



A.S.L. TO4

Azienda Sanitaria Locale
di Ciriè, Chivasso e Ivrea

Incontro di monitoraggio dei Gruppi di Cammino

Biblioteca Civica Multimediale Archimede Settimo T.se



ASL TO4-Dipartimento di Prevenzione
SSD Promozione della Salute

Lunedì, 24/02/2025



A.S.L. TO4

*Azienda Sanitaria Locale
di Ciriè, Chivasso e Ivrea*

INFORMAZIONI DI SEGRETERIA



A.S.L. TO4
Gruppi di Cammino

INFORMAZIONI PERIODICHE

1. WL ATTIVI NEL GRUPPO
2. N° ISCRITTI E PARTECIPANTI AL GRUPPO DI CAMMINO
3. PUNTO DI INCONTRO
4. GIORNI E ORARIO CAMMINATE

COMUNICARE EVENTUALI VARIAZIONI

**Raccolta informazioni attraverso
il questionario inviato tramite
link**



INFORMATIVA SUL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI DEI WALKING LEADER



Sede legale: Via Po, 11 - 10034 CHIVASSO (TO)
Tel. +39 011 9176966
Sede amministrativa: Via Albeso, 2 - 10076 ARREA (TO)
Tel. +39 0125 4147
www.aslto4.piemonte.it
P.I. Cod. Fisc. 0278180012

INFORMATIVA SUL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI per Walking leader nel progetto "Gruppi di cammino" ai sensi degli artt. 13 del Regolamento (UE) 2016/679 - GDPR

Gentile Sig./Sig.ra, allo scopo di contrastare la sedentarietà e promuovere il benessere della propria comunità, l'ASL TO4 intende promuovere la nascita e il mantenimento di gruppi di cammino. I gruppi sono condotti da volontari (walking leader) appositamente formati e supportati. Il conduttore dei gruppi di cammino è una persona volontaria e formata che ha il compito di realizzare le uscite del gruppo di cammino, svolgendo i seguenti compiti:
- organizzare le uscite
- proporre il percorso
- stimolare le persone della comunità territoriale a partecipare
- pubblicizzare le attività
- interfacciarsi con il Comune e con l'Azienda Sanitaria Locale (ASL TO4)

L'ASL TO4, in qualità di Titolare del trattamento, desidera informarla in relazione al trattamento dei Suoi dati personali, correlato al conseguimento dell'attestato da Walking Leader.

1. Titolare del trattamento

Titolare del trattamento dei Suoi dati personali è l'ASL TO4 con sede in Via Po, 11 - 10034 Chivasso (TO) - Tel. 0119176966 - e-mail: privacy@aslto4.piemonte.it

2. Come contattare il Responsabile della Protezione dei dati

Il Titolare ha nominato un responsabile della protezione dei dati ("Data Protection Officer" o "DPO") contattabile inviando una e-mail all'indirizzo di posta elettronica rdp@aslto4.piemonte.it

3. Tipologia di dati personali trattati e modalità di trattamento

I dati personali sono tutte le informazioni che riguardano, direttamente o indirettamente la Sua persona. In particolare, tratteremo i seguenti dati personali: Cognome, Nome, residenza, dati di contatto (tel, cell, e-mail), partecipazione a gruppi di cammino, profilo professionale. Il trattamento sarà effettuato mediante strumenti cartacei ed informatizzati, nel rispetto dei principi di liceità, correttezza e trasparenza e degli altri principi previsti dalla vigente normativa privacy. Il Titolare raccoglie e tratta i suoi dati tramite operatori che sono stati autorizzati al trattamento dei dati personali.

4. Finalità e basi giuridiche del trattamento

Il trattamento dei dati personali risulta necessario per le seguenti finalità: organizzare e costruire con i Comuni e le Associazioni del territorio facili opportunità di movimento con la diffusione e il mantenimento di gruppi di cammino.

La base giuridica: i dati dell'interessato vengono raccolti allo scopo di eseguire un compito di interesse pubblico in capo al titolare del trattamento (art. 6, par. 1, lett. e), Reg. UE 2016/679, e vengono diffusi soltanto previo consenso dell'interessato (art. 6, par. 1, lettera a), Reg. UE 2016/679

5. Natura del conferimento

Il conferimento dei dati è obbligatorio e il mancato conferimento dei dati comporta l'impossibilità per l'interessato di svolgere il ruolo di Walking Leader all'interno del gruppo di cammino ASL TO4.

6. Durata della conservazione

I dati sono conservati per un periodo di tempo non superiore a quello necessario allo svolgimento del progetto "gruppi di cammino" e al perseguimento delle finalità, di cui al punto 4, della stessa informativa. Successivamente alla conclusione dei progetti, i dati saranno archiviati, in aderenza alla normativa rilevante in materia di conservazione della documentazione amministrativa, fino al termine di prescrizione previsto per legge, con riferimento ai singoli diritti azionabili. Trascorsi tali termini, i dati saranno anonimizzati o cancellati, salvo che non ne sia necessaria la conservazione per altre e diverse finalità, previste per espressa previsione di legge, nonché per esercitare il diritto alla difesa, anche giudiziale, dell'Ente.

