

LA GOVERNANCE DEI GRUPPI DI CAMMINO IN PROVINCIA DI BERGAMO

Rocca Giuliana (a), Brambilla Paolo (a), Maffioletti Alessandra (a), Fontana Lucia (a), Barbaglio Giorgio (b)

(a) Servizio Medicina Preventiva di Comunità, ASL, Bergamo

(b) Direzione Sanitaria, ASL, Bergamo

Introduzione. Dal 2010 promuoviamo l'attività fisica nella popolazione attraverso i gruppi di cammino. Il progetto richiede interventi di manutenzione e innovativi per garantire sostenibilità e longevità.

Obiettivi. Mantenere nel tempo gruppi di cammino attivi, creando una rete di scambio e condivisione tra camminatori e istituzioni del territorio.

Materiali e metodi. La rete dei gruppi si mantiene attraverso strumenti mediatici: un giornalino quadrimestrale, diffuso ai camminatori e costruito insieme, che oltre alle informazioni sanitarie, contiene racconti, immagini, proposte, critiche, suggerimenti dai gruppi. Il poster per le sale d'attesa dei Medici di famiglia e per i Comuni, con il numero verde ASL per avere informazioni; il volantino da distribuire in occasione di manifestazioni locali (fiere, feste); l'opuscolo in distribuzione presso i centri antidiabetici elaborato con i diabetologi; il video trasmesso nelle sedi ASL distrettuali. Determinanti per la vitalità del progetto sono gli incontri con i conduttori organizzati tre volte all'anno in sette aree provinciali; gli incontri degli specialisti con i camminatori (cardiologo, fisiatra, diabetologo, neurologo, nutrizionista); i raduni provinciali organizzati da Comuni ed Associazioni; la partecipazione ad eventi rilevanti (Bergamoscienza, tavolo mobilità sostenibile, convegni); la formazione dei *walking leader*.

Risultati. Dei 134 (su 244) Comuni attivati, sei hanno mostrato discontinuità nel mantenere vivo il progetto; gli altri si sono mantenuti vitali, con l'aggiunta di gruppi di cammino in contesti insoliti come un Centro commerciale, un'Azienda ospedaliera, Confindustria e una comunità di pazienti psichiatrici.

Conclusioni. La *governance* dei gruppi di cammino è più impegnativa dell'avvio del progetto, richiede energie, entusiasmo, duttilità, capacità di superare le difficoltà offrendo a tutti la possibilità di essere protagonisti del cambiamento di stile di vita a favore del benessere e dell'invecchiamento attivo.

III Manifestazione nazionale
del programma Guadagnare Salute ATTI

Costruire insieme la salute.

**Programmi ed interventi di promozione della salute
tra intersettorialità, sostenibilità ed efficacia**

Orvieto, 22-23 ottobre 2014