

PROGETTO

MOOVIN Bergamo 2018

Regione Lombardia ATS Bergamo

Progetto avviato nell'anno 2018 - Ultimo anno di attività : 2018

Abstract

Obiettivo generale

Aumentare la pratica dell'attività fisica coinvolgendo almeno 1000 persone, mediante la creazione di un evento sociale della durata di un mese; con l'ausilio di una APP specifica per misurare i passi degli individui, dei gruppi dei comuni supportata da una massiccia campagna di comunicazione mediatica

Analisi di contesto

La sedentarietà è un fattore di rischio per molte malattie croniche. Per questo, Ats Bergamo è scesa in campo per promuovere l'attività fisica su larga scala partecipando come partner scientifico con Comune di Bergamo, Università degli Studi di Bergamo, gruppo Sesaab con Garmin ed Ecorace quali partners tecnici, al progetto «Moovin' Bergamo».

Per questo, Ats Bergamo ha inteso rafforzare l'impegno del servizio sanitario nell'incentivare sul larga scala l'attività fisica, riconoscendola come un «comportamento sociale», da stimolare e sostenere. E per farlo, ha promosso «Moovin' Bergamo» facendosi garante del valore scientifico dell'iniziativa e sensibilizzando gli stakeholder sui temi legati alla salute.

L'iniziativa intende stimolare, grazie al partenariato tra più realtà, l'adozione di comportamenti salutari basati sull'attività fisica, ritenuta fondamentale per prevenire malattie come diabete, obesità, tumori, depressione, malattie cardiovascolari e metaboliche, diversi tipi di demenza, maculopatie e fratture del collo del femore. Sempre più persone, infatti, si dedicano all'attività fisica, ma solo il 35,5% - secondo i dati rilevati dal Centro Nazionale di Epidemiologia, Sorveglianza e Promozione della Salute - in Lombardia, raggiungono il livello soglia raccomandato, ovvero: fanno moto per 30 minuti al giorno, almeno 5 volte alla settimana. Il 42,6% rientra nella fascia dei «parzialmente attivi», ma, ancor più grave, il 21% può essere definito un «sedentario».

Metodi e strumenti

Come metodi e strumenti si è scelto di puntare sul coinvolgimento e la competizione. Il progetto, di durata mensile -dall'8 aprile al 6 maggio 2018 -, infatti, si è basato sul lancio di un contest che ha monitorato il movimento a piedi dei partecipanti mediante una app specifica. I cittadini della provincia e della città di Bergamo, dunque, sono stati coinvolti in una vera propria e competizione, sia individualmente che all'interno di gruppi, con protagonista l'attività fisica e i suoi efficaci risultati.

Uno dei punti di forza di «Moovin' Bergamo», inoltre, sta nel fatto che sono stati coinvolti, con un unico obiettivo: Comuni, Rete Città Sane, Gruppi di Cammino, Associazioni diabetici, pazienti Avis, Lilt e altre associazioni, lanciando un'attività intensiva di comunicazione e monitoraggio. L'obiettivo è, infatti, spingere quante più persone possibili ad avvicinarsi al mondo dello sport. E per farlo è indispensabile il coinvolgimento di un ampio numero di attori comunitari: amministrazioni, aziende, associazioni, scuole, tutti in campo per far sì che i bergamaschi riscoprano la bellezza e l'utilità del movimento".

Valutazione prevista/effettuata

La valutazione si è svolta facilmente grazie all'utilizzo della APP che inviava dati ad un database specifico.

Sono state coinvolte 9.797 persone di cui 5512 donne e 3973 uomini.

si sono costituiti spontaneamente oltre 400 gruppi, hanno partecipato 23 aziende della rete WHP, Tutti i 242 comuni della provincia di Bergamo hanno avuto delle persone iscritte e ogni individuo ha percorso

in media 62 km nel mese.

L'evento ha avuto un grandissimo rilievo mediatico in provincia con diversi articoli trasmissioni radio e tv e valorizzazione durante diversi eventi in provincia

Tutti gli utenti di Moovin' finora hanno percorso 746.979.785 passi, pari a 586.677 Km superando la distanza fra la terra e la luna

Note

il programma verrà ripetuto e potenziato nel 2019

Tema di salute prevalente : ATTIVITA' FISICA

Temi secondari : POLITICHE PER LA SALUTE
EMPOWERMENT

Setting : Luoghi del tempo libero
Luoghi per attività sportive
Ambienti di lavoro
Ambiente scolastico
Ambienti di vita
Servizi Sanitari
Luoghi informali
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

Responsabili e gruppo di lavoro

ROBERTO MORETTI (responsabile)

ATS Bergamo

e-mail : Roberto.moretti@ats-bg.it

Enti promotori e/o partner

Categoria ente : Amministrazione Locale

Comune di Bergamo

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

Categoria ente : Azienda privata

Gruppo Sesaab Eco di Bergamo

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

Categoria ente : Università

Università di Bergamo

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

Documentazione del progetto

1. Documento non definito

2. Materiale di comunicazione e informazione - sito dedicato. La app 2019 sarà disponibile da Marzo 2019

OBIETTIVI

coinvolgere almeno 1000 persone per un mese di competizione sull'attività fisica mediante l'uso di una app specifica

.

geolocalizzazione

..

INTERVENTO AZIONE #1 - 01/01/2018

Attività svolta dal'8 aprile al 6 maggio 2018

Numero edizioni : 1

Setting : Comunità

Comuni coinvolti nell'intervento :

Metodi non specificati

Descrizione dell'intervento :

l'intervento sarà ripetuto nel 2019

INTERVENTO AZIONE #2 - 01/01/2018

intervento mediatico e uso della app su tutta la provincia

Comuni coinvolti nell'intervento :

Metodi non specificati