7. Comunicazione e diffusione dei dati

Allo scopo di promuovere e dare informazioni alla comunità del territorio in merito all'attività dei gruppi di cammino, informiamo che i seguenti dati da voi forniti "Nome" "Cognome" "email" e "numero telefonico" possono essere pubblicati sui seguenti canali di divulgazione:

- Tabella sedi e orari dei gruppi di cammino pubblicata nel Catalogo ASL TO4

<https://www.aslto4.piemonte.it/catalogoEsp.asp?H=1181>

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

<http://www.referenzionzionline.salute.it/>

8. Diritti dell'interessato

In qualità di soggetto "interessato", Lei potrà esercitare, ove applicabili o tecnicamente possibili, i diritti previsti dagli artt. 15-22 del GDPR. In particolare:

- il diritto di accesso ai Suoi dati personali e a tutte le informazioni relative al trattamento;
- diritto di revoca del consenso prestato (art. 7, par. 3, Reg. UE, 2016/679);
- il diritto di ottenere la rettifica o l'integrazione dei dati personali inesatti e/o incompleti;
- il diritto di ottenere la cancellazione dei dati personali, nel rispetto delle eccezioni previste al paragrafo 3 dell'articolo 17 del GDPR e purché non sussistano obblighi di conservazione del dato previsti dalla legge;
- il diritto di ottenere dal Titolare la limitazione del trattamento;
- il diritto alla portabilità dei dati personali;
- il diritto di opposizione al trattamento dei dati personali.

I diritti sopracitati sono esercitabili contattando il Titolare del trattamento all'indirizzo e-mail privacy@aslto4.piemonte.it (o il Responsabile della Protezione Dati all'indirizzo e-mail rdp@aslto4.piemonte.it), indicando nella richiesta lo specifico diritto che si vuole esercitare ed allegando la copia di un documento di identità in corso di validità, ai fini della corretta identificazione del soggetto richiedente.

9. Reclamo all'Autorità Garante

In quanto soggetto interessato, potrà inoltre presentare reclamo all'Autorità Garante per la Protezione dei Dati Personali (i cui recapiti sono rinvenibili sul sito www.garantprivacy.it) in caso di illecito trattamento o di ritardo nella risposta del Titolare ad una richiesta inerente i Suoi diritti.

DICHIARAZIONE DI CONSENSO AL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI AI SENSI E PER GLI EFFETTI DEL REGOLAMENTO EUROPEO PER LA PROTEZIONE DATI

Io sottoscritto _____

presto atto delle informazioni che il Titolare del trattamento ha fornito e in particolare:

- presa visione della richiamata informativa privacy e comprese in particolar modo le finalità e la base giuridica del trattamento di cui al punto 4;
- informato della possibilità di revocare, in qualsiasi momento, il consenso eventualmente prestato, scrivendo all'indirizzo privacy@aslto4.piemonte.it, senza che ciò pregiudichi la liceità del trattamento basata sul consenso prestato prima della revoca;
- informato che la negazione del consenso non influirà sulla possibilità di partecipare all'iniziativa, tuttavia, non sarà possibile pubblicare sul web il mio nome e i miei dati di contatto;

AUTORIZZO

NON AUTORIZZO

il trattamento del mio nome e dei miei dati di contatto, mediante diffusione sui siti internet dell'iniziativa.

Luogo e data _____

Firma (leggibile e per esteso) dell'interessato _____



INFORMATIVA SUL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI DEI WALKING LEADER

- Informare su come l'ASL TO4 utilizza i dati che voi ci avete fornito per **scopi divulgativi e diffusivi del programma Gruppi di Cammino**

GRUPPI DI CAMMINO NELL'ASL TO4			
DISTRETTO CHIVASSO	PUNTO DI RITROVO	GIORNI E ORARI	INFORMAZIONI E ISCRIZIONI
BRANZIZZO	Piazza Carlo Tanqua (davanti al comune)	Martedì: 10-11; Giovedì: 10-11 (gruppo lento); Venerdì: 10.00 (orario invernale)	Elia 349.5634761, Maria (solo whatsapp) 339.8226942 camminatorandizzo@libero.it, Instagram: camminare_20_21 Facebook: camminare in compagnia - Branzizzo
BROZZOLO E CAVAGNOLLO	Caviglioglio/Santa Fede/Moncalengo	Giovedì: (estate-autunno) 7.30-8.30; (inverno-primavera) 14.30	Fabrizia Pale 348.4356077 Whatsapp: ASL TO4 Gruppo di cammino di Cavagnolo-Brozolo-Bruzolo
	Santa Fedelibrando	Venerdì: 14.30-16.30	Alessandra Lusso 333-4480895 Whatsapp: Gruppo di cammino ASL TO4 Facebook: Ed. di Anzi dei senesi 342.000898
CASALBORZONE	Piazza Galati	Lunedì: invernale 13.45-14.45; estivo 17.30-18.30	Laura Benzi 333.1547994
CASTIGLIONE T.SE	Chiesa Comunale, strada del Cutolengo 5	Lunedì: 9-10 (tel. 348.8712301) Mercoledì: 16.45-17.45 (342.0948904) Giovedì: 15-16 (340.5274984)	Ufficio cultura del comune 011-4619155
CHIVASSO	Piazza C.A. Della Chiesa - Comune	Lunedì: 9 - 10 estivo: 9.30-10.30 Invernale Camminata lenta	340.7202107 www.fondchivasso.it info@fondchivasso.it
	Piazza Carlo Neri	Martedì: invernale 17.00-18.00 invernale 17.30-18.30 estivo	
	Parco del Mausoleo (estivo) Farmacia Moderna (invernale)	Giovedì: invernale 17.00-18.00, estivo 17.30-18.30	
	Piazza C.A. Della Chiesa - Comune	Lunedì: invernale 9.30-10.30, estivo 9.00-10.00	
CHIVASSO M'AM Mamme e bimbi 8-12 mesi	Chiesa dei Cappuccini (Invernale) Chiesa della Stata (estivo)	Venerdì: invernale 9.30-10.30, estivo 9.00-10.00	
	Parco del Mausoleo	Parco Robinson, ore 14-15-16-15 Aprile: 11-08-06 Maggio: 2-9-16 ore 10-00-12-00 Giugno: 24-31, Giugno 7-14-21-28	011.9115702; liscordign@comune.chivasso.it
CRESCENTINO	Parco Toumon	Lunedì: 8.30	Alessandra 333.4460009 Whatsapp: Gruppo di cammino ASL TO4 Crescentino
GASSINO TORRESE	Area mercato	Lunedì: 20-21 Venerdì: estivo 16-19.30, invernale 16-18.30	Comune di Gassino Torinese, tel. 011.9030777, Elena 340.1293022; Guido 335.5683217; Sano 347.1313917

