



**A.S.L. NO**

Azienda Sanitaria Locale  
di Novara

Sede Legale: viale Roma 7 – 28100 Novara

Tel. 0321 374111 – fax 0321 374519

[www.asl.novara.it](http://www.asl.novara.it)

DIPARTIMENTO di PREVENZIONE

Prot. n. 67203/22/DP

Novara, 18/10/2022

Ai Sindaci del territorio dell'ASL NO

**OGGETTO:** Ricognizione/mappatura a livello territoriale delle attività per la promozione di uno stile di vita attivo e delle opportunità per la pratica dell'attività fisica - Gruppi di cammino.

Praticare **Attività Fisica (AF) regolarmente**, come parte della propria quotidianità, contribuisce al miglioramento della qualità della vita e del benessere del singolo e della comunità e alla riduzione delle disuguaglianze sociali e di salute.

In particolare, a livello individuale l'AF contribuisce a:

- prevenire e gestire malattie croniche non trasmissibili (causa di oltre il 70% delle morti a livello globale);
- favorire nei giovani una crescita sana e negli adulti e negli anziani un processo di invecchiamento attivo e in salute;
- migliorare la salute psicologica e mentale;
- promuovere la socialità in termini di migliori relazioni e inclusione sociale a tutte le età.

Per **“Gruppo di Cammino” (Gdc)** si intende un'attività organizzata nella quale un gruppo di persone (adulti/anziani) si ritrova periodicamente, in un luogo e ad orari definiti, per camminare insieme, lungo un percorso urbano o extra-urbano sotto la guida di un conduttore del gruppo o l'iniziativa di una persona di riferimento.

Per tali motivi l'ASL NO, all'interno del Piano Locale della Prevenzione, Programma 2 “Comunità attive”, intende effettuare **una ricognizione delle esperienze locali di Gruppi di cammino.**

Tale attività, propedeutica a successive azioni sulla popolazione, rappresenta l'inizio per la valorizzazione di esperienze territoriali e/o la creazione di collaborazioni per favorire la salute nella popolazione dei vostri Comuni.

Si chiede alle SS.LL. di voler indirizzare la presente lettera alle realtà del territorio di competenza (associazioni, gruppi di cammino, enti sportivi, ecc.) che possano rientrare nella definizione di Gdc sopra descritta. In questo modo potranno compilare **un breve questionario online** che permetterà all'ASL NO di reperire le informazioni per una mappatura del territorio e



[www.regione.piemonte.it/sanita](http://www.regione.piemonte.it/sanita)

Azienda Sanitaria Locale NO

Dipartimento di Prevenzione

e-mail: [diprev.nov@asl.novara.it](mailto:diprev.nov@asl.novara.it)

Direttore : Dott. Franco TINELLI 0321/374544 e-mail : [franco.tinelli@asl.novara.it](mailto:franco.tinelli@asl.novara.it)

Viale Roma, 7 – 28100 NOVARA;

Istruttore della pratica : Dott.ssa Patrizia Grossi - Coordinatore Programma 1 e 2 - PLP ASL NO [patrizia.grossi@asl.novara.it](mailto:patrizia.grossi@asl.novara.it)



**A.S.L. NO**  
Azienda Sanitaria Locale  
di Novara

Sede Legale: viale Roma 7 – 28100 Novara  
Tel. 0321 374111 – fax 0321 374519

[www.asl.novara.it](http://www.asl.novara.it)  
DIPARTIMENTO di PREVENZIONE

recuperare i nominativi di Gruppi di cammino che potranno seguire un corso di formazione ed eventuali altri momenti informativi per migliorare lo stile di vita e il benessere dei partecipanti, anche in collaborazione con i Medici di Medicina generale (MMG) e gli Infermieri di famiglie e Comunità (IfeC) dell'ASL NO.

Il link è il seguente:

<https://docs.google.com/forms/d/124dQMqax0jpURJEf14q80ip3DVZt2jluzhgMSNYbKeg/edit>

Si allega copia cartacea del modulo per anticipare le informazioni richieste.


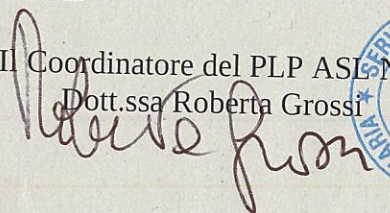
Per eventuali chiarimenti è possibile scrivere, lasciando un recapito telefonico, a:

- ✓ Elisabetta Frezza Ass. Sanitaria S.C. SISP- Medicina dello Sport - Area sud ASL NO:  
medsportiva.nov@asl.novara.it
- ✓ Antonella Pigazzini CPSI S.C. SISP- Medicina dello sport - Area nord ASL NO:  
medsportiva.bor@asl.novara.it


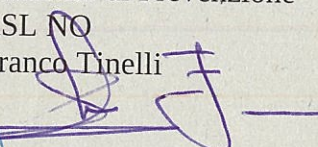
Inoltre si coglie l'occasione per trasmettere alle SS.LL. il documento **“ISPAH\_Otto investimenti che funzionano per promuovere l'attività fisica”** per condividere idee e progetti realizzabili in futuro a livello locale.

Certi che gli obiettivi di salute della popolazione siano una priorità condivisa, si porgono cordiali saluti.

Il Coordinatore del PLP ASL NO  
Dott.ssa Roberta Grossi

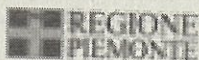

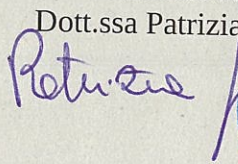


Il Direttore Dipartimento di Prevenzione  
ASL NO  
Dott. Franco Tinelli



Il Coordinatore del Programma 2 PLP ASL NO  
“Comunità attive”

Dott.ssa Patrizia Grossi



[www.regione.piemonte.it/sanita](http://www.regione.piemonte.it/sanita)