

PROGETTO

PALESTRE A CIELO APERTO PER TUTTI

Regione Emilia Romagna AUSL Ferrara

Progetto avviato nell'anno 2012 - Ultimo anno di attività : 2013

Abstract

Obiettivo generale

incrementare la pratica motoria della popolazione inattiva e sedentaria, promuovendo nell'ambito di uno stile di vita sano, protettivo del benessere psicofisico, l'avvicinamento all'attività fisica anche attraverso eventi ricreativi e socializzanti

Analisi di contesto

Il Report Regionale del 2010 sull'attività fisico/sportiva svolta nel tempo libero ha evidenziato che, pur rimanendo alta la quota di persone completamente sedentaria (35,6% che dichiara come cause di inattività la mancanza di tempo e la pigrizia), è in significativo aumento la percentuale di coloro che si dedica allo sport o alla pratica motoria in modo non organizzato (59%). Le motivazioni principali della popolazione che condivide la necessità e la bontà di una pratica regolare ma senza l'adesione a qualsivoglia società o ente sportivi, sono la cura di sé soprattutto tra i 14 e i 34 anni e motivi di salute per chi ha tra i 45 e i 54 anni.

In questa fetta di popolazione che si autogestisce nello sport, il 29,2% rientra nel profilo dei "salutisti" ovvero di coloro che hanno acquisito i benefici che conseguono da uno stile di vita attivo.

Il Sistema di Sorveglianza PASSI rileva che nella provincia di Ferrara il 24% dei ferraresi è sedentario mentre il 40% pratica una qualche forma di attività fisica, pur rimanendo sottodimensionato rispetto al livello raccomandato.

La percezione soggettiva, elemento chiave per le proprie decisioni sullo stile di vita, spesso non corrisponde al livello di attività fisica riferita: quasi metà delle persone parzialmente attive e il 20% delle persone sedentarie ritengono sufficiente il proprio livello di attività fisica.

La scarsa attività fisica degli adulti condiziona anche i comportamenti dei più giovani. Il sistema di sorveglianza Okkio alla salute svolge periodiche raccolte di dati in campioni di alunni e studenti. I dati regionali raccolti nel 2010 mostrano come dal 47% dei maschi al 59% delle femmine siano impegnati in un'ora di attività fisica per 3 giorni la settimana e solo dal 13% al 19% siano impegnati almeno 5 giorni la settimana.

Pertanto, l'attività motoria praticata dalla popolazione, trasversalmente alle diverse fasce di età, è ancora insufficiente e sono possibili ampi margini di miglioramento.

Metodi e strumenti

Su tutta la popolazione:

- diffusione di materiale informativo con finalità preventive e di promozione della salute
- articoli sulla stampa locale sui benefici della pratica motoria
- organizzazione di iniziative che possano coinvolgere anche i non praticanti sportivi

Sui giovani:

- coinvolgimento dei docenti referenti di educazione alla salute nel progetto
- formazione sugli obiettivi del progetto degli operatori di Punto di Vista nelle scuole (una sorta di sportello pedagogico nelle scuole)
- possibili interventi/microprogetti nei gruppi classe

Su altri gruppi di popolazione:

- sensibilizzazione alla pratica motoria nei centri anziani
- supporto all'organizzazione di camminate sportive nel circuito delle mura ferraresi per fasce di popolazione

Valutazione prevista/effettuata

Gli elementi sottoposti all'analisi valutativa di processo riguardano:

 ADEGUATEZZA DELLE RISORSE: misurare i costi effettivamente sostenuti (risorse umane e finanziarie) e di tempo lavoro rispetto alle reazioni dei destinatari rilevate

 ADEGUATEZZA DELL'ORGANIZZAZIONE: verificare in itinere la funzionalità dei gruppi di di progetto e coordinamento tecnico e operativo attivati

 ADEGUATEZZA DEI METODI: valutare strategie, metodologie e tecniche di contatto e reale coinvolgimento dei destinatari

 COERENZA METODI E OBIETTIVI: monitorare la connessione logica degli strumenti utilizzati con gli obiettivi raggiunti.