<https://www.aslto4.piemonte.it/catalogo-progetti-promozione-salute/indice/scheda-progetto-gruppi-di-cammino>



https://www.retepromozionesalute.it/bd2_scheda.php?idpr2=3624

NUOVO SITO ASL TO4



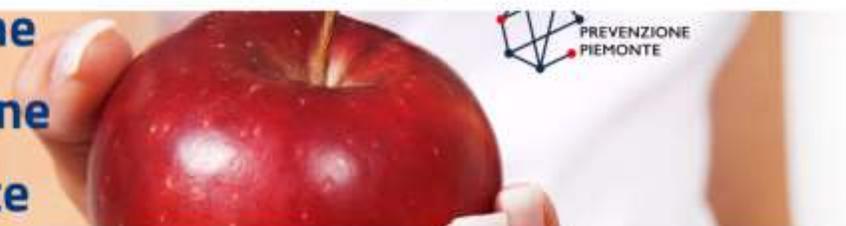
Come fare per

Scopri e approfondisci le procedure offerte online.



TUTTI I COME FARE PER

Prevenzione e promozione della Salute



Dedicato a



[Home](#) / [Catalogo dei progetti di promozione della salute](#)

Catalogo dei progetti di promozione della salute

- [Introduzione](#)
- [Indice](#)
- [Strutture operative aziendali coinvolte nei progetti](#)

Sezione 1: Progetti per le Scuole

- [Sezione 1 - Progetto Laboratorio "Scuole che promuovono la salute" \(destinato alle scuole di ogni ordine e grado\)](#)
- [Sezione 1 - Progetto Gli animali e noi: stare bene insieme \(destinato alle scuole di ogni ordine e grado\)](#)
- [Sezione 1 - Progetto Spuntini e altri spunti \(destinato alle scuole dell'infanzia, primarie e secondarie di I grado.\)](#)
- [Sezione 1 - Progetto Rete senza fili \(destinato alle scuole primarie, classi 4.a e 5.a\)](#)
- [Sezione 1 - Progetto regionale Educare alla bellezza \(destinato alle scuole primarie e secondarie di 1° grado\)](#)
- [Sezione 1 - Progetto Il diario della salute \(destinato alle scuole secondarie di 1° grado, classe 2.a\)](#)
- [Sezione 1 - Progetto regionale CAPS Social & technology \(destinato alle scuole secondarie di 1° grado, classe 2.a\)](#)
- [Sezione 1 - Progetto regionale CAPS Gambling & dreams \(destinato alle scuole secondarie di 1° grado, classi 2.a e 3.a\)](#)
- [Sezione 1 - Progetto regionale Steadycam Il gioco infinito \(destinato alle scuole secondarie di primo grado, classi 2.a e 3.a\)](#)
- [Sezione 1 - Progetto Unplugged \(destinato alle scuole secondarie di 1° grado, classe 3.a\)](#)
- [Sezione 1 - Progetto Muovinsieme+ \(destinato alle scuole dell'infanzia, primarie e secondarie di I° grado\)](#)
- [Sezione 1 - Progetto Laboratori teatrali sulla gestione delle emozioni](#)
- [Sezione 1 - Progetto Il patentino per lo smartphone \(destinato alle scuole secondarie di I grado\)](#)
- [Sezione 1 - Progetto Il consultorio incontra le scuole \(destinato alle scuole secondarie di 1° grado\)](#)
- [Sezione 1 - Progetto Adolescenti e sessualità \(destinato alle scuole secondarie di 2.o grado, classe 2.a\)](#)
- [Sezione 1 - Progetto Attività di prevenzione del Dipartimento Patologia delle Dipendenze nelle scuole \(destinato alle scuole secondarie di 1° e 2° grado\)](#)
- [Sezione 1 - Progetto Futuri lavoratori consapevoli \(destinato alle scuole secondarie di 2.o grado\)](#)
- [Sezione 1 - Progetto Le vaccinazioni, queste \(s\)conosciute, Luci e ombre \(destinato alle scuole di ogni ordine e grado\)](#)
- [Sezione 1 - Progetto sperimentale Musica in oncologia \(destinato all'Istituto Newton di Chivasso\)](#)
- [Sezione 1 - Progetto regionale CAPS Alcol & friends \(destinato alle scuole secondarie di 2° grado, classe 2.a e 3.a\)](#)
- [Sezione 1 - Progetto regionale Steadycam Vincere facile \(destinato alle scuole secondarie di 2° grado, classi 3.a e 4.a\)](#)
- [Sezione 1 - Progetto regionale ASL VCO La Peer & Media Education \(destinato alle scuole secondarie di 2° grado\)](#)

Sezione 2: Progetti di Promozione dell'Attività Fisica

- [Sezione 2 - Progetto Gruppi di cammino \(destinato agli adulti, anziani, famiglie con bambini\)](#)
- [Sezione 2 - Progetto Promozione dell'Attività Fisica Adattata \(destinato agli adulti e alla terza età\)](#)
- [Sezione 2 - Progetto Promozione del Nordic Walking \(destinato agli adulti\)](#)
- [Sezione 2 - Progetto Interventi di prevenzione nei luoghi di aggregazione giovanile \(destinato ai giovani\)](#)
- [Sezione 3 - LA CARTA DI TORONTO Linee Guida](#)

