

<< La promozione della salute è il processo che consente alle persone di acquisire un maggior controllo della propria salute e di migliorarla >>



Carta di Ottawa per la Promozione della Salute - OMS - Ginevra 1986

paola beatini, cses



Costruire politiche per la salute

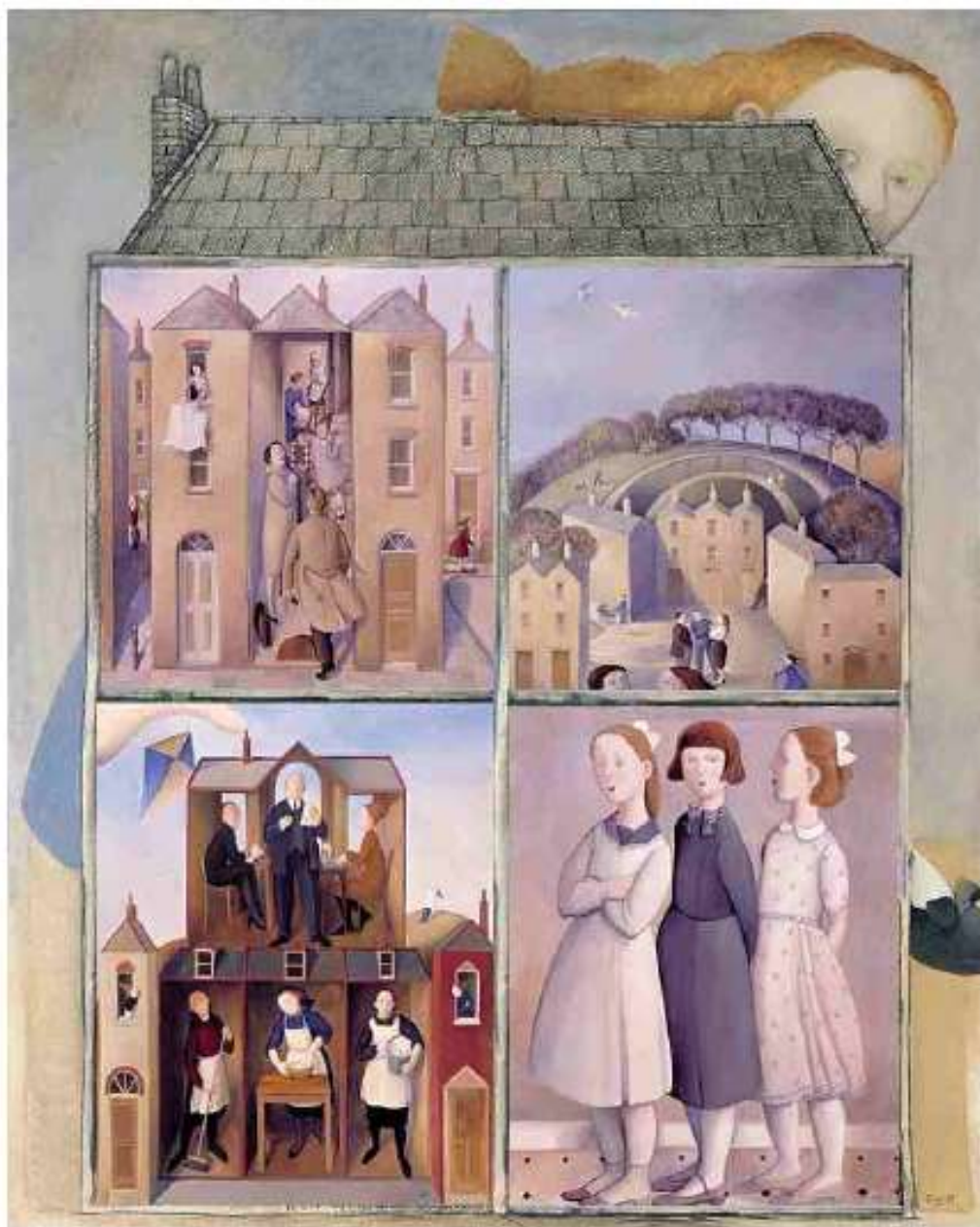
Creare ambienti favorevoli alla salute

Rafforzare l'azione della comunità per la salute

Sviluppare capacità individuali (educazione)