Per quanto riguarda, invece la valutazione di risultato, nelle quattro macroaree di interesse, gli aspetti considerati sono:

 REAZIONI DEI DESTINATARI: evincere dalla ricerca valutativa quantitativa

(somministrazione di questionari o interviste) i feedback, da parte dei target, in merito al gradimento e all'accettazione dei percorsi

 EFFICACIA: ricavare informazioni in merito al raggiungimento presunto degli obiettivi previsti e quindi nelle dimensioni dell'utilità e dell'appropriatezza

 EFFICIENZA: comparare i risultati ottenuti con i costi economici e umani sostenuti

 IMPATTO: valutare gli esiti positivi e negativi non previsti ai fini della ricalibratura e della verifica delle ricadute a livello di comunità locale.

Tema di salute prevalente : Sovrappeso e obesità

Temi secondari :

Setting : Ambiente scolastico
Comunità

Destinatari finali : Minori
Giovani
Adulti
Anziani
Sovracomunali (distretti, asl, consorzi socio-assistenziali, province, ecc.)

Mandati : Piani locali / Aziendali di prevenzione e promozione della salute

Finanziamenti : Attività corrente istituzionale
Altro

Responsabili e gruppo di lavoro

CRISTOFORI MARCO, AUSL FERRARA, DIP. SANITÀ€ PUBBLICA (responsabile)

CELLINI MARCELLO, AUSL FERRARA, DIP. SANITÀ€ PUBBLICA

CUCCHI ALESSANDRO, AUSL FERRARA, DIP. SANITÀ€ PUBBLICA,
e-mail : A.CUCCHI@AUSL.FE.IT

DE TOGNI ALDO, AUSL FERRARA, DIP. SANITÀ€ PUBBLICA

FOGLI ROBERTA, COOPERATIVA GIROGIROTONDO

FORLANI MASSIMO, AUSL FERRARA, M.O PROGRAMMAZIONE AREA DISABILI

MOLINARI FAUSTO, COMUNE DI FERRARA

TASSINARI SABINA, OSSERVATORIO GIOVANI COMUNE DI FERRARA

TINARELLI ALBERTO, AUSL FERRARA, DIREZIONE DISTRETTO CENTRO NORD

Enti promotori e/o partner

Categoria ente : Amministrazione Locale

Comune di Ferrara

Come promotore; In fase progettuale; In fase di realizzazione; In fase di valutazione;

Categoria ente : Associazione

CONI-Comitato provinciale di Ferrara

FIDAL Ferrara

CIP Comitato Regionale Emilia Romagna

Istituzione dei servizi educativi scolastici e per le famiglie del Comune di Ferrara

Informagiovani del Comune di Ferrara

ASP Delta Ferrarese

Fondazione Zanandr

Categoria ente : Azienda privata

AUSL Ferrara

Come promotore; In fase progettuale; In fase di realizzazione; In fase di valutazione;

Categoria ente : Cooperativa

Cooperativa Girogirotondo

Cooperative Sociali: CIDAS, Serena, Sollievo, La Pieve, Integrazione Lavoro

In fase progettuale; In fase di realizzazione;

Categoria ente : Scuola

Ufficio Scolastico Territoriale

Documentazione del progetto

1. Documento non definito

OBIETTIVI

Incrementare la pratica motoria della popolazione inattiva e sedentaria, promuovendola nell'ambito di uno stile di vita sano

Trasformare le Mura nella "Palestra a cielo aperto" ha il valore di un evento che crea un contenitore nel quale è possibile inserire molte e diverse attività a sostegno dell'obiettivo di fare muovere le persone e al tempo stesso rappresenta per gli abitanti della città la valorizzazione di un luogo nel quale si identificano, riconoscendolo come proprio.