CATALOGO PROGETTI DI PROMOZIONE DELLA SALUTE ASL TO4



Sezione 2: Progetti di Promozione dell'Attività Fisica

- Sezione 2 - Progetto Gruppi di cammino (destinato agli adulti, anziani, famiglie con bambini)
- Sezione 2 - Progetto Promozione dell'Attività Fisica Adattata (destinato agli adulti e alla terza età)
- Sezione 2 - Progetto Promozione del Nordic Walking (destinato agli adulti)
- Sezione 2 - Progetto Interventi di prevenzione nei luoghi di aggregazione giovanile (destinato ai giovani)
- Sezione 3 - LA CARTA DI TORONTO Linee Guida

Altre Iniziative

Promozione attività fisica nel territorio della ASL TO4

PUBBLICAZIONE EVENTI PROMOSSI DAI GRUPPI DI CAMMINO

Home / Promozione attività fisica nei territori della ASLTO4

Promozione attività fisica nei territori della ASLTO4

In questa sezione vengono pubblicate le iniziative di promozione della salute e dell'attività fisica organizzate da enti e associazioni nel territorio dell'ASL TO4

Link:

[6 aprile, Giornata mondiale dell'attività fisica](#)

Risorse a disposizione degli utenti

 [PROCEDURA RICHIESTA LOGHI ASL E DIVULGAZIONE DELL'EVENTO.pdf](#)

 [20 marzo 2025 - Ciriè - UN MIGLIO per la PACE.pdf](#)

 [20 ottobre 2024 Torre Canavese Festa dei Camminatori.pdf](#)

 [20 ottobre 2024 Strambino Una domenica in rosa sport e prevenzione.pdf](#)

 [8 settembre, Lago di Ceresole, Camminata ludico-motoria a passo di Fitwalking.pdf](#)

 [7 settembre 2024 - Ciriè La vetrina dello sport.pdf](#)

 [24 agosto 2024, San Carlo Canavese Passeggiata Parco delle Vaude.pdf](#)

 [13 agosto 2024 Ceresole Reale A piedi tra le nuvole.pdf](#)

 [Locandina codici QR_2.pdf](#)

<https://www.aslto4.piemonte.it/promozione-attivita-fisica-nei-territori-della-aslto4>





A.S.L. TO4
Azienda Sanitaria Locale
di Cirié, Chivasso e Ivrea



**PREVENZIONE
PIEMONTE**



Piano Locale di Prevenzione
PP2 - Comunità attive
PP3 - Gruppo WHP

Nel territorio dell'ASL TO4 sono attivi da anni i **Gruppi di Cammino** e i **Gruppi di Attività Fisica Adattata**: se sei interessato a partecipare, qui sotto trovi tutte le informazioni e gli elenchi di sedi, orari e riferimenti per aderire.



Gruppi di Cammino



Gruppi A.F.A.

Inquadra il QR con la fotocamera del tuo cellulare o usa un'app apposita.

In alternativa, puoi accedere alle informazioni dai seguenti link:

<https://www.aslto4.piemonte.it/catalogo-progetti-promozione-salute/indice/scheda-progetto-gruppi-di-cammino>

(Gruppi di cammino)

<https://www.aslto4.piemonte.it/catalogo-progetti-promozione-salute/indice/scheda-progetto-promozione-dellattivita-fisica-adattata-afa>

(Gruppi Attività Fisica Adattata)

Tutti i progetti di promozione della salute attivi sul territorio e nelle comunità scolastiche sono consultabili sul Catalogo al

link: <https://www.aslto4.piemonte.it/catalogo-progetti-promozione-salute> oppure inquadrando il QR qui a lato:



Scheda progetto Gruppi di cammino



Destinatari: adulti e anziani, famiglie con bambini.

Tema di salute: promozione dell'attività fisica e delle relazioni nella rete comunitaria

Obiettivi: organizzare e costruire con i Comuni e le Associazioni del territorio facili opportunità di movimento con la diffusione e il mantenimento di gruppi di cammino

Sintesi dell'iniziativa: allo scopo di contrastare la sedentarietà e promuovere il benessere della propria comunità, l'ASL TO4 intende promuovere la nascita e il mantenimento di gruppi di cammino.

I gruppi sono condotti da volontari (walking leader) appositamente formati e supportati.

Il programma prevede che le Amministrazioni Comunali condividano l'iniziativa, offrendo la propria adesione formale e collaborando alla sua realizzazione, anche avvalendosi del supporto delle associazioni locali interessate a partecipare.

La partecipazione non ha costi per i cittadini, l'ASL TO 4 si assume la responsabilità della formazione e dell'organizzazione generale.

Ai Comuni è richiesto di favorire le attività dei volontari e dei loro gruppi e di comunicare il programma alla cittadinanza.

Dal 2017 l'ASL TO4 organizza periodicamente corsi di formazione per Walking leader, i quali avviano e conducono gruppi di cammino cui partecipano numerosi cittadini.

Il XIV Corso per Walking Leader si è tenuto a Torre canavese nelle giornate del 9 e del 16 marzo 2024 (v. locandina in allegato).

La prossima edizione è prevista in ottobre 2024 (le informazioni di dettaglio verranno presto pubblicate).

Per partecipare, inviare richiesta corredata da breve curriculum all'indirizzo e-mail sotto indicato.