Ri-orientare i servizi sanitari

Carta di Ottawa, 1986



Promozione della salute nell'ASL TO 4



A.S.L. TO4

Azienda Sanitaria Locale
di Cirié, Chivasso e Ivrea

Rendere facili le scelte salutari

Deliberazione 524 del 9/9/2011

DELIBERA

1. di prendere atto che l'Azienda Sanitaria Locale TO4 sostiene le azioni organizzative di promozione e facilitazione dell'attività motoria, in quanto di sicura e dimostrata efficacia nella promozione del benessere e della salute fisica e mentale della comunità, nella prevenzione di sovrappeso e obesità e nel trattamento delle malattie cronico-degenerative e delle disabilità;



A.S.L. TO4

Gruppi di Cammino





A.S.L. TO4

*Azienda Sanitaria Locale
di Cirié, Chivasso e Ivrea*



PREVENZIONE
PIEMONTE

Programma per la diffusione di gruppi di cammino nell'ASL TO 4

Il ruolo della leadership

Il lavoro di rete



A.S.L. TO4
Gruppi di Cammino



A.S.L. TO4

*Azienda Sanitaria Locale
di Ciriè, Chivasso e Ivrea*

Diffusione dei gruppi di cammino nell'ASL TO 4

Come sostenere un gruppo di cammino?

Sono determinanti:

- **La leadership**
- **Il supporto delle amministrazioni locali e dell'ASL**
- **Le infrastrutture di cui disporre Prima e Dopo il cammino**
- **La collaborazione tra organizzazioni per sostenere il gruppo**
- **La possibilità di aprire il gruppo ad altre attività nella comunità**



Diffusione dei gruppi di cammino nell'ASL TO 4

La leadership

Il walking leader (WL) dovrebbe mirare a creare
un'atmosfera positiva, di reciproca fiducia ed attenzione dentro il gruppo.

I partecipanti al gruppo guardano al WL per essere guidati ed incoraggiati.

La personalità e lo stile del WL è importante nel sostenere l'entusiasmo ed assicura longevità al gruppo stesso.



Diffusione dei gruppi di cammino nell'ASL TO 4

Il supporto delle amministrazioni locali e dell'ASL

I gruppi devono percepire il supporto dato dalla **comunità** di riferimento.

Importante è l'attenzione che le amministrazioni locali pongono nella istituzione e nel mantenimento in buone condizioni dei **percorsi di cammino**.



A.S.L. TO4

*Azienda Sanitaria Locale
di Ciriè, Chivasso e Ivrea*



A.S.L. TO4
Gruppi di Cammino



**PREVENZIONE
PIEMONTE**

Diffusione dei gruppi di cammino nell'ASL TO 4

Le infrastrutture di cui disporre Prima e Dopo il cammino

Individuare un punto di riferimento per il gruppo, dove incontrarsi prima e dopo il cammino, è una scelta importante, aiuta la **socializzazione**.

Continui spostamenti possono essere inoltre fonte di confusione a scapito della **regolarità della partecipazione**.



A.S.L. TO4

*Azienda Sanitaria Locale
di Ciriè, Chivasso e Ivrea*



A.S.L. TO4
Gruppi di Cammino

Diffusione dei gruppi di cammino nell'ASL TO 4

La collaborazione tra organizzazioni per sostenere il gruppo

Quanto più è elevato il numero delle organizzazioni coinvolte in **rete** tanto più elevata è la **visibilità** del progetto e la sua efficacia.



Diffusione dei gruppi di cammino nell'ASL TO 4

Il walking leader è una persona:

- con cui parlare amichevolmente e tranquillamente
- che fa in modo da rendere la camminata come un'occasione sociale divertente
- affidabile e puntuale
- attenta al benessere e ai rischi cui le persone vanno incontro
- che mostra competenze basate sull'esperienza su tutta una serie di passeggiate
- che ha un approccio e un modo di accogliere le persone cordiali
- che ha dimestichezza con l'itinerario (e i percorsi alternativi)
- che rendiconta le attività svolte
- che informa il coordinatore del programma se si presentano cambiamenti o problemi