

**PROGETTO: “Camminare sui sentieri del benessere”**

[http://www.retepromozionesalute.it/bd2\\_scheda.php?idpr2=3317](http://www.retepromozionesalute.it/bd2_scheda.php?idpr2=3317)

**RESPONSABILE DEL PROGETTO: MAURIZIO GOTTIN**

[mgottin@aslto4.piemonte.it](mailto:mgottin@aslto4.piemonte.it) Tel: 011 9817221

Sintesi punteggi Buone Pratiche	Tot.
1. Gruppo di lavoro	6/6
2. Equità	4/4
3. Empowerment	5/5
4. Partecipazione	7/7
5. Setting	5/5
6. Modelli teorici	7/7
7. Prove di efficacia	6/6
8. Analisi di contesto	4/5
9. Analisi dei determinanti	5/6
10. Risorse, tempi e vincoli	5/6
11. Collaborazioni e alleanze	6/6
12. Obiettivi	6/7
13. Descrizione attività/intervento	4/4
14. Valutazione di processo	5/5
15. Valutazione impatto/risultato	6/8
16. Sostenibilità	5/5
17. Comunicazione	5/5
18. Documentazione	7/8
<b>Punteggio ottenuto</b>	<b>98/105</b>
Punteggio totale: 98/105 = 0,93	
<b>Questo progetto è una Buona Pratica</b>	

**Legenda**

**Punteggio totale:** Punteggio ottenuto / Massimo punteggio ottenibile (105).

Il risultato sarà un numero compreso tra 0 e 1.

Sulla base del punteggio totale ottenuto, un progetto è considerato:

**Buona Pratica:** punteggio compreso tra 0,8 e 1

**Pratica discreta:** punteggio compreso tra 0,6 e 0,8

**Pratica sufficiente:** punteggio compreso tra 0,4 e 0,6

**Pratica insufficiente:** punteggio è < 0,4



## COMMENTO DEL LETTORE:

L'obiettivo del presente progetto è di dare la possibilità a persone di ogni età, con particolare riguardo ai più sedentari ed ai portatori di patologie esercizio sensibili, di incrementare la propria attività fisica attraverso la pratica del nordic walking.

Uno dei punti forti di questo progetto è quello di essere inserito in una strategia Aziendale di ampio respiro: nell'ASL TO4 è stato costituito e deliberato un apposito gruppo di lavoro multidisciplinare (Stili di vita; sottogruppo Alimentazione e attività fisica) che analizza ed affronta il tema dell'attività fisica in maniera multidisciplinare e integrata (vi fanno parte medico dello sport, referente per la promozione della salute, epidemiologa, fisiatra, logopedista, nutrizionista ed altri operatori). Questo gruppo ha attivato varie iniziative oltre a questa, con finanziamenti di specifici progetti e/o con risorse proprie, coinvolgendo attori esterni (come i Comuni, la UISP) Associazioni e Società sportive del territorio e la comunità stessa .

Ben descritto e articolato il progetto permette di utilizzare i materiali disponibili e di fare riflessioni circa le condizioni per la realizzazione, mette in luce il lavoro di costruzione delle alleanze sul territorio ed evidenzia gli elementi utili per la valutazione di processo, di impatto e di sostenibilità.

**COSA È INDISPENSABILE LEGGERE:** documento progettuale

## COMMENTO DELL'AUTORE:

**“Cosa ho imparato nel realizzare questo intervento?”**

**“Ci sono ancora sul territorio attività riconducibili a questo progetto? Quali?”**

*Nel realizzare l'intervento abbiamo riscontrato, cosa non nuova ma che si riconferma sempre nelle nostre esperienze, è che è davvero difficile accontentare tutti. Intendo dire che, nonostante i molti contatti preliminari, è complicato corrispondere alle aspettative (non sempre pertinenti) dei destinatari e bisogna essere disposti a continui "adattamenti" in corso d'opera.*

*Conducendo un progetto è proprio il caso di dire, nel nostro caso, che bisogna seguirlo "passo dopo passo". Altra cosa che mi sembra importante è l'appoggio della Direzione Integrata Prevenzione e della stessa Direzione Generale, grazie alle quali il progetto è stato inserito nel catalogo delle offerte di promozione salute pubblicato sul sito dell'ASL.*

*Il campus prosegue tuttora, oltre la scadenza temporale del progetto, con un numero più ridotto di partecipanti disponibili a sostenerne il limitato costo. Sono inoltre scaturite nuove opportunità: il campus del cammino è in corso di replicazione in altri 2 Comuni dell'ASL, inoltre la Direzione ha ritenuto di offrire ai dipendenti corsi di nordic walking a prezzo agevolato. Un'altra sinergia è quella con [i corsi AFA \(Attività Fisica Adattata\)](#) della nostra azienda , ai cui partecipanti è stata offerta l'opportunità di frequentare anche i corsi di nordic walking.*

*Ulteriori iniziative, come il maggior coinvolgimento di gruppi specifici di pazienti portatori di patologie croniche, sono allo studio.*

---

**Centro Regionale di Documentazione per la Promozione della Salute**

Via Sabaudia 164-10095 Grugliasco (TO)-tel.011/40188502-fax 011/40188501-info@dors.it-  
www.dors.it