Riferimenti:

SSD Promozione della Salute, tel. 011.8212305

Segreteria 011.8212358

e-mail: promozionesalute@aslto4.piemonte.it

Link:

[Mappa Gruppi di cammino 2020](#)

[Mappa Gruppi di cammino 2021](#)

[Mappa Gruppi di cammino 2022](#)

[Mappa Gruppi di Cammino 2023](#)

[Mappa Gruppi di Cammino 2024](#)

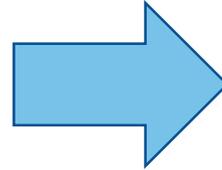
[Scheda progetto Gruppi di Cammino su Pro.SA](#)

Risorse a disposizione degli utenti

 [Locandina codici QR _1.pdf](#)

 [Giornata formativa XV corso il 5 ottobre 2024 e il 12 ottobre 2024.pdf](#)

 [Tabella sedi e orari Gruppi di Cammino 2025.pdf](#)



Gruppi di Cammino



RICHIESTA LOGHI E/O PATROCINIO ASL



A.S.L. TO4

Azienda Sanitaria Locale
di Ciriè, Chivasso e Ivrea

- 1. INVIO RICHIESTA TRAMITE PEC O EMAIL ALMENO 30 GIORNI PRIMA DELL'EVENTO:** specificando quali loghi sono richiesti, il motivo della richiesta, in caso di utilizzo per un evento è richiesto la descrizione e la finalità (l'evento in sé dovrà essere gratuito con eventuale opportunità volontaria di usufruire di servizi)
- 2. UNA VOLTA RICEVUTA RISPOSTA AFFERMATIVA SI POTRA' PROSEGUIRE ALLA DIVULGAZIONE DELL'EVENTO CON L'APPOSIZIONE DEI LOGHI RICHIESTI**
- 3. LA LOCANDINA DELL'EVENTO VERRA' DIFFUSA ALLA COMUNITA' ATTRAVERSO LA PUBBLICAZIONE SULLA SEGUENTE PAGINA «Iniziativa di promozione della salute e dell'attività fisica nel territorio dell' ASL TO4»**
<https://www.aslto4.piemonte.it/promozione-attivita-fisica-nei-territori-della-aslto4>

5. direzione.generale@pec.aslto4.piemonte.it

MODELLO DI SCARICO DI RESPONSABILITÀ

- CONSERVATO DAI
Walking Leader

-Scaricabile negli
allegati della scheda
catalogo dei Gruppi di
Cammino

I

DICHIARAZIONE LIBERATORIA DI RESPONSABILITÀ

II/La sottoscritt _____
nat _____ a _____ il _____
residente a _____
indirizzo _____ tel. _____

ADERISCE

alle attività del gruppo di cammino " NOME GRUPPO (comune)
che prevedono camminate, sollevando i Walking Leader del gruppo di cammino di
da ogni responsabilità.

Consapevole che:

Le attività svolte con il gruppo non comportano alcun problema o rischio per la
maggior parte delle persone. Tuttavia, per molti rappresentano un significativo
aumento del movimento quotidiano.

A tutela della propria salute e per sollevare il conduttore del gruppo da eventuali
responsabilità è necessario rispondere alle domande sotto riportate segnando con
una **X** le risposte:

• avverte qualche tipo di dolore al petto quando fa uno sforzo fisico? SI= NO=
• ha accusato dolore al petto non collegato a sforzo fisico nell'ultimo mese? SI= NO=
• le è capitato, negli ultimi mesi, di perdere l'equilibrio a causa di vertigini? SI= NO=
• in qualche occasione le è capitato di perdere conoscenza? SI= NO=
• il medico di fiducia le ha già consigliato di limitare l'attività fisica in base alle sue
condizioni di salute? SI= NO=
• lei è stato completamente inattivo per un lungo periodo? SI= NO=

se si è risposto SI a una delle domande, si deve contattare il medico di fiducia per
avere un consiglio sulla partecipazione al gruppo.

se si è risposto NO a tutte le domande, si deve comunque iniziare lentamente e
aumentare gradualmente l'attività fisica.

Durante l'attività il/la sottoscritto/a si impegna a:

- tenere un comportamento disciplinato, ispirato al rispetto reciproco e alla buona
educazione;
- collaborare con gli accompagnatori e gli altri componenti del gruppo, al fine di
assicurare la buona riuscita dell'attività e di garantire a tutti la massima sicurezza;
- munirsi di idoneo equipaggiamento;
- seguire l'itinerario prestabilito e non allontanarsi dal gruppo, intraprendendo percorsi
alternativi di propria iniziativa;

• rispettare gli appuntamenti e le gli orari previsti per le varie fasi dell'attività

DICHIARA

1. di essere in condizioni psicofisiche idonee per l'attività e non avere patologie contrastanti
all'attività svolta
2. di essere a conoscenza dei rischi, prevedibili ed imprevedibili, connessi alla pratica
dell'attività, pur non potendosi considerare tale un'attività potenzialmente pericolosa e di averne
parlato con il medico curante se si è risposto sì ad una delle domande
3. di essere a conoscenza che non vi è alcuna copertura assicurativa collettiva contro gli
infortuni

DICHIARA INOLTRE

4. di assumersi sin da ora ogni e qualsiasi responsabilità riguardo la mia persona per danni
personali e/o procurati ad altri (e/o a cose) direttamente o indirettamente a causa di un mio
comportamento;
5. di sollevare il Walking Leader da ogni responsabilità civile e penale per lesioni, per
qualsivoglia danno (anche causato da terzi) in conseguenza di infortuni cagionati a sé o a terzi e
malori, dovessero derivare alla mia persona in occasione ed a causa dell'attività di gruppo svolta;
6. di avere attentamente letto e valutato il contenuto del presente documento e di avere
compreso chiaramente il significato di ogni singolo punto prima di sottoscrivere.