Un ulteriore aspetto che va considerato è la prossimità delle Mura con diversi spazi che hanno a che fare con l'attività sportiva e con luoghi che possono rappresentare punti interessanti per svolgere iniziative di diverso tipo. Difatti, si affacciano sul percorso, la piscina comunale, il campo scuola di atletica, il servizio di Medicina dello Sport dell'Azienda USL, diversi luoghi di ritrovo all'aperto, mentre sul percorso pedonale, con il Castello Estense sullo sfondo, vi è una costruzione detta Casa del Boia, già utilizzata per mostre di giovani artisti.

Le Mura, quindi, con questo progetto, si candidano a diventare il più grande e antico impianto sportivo con servizi dedicati alla promozione dell'attività fisica e del benessere per tutti i cittadini che svolgono attività motorie autogestite, con l'obiettivo di incentivare i sedentari a dedicarvi una parte del loro tempo.

Prevenire il drop out sportivo in fase adolescenziale

Trasformare le Mura nella "Palestra a cielo aperto" ha il valore di un evento che crea un contenitore nel quale è possibile inserire molte e diverse attività a sostegno dell'obiettivo di fare muovere le persone e al tempo stesso rappresenta per gli abitanti della città la valorizzazione di un luogo nel quale si identificano, riconoscendolo come proprio.

Un ulteriore aspetto che va considerato è la prossimità delle Mura con diversi spazi che hanno a che fare con l'attività sportiva e con luoghi che possono rappresentare punti interessanti per svolgere iniziative di diverso tipo. Difatti, si affacciano sul percorso, la piscina comunale, il campo scuola di atletica, il servizio di Medicina dello Sport dell'Azienda USL, diversi luoghi di ritrovo all'aperto, mentre sul percorso pedonale, con il Castello Estense sullo sfondo, vi è una costruzione detta Casa del Boia, già utilizzata per mostre di giovani artisti.

Le Mura, quindi, con questo progetto, si candidano a diventare il più grande e antico impianto sportivo con servizi dedicati alla promozione dell'attività fisica e del benessere per tutti i cittadini che svolgono attività motorie autogestite, con l'obiettivo di incentivare i sedentari a dedicarvi una parte del loro tempo. Nelle scuole che aderiscono al progetto ma anche nei luoghi di aggregazione dei giovani (ma tali proposte possono essere estese anche alle altre fasce di popolazione) si può aumentare la consapevolezza dell'importanza dell'attività fisica con:

- pannelli informativi su tipo, quantità, benefici dell'attività fisica
- banchetto informativo in occasione di eventi
- formare gli educatori nelle scuole nell'ambito del Progetto Punto di Vista (coordinato da Promeco) con elementi di prevenzione e promozione di stili di vita sani
- organizzazione di gruppi di cammino
- tabelle esplicative su percorsi prestabiliti
- percorsi casa-scuola
- incentivare l'uso di bicicletta, scale, mezzi pubblici
- promuovere l'adozione di un cane (in collaborazione con il Servizio Veterinario)

Per acquisire uno stile di vita più salutare, l'attività motoria è importantissima ma non può prescindere da un approccio sistemico al benessere individuale che prevede anche interventi di prevenzione agli studenti e ai giovani in genere su: fumo (in collaborazione con ALIR), donazione di sangue (in collaborazione con AVIS), rischio cardiovascolare, alcol, alimentazione (in collaborazione con SIAN).

Avvicinare alla pratica fisica la popolazione provinciale (in particolare nel Distretto Sud Est che registra più alte percentuali di sedentarietà)

Trasformare le Mura nella "Palestra a cielo aperto" ha il valore di un evento che crea un contenitore nel quale è possibile inserire molte e diverse attività a sostegno dell'obiettivo di fare muovere le persone e al tempo stesso rappresenta per gli abitanti della città la valorizzazione di un luogo nel quale si identificano, riconoscendolo come proprio.

