL 21) - territorio di Casale Monferrato, si sono instaurate alleanze tra i vari servizi al fine di promuovere la salute nella collettività. Questo progetto che vede la collaborazione tra S.I.A.N. (servizio igiene degli alimenti e della nutrizione) e G.E.S. (gruppo per l'educazione alla salute), nasce dall'esigenza di promuovere stili di vita ?sani', consapevoli e duraturi nell' ambito di un setting finora mai coinvolto ovvero quello dell'ambiente di lavoro aziendale in cui operano gli stessi servizi assieme ad altri servizi territoriali (struttura del Distretto sanitario n°1 di Via Palestro,41 di Casale Monferrato - AL), e in particolare si prefigge di promuovere l'adozione durante la pausa pranzo in mensa di pasti bilanciati e attività motoria per combattere sedentarietà e sovrappeso.
Nell'ambito di tale collaborazione precedentemente sono stati condotti due progetti: 1) "A Scuola con gusto" che ha partecipato al Bando Regionale progetti di Promozione della Salute 2004-2005 con assegnazione del relativo finanziamento, nell'ambito del Programma Regionale Nutrizione Piemonte; 2) "La salute è servita a scuola percorsi scolastici tra salute e territorio alla scoperta di frutta e verdura. Scuole sane 2007-2008" in collaborazione anche con il servizio della pubblica istruzione del Comune di Casale Monferrato. Entrambi i progetti si sono posti l'obiettivo di intervenire sul miglioramento della refezione scolastica e sull'attività fisica dei bambini delle scuole partecipanti.
OBIETTIVI
Il progetto ha lo scopo di facilitare, nei dipendenti della ex ASL 21 (limitatamente al Distretto n°1 di Via Palestro - Casale M.to) che usufruiscono del servizio mensa aziendale (allocato presso il presidio ospedaliero di Casale Monferrato), una corretta scelta giornaliera degli alimenti proposti dal menù, offrendo sulla base dei piatti del giorno una proposta equilibrata, oltre a incentivare il movimento attraverso la possibilità di percorrere un itinerario a piedi per recarsi a mensa dal posto di lavoro.
DESTINATARI
Operatori sanitari e non del Distretto Sanitario n°1: medici, veterinari, tecnici della prevenzione, assistenti sanitari e sociali, infermieri, amministrativi.
STRUMENTI
- questionari: 1) sulle conoscenze; 2) sulla disponibilità al cambiamento (motivazione e autoefficacia); 3) di gradimento
- diario alimentare di monitoraggio
- registro presenze al gruppo di cammino
- cartellonistica, opuscoli/pieghevoli informativi
AZIONI
Presentazione formale del progetto alla direzione generale -acquisizione del menù sulla cui base predisporne uno giornaliero di tipo equilibrato; - incontro con il Direttore Sanitario del presidio ospedaliero , con il responsabile della Ditta appaltatrice e con gli addetti alla distribuzione per facilitare l'adesione; - presentazione del progetto ai Dirigenti delle SOC del Distretto da coinvolgere; - incontro con i partecipanti per presentare il progetto e sondare le abitudini alimentari tramite questionario; - allestimento dello spazio antistante la mensa con cartellonistica fissa inerente gli abbinamenti equilibrati tra primi e secondi piatti, opuscoli/pieghevoli informativi e locandina giornaliera del menù

equilibrato; sondaggio, disponibilità a effettuare un tratto di percorso a piedi dal Distretto n°1 alla sede della mensa aziendale, andata/ritorno, quantificabile in 15 minuti di cammino; - analisi e fattibilità a favorire il percorso a piedi da parte della Direzione Generale; - sperimentazione da parte di un gruppo di operatori (soggetti disponibili) di un itinerario a piedi per recarsi a mensa.
VALUTAZIONE
Dopo tre mesi di sperimentazione, valutazione del diario alimentare giornaliero di monitoraggio e predisposizione di schede per il sondaggio di gradimento sia per i partecipanti al progetto sia per gli altri fruitori del servizio mensa appartenenti all'ASL, al fine di verificare l'efficacia della sperimentazione e l'interesse suscitato; Per valutare l'esperienza del gruppo di cammino, sul tragitto a piedi per recarsi alla mensa aziendale, si utilizzerà invece il registro delle presenze appositamente predisposto e, analogamente a quanto previsto per la proposta dietetica, si sonderà il gradimento della iniziativa con il relativo questionario.
METODOLOGIA
a)Momento informativo per esplicitare le finalità ed i benefici legati ai comportamenti salutari proposti con il progetto;
b)Consultazione dei destinatari attraverso un gruppo di discussione per il confronto, negoziazione e condivisione della proposta progettuale;
c)Esperienza diretta dei partecipanti mediante la possibilità di sperimentare i comportamenti salutari proposti, attraverso l'offerta in mensa e la costituzione di un gruppo di cammino.

Tema di salute prevalente : ALIMENTAZIONE

Temi secondari : Sicurezza sul lavoro (D.Lgs.81, ...)

Setting :

Destinatari finali :

Mandati :

Finanziamenti :

Responsabili e gruppo di lavoro

Enti promotori e/o partner

Documentazione del progetto

1. Documentazione progettuale - Il Progetto partecipa alla sperimentazione nazionale nell'ambito del Progetto CCM Regione Emilia Romagna "Azioni per una vita in salute"

PRO.SA.
Banca Dati di Progetti e Interventi
di Prevenzione e Promozione della Salute

OBIETTIVI