Luogo e data _____ Firma _____

Risorse a disposizione degli utenti

 [Locandina codici QR_1.pdf](#)

 [Giornata formativa XV corso il 5 ottobre 2024 e il 12 ottobre 2024.pdf](#)

 [Tabella sedi e orari Gruppi di Cammino 2025.pdf](#)

 [scarico di responsabilità Gruppi di Cammino.pdf](#)

<https://www.aslto4.piemonte.it/catalogo-progetti-promozione-salute/indice/scheda-progetto-gruppi-di-cammino>

**PROPOSTE COMITATO
UISP TERRITORIALE
CIRIÈ SETTIMO
CHIVASSO**



PROPOSTE UISP PER WALKING LEADER E PARTECIPANTI AI GRUPPI DI CAMMINO

- **VALIDE PER IL TERRITORIO PRESIDATO
DAL COMITATO TERRITORIALE UISP CIRIE'
SETTIMO CHIVASSO**

PROPOSTA ASSICURATIVA

PER AVERE LA COPERTURA ASSICURATIVA INFORTUNI E RCT

1. RICHIEDERE LA TESSERA ASSOCIATIVA UISP, COSTO € 7,50
VALIDITA' 365 GIORNI CON SCADENZA 31 DICEMBRE
2. PRESENTARE IL CERTIFICATO MEDICO DI IDONEITA' ALLA PRATICA
SPORTIVA NON AGONISTICA RILASCIATO
 - DAI MEDICI DI MEDICINA GENERALE
 - NEI CENTRI DI MEDICINA SPORTIVA CONVENZIONATI UISP (32-35€)

PROPOSTA FORMATIVA PER I WALKING LEADER

CORSO UNITA' DIDATTICHE DI BASE

12 ORE ONLINE ON DEMAND, costo 20€ parzialmente coperto
da UISP

CORSO DI FORMAZIONE OPERATORE SPORTIVO DI ATLETICA
LEGGERA – METODICA CAMMINO

PROPOSTA FORMATIVA PER I WALKING LEADER

CORSO DI FORMAZIONE OPERATORE SPORTIVO DI ATLETICA LEGGERA – METODICA CAMMINO

- RICONOSCIUTO DAL CONI A LIVELLO NAZIONALE
- PREREQUISITI
 - Diploma di Scuola Media Superiore oppure
 - Laurea in Scienze Motorie, Laurea in materie afferenti alla Sanità oppure
 - 5 anni di esperienza con istruttori qualificati nella pratica del cammino e/o nordic walking e/o fitwalking.
- IMPEGNO: 23 ore in videoconferenza e 10 ore in presenza
- COSTO: 70€ parzialmente coperto da UISP

COMUNI CON GRUPPI DI CAMMINO SOTTO LA COMPETENZA DEL COMITATO UISP CIRIÈ'- SETTIMO-CHIVASSO

DISTRETTO	COMUNI
CHIVASSO	Brandizzo, Brozolo, Brusasco, Casalborgone, Castiglione T.se, Cavagnolo, Chivasso, Crescentino, Gassino T.se, Montanaro, San Raffaele Cimena, Verrua Savoia
CIRIÈ	Balangero, Barbania, Cafasse, Caselle, Ciriè, Fiano, Grosso, Lanzo T.se, Mathi, Nole, San Carlo C.se, San Maurizio C.se, Villanova C.se
SETTIMO TORINESE	Leinì, San Benigno, Settimo T.se, Volpiano

MAPPATURA 2024



TARGET GRUPPI DI CAMMINO ASL TO4	N° GRUPPI
COMUNITÀ	64
FATTORI DI RISCHIO/PATOLOGIE	4
GESTANTI E FAMIGLIE	4
DIPARTIMENTO DELLE DIPENDENZE	5
M'AMI, mamme con bambini 0-12 mesi (Chivasso)	1
GRUPPI DI CAMMINO WHP (Gruppi di Cammino per dipendenti ASL TO4)	10

COMUNI COINVOLTI ASL TO4	GRUPPI	ISCRITTI	CAMMINATE AL MESE
58	88	+4000	+ 100

CRITICITÀ

Riuscire a mantenere alto interesse e partecipazione

Nelle giornate in cui il gruppo è più numeroso, serve maggiore attenzione alle possibili difficoltà dei partecipanti

Differente preparazione fisica dei camminatori

Bisognerebbe dare una maggiore visibilità all'attività

Far rispettare alcune regole come camminare sul marciapiede

CRITICITÀ

Coinvolgere le persone che avrebbero più bisogno di camminare

Dopo 5 anni di gestione, ci sono periodi soprattutto invernali di bassa frequenza

Non avere risorse economiche per la gestione del gruppo (Locandine e altre forme pubblicitarie, materiale per il Primo soccorso)

Mancanza d'acqua nella maggior parte dei percorsi e la non disponibilità di servizi igienici vicino al punto di ritrovo

Assenza di copertura assicurativa sui partecipanti o valutazione stato di salute del medico

CRITICITÀ

Gestire un nutrito gruppo con persone che vogliono camminare a passo un po' più sostenuto e persone con difficoltà a mantenere il ritmo. Purtroppo sia le une che le altre tendono a non venire per timore di non sentirsi adeguate

Orari di lavoro non compatibili con le camminate

Percorsi non completamente agibili, poche piste pedonali adatte in aree verdi

Il tempo non soleggiato scoraggia le persone

Assenza di numerosi Walking Leader formati nel tempo, mancanza di Walking Leader/carenza di volontari

STRATEGIE

Mantenere alto l'interesse: **Proporre percorsi alternativi e attività per rendere più interessante la camminata**

Differente preparazione fisica dei camminatori: **creare percorsi diversi in base ai partecipanti alla camminata**

Dare una maggiore visibilità all'attività: **mettere delle locandine e attivare un gruppo sui social**

Far rispettare alcune regole come camminare sul marciapiede: **informare costantemente i camminatori sull'importanza della sicurezza**

Coinvolgere le persone che avrebbero più bisogno di camminare: **rendere partecipi i medici di base nel promuovere il camminare come buona pratica**