Un ulteriore aspetto che va considerato è la prossimità delle Mura con diversi spazi che hanno a che fare con l'attività sportiva e con luoghi che possono rappresentare punti interessanti per svolgere iniziative di diverso tipo. Difatti, si affacciano sul percorso, la piscina comunale, il campo scuola di atletica, il servizio di Medicina dello Sport dell'Azienda USL, diversi luoghi di ritrovo all'aperto, mentre sul percorso pedonale, con il Castello Estense sullo sfondo, vi è una costruzione detta Casa del Boia, già utilizzata per mostre di giovani artisti.

Le Mura, quindi, con questo progetto, si candidano a diventare il più grande e antico impianto sportivo con servizi dedicati alla promozione dell'attività fisica e del benessere per tutti i cittadini che svolgono attività motorie autogestite, con l'obiettivo di incentivare i sedentari a dedicarvi una parte del loro tempo. Nelle scuole che aderiscono al progetto ma anche nei luoghi di aggregazione dei giovani (ma tali proposte possono essere estese anche alle altre fasce di popolazione) si può aumentare la consapevolezza dell'importanza dell'attività fisica con:

- pannelli informativi su tipo, quantità, benefici dell'attività fisica
- banchetto informativo in occasione di eventi
- formare gli educatori nelle scuole nell'ambito del Progetto Punto di Vista (coordinato da Promeco) con elementi di prevenzione e promozione di stili di vita sani
- organizzazione di gruppi di cammino
- tabelle esplicative su percorsi prestabiliti
- percorsi casa-scuola
- incentivare l'uso di bicicletta, scale, mezzi pubblici
- promuovere l'adozione di un cane (in collaborazione con il Servizio Veterinario)

Per acquisire uno stile di vita più salutare, l'attività motoria è importantissima ma non può prescindere da un approccio sistemico al benessere individuale che prevede anche interventi di prevenzione agli studenti e ai giovani in genereale su: fumo (in collaborazione con ALIR), donazione di sangue (in collaborazione con AVIS), rischio cardiovascolare, alcol, alimentazione (in collaborazione con SIAN). Una ricerca del 2009 dell'Osservatorio Giovani del Comune di Ferrara sugli adolescenti del territorio provinciale ha sottolineato che l'80,6% dei quindicenni del Distretto Centro Nord svolge attività motoria quotidiane preferendo andare a piedi (45,2%) e in bicicletta (35,4%) per gli spostamenti nel tempo libero. Con tale percentuale tale distretto sembra avere gli adolescenti meno sedentari della provincia (il 75,5% dei ragazzi del distretto sud est e il 79% del distretto ovest vanno a piedi e in bicicletta), in uguale tendenza alla popolazione adulta che, dal Profilo di Comunità, risulta la più attiva di tutti. A conferma di questa continuità, nell'assiduità alla pratica motoria, tra adulti e giovani, è da notare la situazione nel distretto sud est dove gli adolescenti sono meno attivi, esattamente come il resto della popolazione che presenta più alti livelli di inattività, sia moderata (47%) che intensa (85%).

INTERVENTO AZIONE #1 - 01/02/2013

Organizzazione di eventi promozionali e attività motorie-sportive per i gruppi che aderiscono al progetto

Ore singola edizione : 50

Totale persone raggiunte : 3000

Setting : Ambiente scolastico

Comuni coinvolti nell'intervento :

Ferrara;

Metodi non specificati

Descrizione dell'intervento :

Nelle scuole che aderiscono al progetto vengono esposti materiali informativi relativi all'attività fisica. Contemporaneamente vengono formati gli educatori nelle scuole. A livello extrascolastico, vengono organizzati gruppi di cammino, oltre a garantire la presenza di banchetti informativi in occasione di eventi a tema.

Sono previsti anche interventi su altri fattori di rischio: tali interventi sono coordinati con ALIR, AVIS, SIAN.

INTERVENTO AZIONE #2 - 01/05/2013

Maratona sulle Mura di Ferrara

Numero edizioni : 1

Ore singola edizione : 10

Totale persone raggiunte : 2000

Setting : Comunità

Comuni coinvolti nell'intervento :

Ferrara;

Metodi non specificati

Descrizione dell'intervento :

Gara podistica e camminata non competitiva aperta a tutti