STRATEGIE

Mancanza di tutela in caso di infortuni per WL e Camminatori: **proposta UISP**

Conciliare le diverse esigenze dei partecipanti e la mancanza d'acqua nella maggior parte dei percorsi, la non disponibilità di servizi igienici vicino al punto di ritrovo: **umentare il numero dei WL**

Orari di lavoro non compatibili con le camminate: **organizzare le uscite il sabato e le domeniche**

Percorsi non completamente agibili, poche piste pedonali adatte in aree verdi: **maggiore collaborazione tra Walking Leader, maggiore interfaccia con organizzatori ASL e responsabili comunali**

Carenza di volontari: **corsi di formazione per Walking Leader**

OPPORTUNITÀ



**Ampliamento relazioni e
condivisione obiettivi**

**Occasione di scambio di
informazioni e di storie
di vita**

**Possibilità di relazionarsi
con partecipanti di paesi
limitrofi, socializzare**

**Favorire socialità tra
bambini e famiglie**

**Opportunità di conoscere
nuove persone consentendo di
socializzare anche in altri
momenti al di fuori delle
camminate**

**Camminare = salute, farlo in
compagnia ed in allegria libera
la psiche e rafforza i rapporti
interpersonali, crea amicizia**

**SOCIALIZZAZIONE
E CONTRASTO
ALL'ISOLAMENTO**

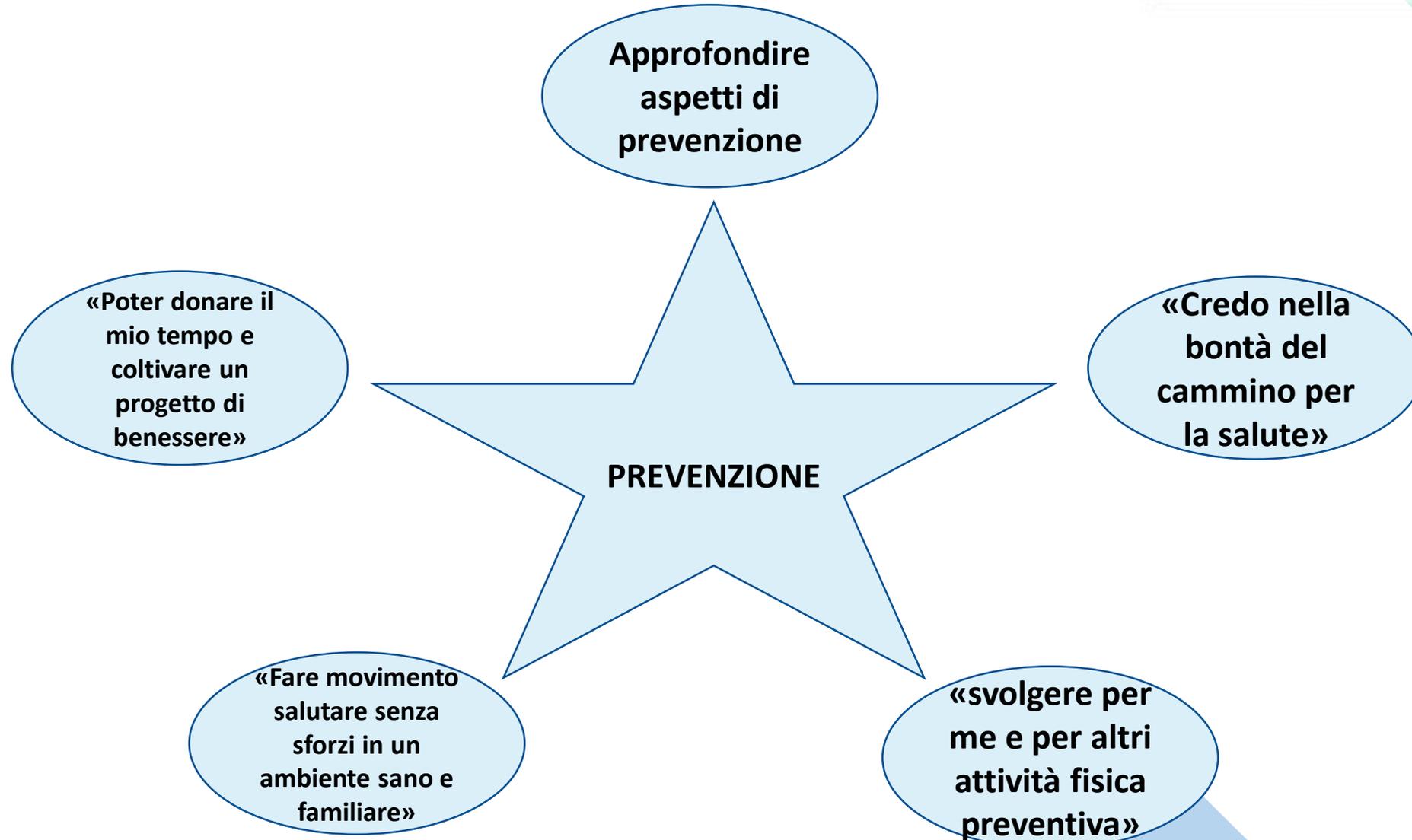
**Confrontarsi sui piccoli
problemi che ognuno può
attraversare in un
momento particolare della
propria vita**

**Dedicarsi ad aiutare persone a
non isolarsi e stare in
compagnia, gestire un gruppo;
è una grande soddisfazione
vedere la gente contenta dopo
una camminata in compagnia**

**Per i WL il gruppo ha dato la
possibilità di conoscere
molte persone, di diventare
più elastici mentalmente e
rendersi conto dell'unicità di
ogni persona**

**Conoscere nuove realtà
e essere d'aiuto a
stimolare a fare uscire di
casa le persone che da
sole non lo farebbero**

OPPORTUNITÀ



OPPORTUNITÀ

**Stare in gruppo,
camminare in luoghi
silenziosi nella natura,
conoscere la storia del
paese**

**Conoscere meglio il
territorio**

**CONOSCENZA
DEL
TERRITORIO**

**Conoscenza di nuovi
percorsi e interessanti
momenti di aggregazione.**

**Oltre ai consueti percorsi
nel circondario abbiamo
potuto esplorare nuovi
itinerari in paesi limitrofi,
nuove camminate accolte
con entusiasmo dai
partecipanti**

OPPORTUNITÀ

2^a edizione
Camminata della PACE
A PASSO LENTO TRA CIRIE' E LANZO
2024

... la condivisione e la promozione di un principio attraverso la natura, i cittadini e il territorio ...

21 aprile 2024

PROGRAMMA EVENTO

Dalle ore 7.45 ritrovo CIRIE' - Viale Martiri della Libertà

Ore 8.30 partenza Camminata della Pace

Dalle ore 8.45 ritrovo NOLE - piazza V. Emanuele II

Dalle ore 9.15 ritrovo VILLANOVA - via della Pace

Dalle ore 10.00 ritrovo MATHI - piazza Caporossi

Dalle ore 10.30 ritrovo BALANGERO - piazza Dieci Martiri

ARRIVO a LANZO previsto ore 13.00

Polentata finale dalle ore 13.30

LA PARTECIPAZIONE E' GRATUITA
Per ragioni organizzative è necessario registrarsi.
Inquadra il QR code e unisciti ai camminatori!

CREAZIONE EVENTI DI SISTEMA

A.S.L. TO4
Gruppi di Cammino

COMUNE DI TORRE CANAVESE
E A.S.L. TO4

FESTA ANNUALE DEI CAMMINATORI
DOMENICA 20 OTTOBRE 2024

CAMMINIAMO INSIEME
MANIFESTAZIONE GRATUITA APERTA A TUTTI

Maggiori informazioni su...

ALLA SCOPERTA DELLE BELLEZZE NATURALISTICHE TORRESI
RITROVO in Piazza OLIVETTI almeno 30 minuti prima della partenza

Ore 9:30 PARTENZA percorso **ROSSO** "Boschi, massi erratici e cascate" - Km 9 circa

Ore 10:00 PARTENZA percorso **BLU** "Natura e Simboli di fede" - Km 6 circa

Ore 10:30 PARTENZA percorso **VERDE** "Nei dintorni di Torre" - Km 4 circa

Ore 10:45 PARTENZA percorso **GIALLO** "Giochi e leggende" - Km 1,5 circa
(adatto ai bambini è prevista una sosta con animazione)

Si consigliano calzature ed abbigliamento adatto alla pratica escursionistica

Ore 12:30 PAUSA PRANZO

- **POLENTA E SALSICCIA** gestita dalla PROLOCO di TORRE CANAVESE che propone un menù adulti a € 14,00 ed un menù bimbi fino a 10 anni a € 6,00 presso il Salone PLURIUSO in Via Ruetta (prenotazione obbligatoria VERA 3398590627)
- MENU del CAMMINATORE CONVENZIONATO presso:
LOCANDA LA GUIENDA in Via S. Grato 15 (prenotazione obbligatoria 0124871059)
ESEDRA HARIHAMA in Via Baldissero 7 (prenotazione obbligatoria 3381975016)
- PUNTI DI SOSTA per pranzo al sacco

Ore 15:00 Passeggiata "Alla scoperta del borgo di Torre" tra curiosità e golosità, rallegrata dalla Fanfara della Banda Musicale

Ore 15:30 Lezione di Power Yoga a cura di Lab 237 presso il parco del Castello di Torre

Con la partecipazione della Scuola Primaria e la lettura personalizzata presso Esedra

L'Amministrazione Comunale declina ogni responsabilità per danni a persone e cose

COMUNI IN CUI È PRIORITARIO APRIRE UN GRUPPO DI CAMMINO

LOCANA

PONT-CANAVESE

BORGARO T.SE

MEZZENILE/PESSINETTO

ROBASSOMERO



MAPPA GRUPPI DI CAMMINO E GRUPPI AFA

<https://www.google.com/maps/d/u/2/edit?mid=1uK76dmExHBwgiy6rVb54locSSrM9ljk&usp=sharing>

**VOGLIAMO PREDISPORRE UN'
INDAGINE PER CONOSCERE
MEGLIO CHI FREQUENTA I
GRUPPI DI CAMMINO, QUALI
SONO LE FASCE MENO
RAPPRESENTATE**



CI AIUTATE A DIFFONDERE IL QUESTIONARIO SUI VOSTRI
GRUPPI WHATSAPP?

CONTATTI



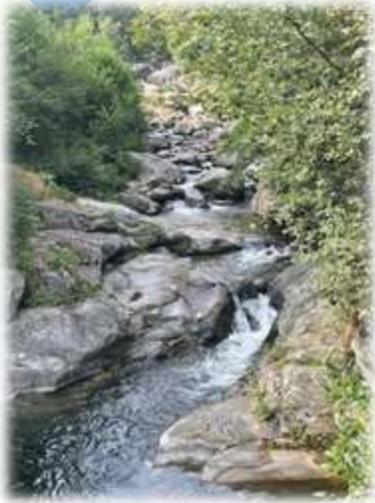
INDIRIZZI E-MAIL:

promozionesalute@aslto4.piemonte.it

achianura@aslto4.piemonte.it

ASSISTENTE SANITARIA

Adriana Chianura:011.8212305



GRAZIE PER LA
COLLABORAZIONE

