PROGETTO

"Piano per l'Attività Fisica MUOVIAMOCI!"
Piano Aziendale e delle Comunità per l'attività fisica -

Regione Piemonte ASL Torino 5

Progetto avviato nell'anno 2020 - Ultimo anno di attività : 2023

Abstract

Obiettivo generale

L'ASL TO5 ha intrapreso nell'anno 2019 un 'iniziativa di promozione alla salute con l'intento di promuovere una rete locale intersettoriale composta da soggetti pubblici e privati per facilitare l'adozione di politiche per la promozione dell'attività fisica nella popolazione generale rafforzando la partnership con le associazioni e le agenzie educative locali per realizzare le azioni promosse dalle politiche suddetteObiettivo generale del Piano è, fra adulti e bambini, la diffusione di stili di vita salutari, con particolare attenzione all'attività fisica.
In particolare si vuole
1. Sostenere la pratica dell'attività fisica durante tutto il corso della vita e contribuire al raggiungimento dei livelli raccomandati per fascia di età sia fra le persone sane sia fra i portatori si patologia cronica o disabilità.
2. Porre particolare attenzione alle fasce di popolazione disagiate per livello socio-economico e per caratteristiche etniche e culturali
3. Contribuire a rendere il territorio accogliente e sicuro per coloro che si spostano attivamente a qualunque età e anche con ridotte possibilità di movimento (persone anziane o portatrici di disabilità).

Analisi di contesto

Oggi ci si muove poco durante il tempo libero, al lavoro e per l'effetto di una mobilità prevalentemente passiva. L'urbanizzazione dei territori riduce l'attività fisica a causa dell'inquinamento atmosferico, del traffico veicolare, della carenza di aree verdi e, a volte, della mancanza di sicurezza.A livello nazionale i dati del 2016 del sistema di sorveglianza Okkio alla salute dimostrano che il 18% dei bambini non ha svolto attività fisica il giorno precedente l'indagine, il 18% pratica sport per non più diun'ora a settimana, il 44% ha la TV nella propria camera, solo 1 bambino su 4 si reca a scuola a piedi o in bicicletta. La quota di bambini che trascorre più di due ore al giorno davanti a TV/videogiochi/tablet/cellulare risulta in sensibile aumento rispetto agli anni precedenti (41%). Solo il 38%delle madri di bambini fisicamente poco attivi ritiene che il proprio figlio svolga insufficiente attività motoria.I dati 2014 dell'indagine Health Behaviour in School-aged Children - Comportamenti (HBSC), condotta su un campione di studenti di 11, 13 e 15 anni mostrano che l'attività fisica (un'ora di attività almeno tre giorni a settimana) è in aumento in tutte le fasce di età, più nei ragazzi che nelle ragazze e più negli 11enni (57,31% contro il 47,61% del 2010). In aumento il tempo dedicato all'utilizzo di smartphone e tablet, specie tra i 13enni.I dati del sistema di sorveglianza PASSI relativi al triennio 2014-17 mostrano che il 31,7% degli intervistati di 18-69 anni può essere classificato come attivo (cioè effettua un lavoro pesante oppure 30 minuti di attività moderata per almeno 5 giorni alla settimana oppure attività intensa per più di 20 minuti per almeno 3giorni), il 34,7% come parzialmente attivo (non svolge un lavoro pesante ma fa qualche attività fisica nel tempo libero, senza però raggiungere i livelli raccomandati) e il 33,6% come sedentario (non fa un lavoro pesante e non pratica attività fisica nel tempo libero).

Metodi e strumenti

Gli attori privilegiati per valutare i bisogni, le risorse necessarie, le opportunità e le reti collaborative già

attive
sul territorio e per un'implementazione a livello micro (la più prossima possibile alle persone, soprattutto a
quelle in maggiore difficoltà sociale, economica, culturale) efficace, sono i Comuni sensibili ai temi della salute.
L'impostazione operativa proposta è articolata secondo tre ottiche:
1. dal punto di vista "economico" nella dinamica domanda/offerta
2.dal punto di vista geografico nella dinamica "centro"/"periferia", in un'ottica di complementarietà e sussidiarietà. La produzione d'interventi deve necessariamente organizzarsi a livello locale, a partire dai
Comuni più sensibili, con tavoli locali multidisciplinari e multi istituzionali. A questo livello il ruolo dell'ASL è di facilitazione dell'incontro domanda/offerta e sviluppo delle buone pratiche
3.dal punto di vista sociale secondo l'impostazione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità e il suo strumento ACTIVE (società, ambienti di vita, persone e sistemi)
L'Azienda sarà impegnata nel seguire lo sviluppo delle azioni di Piano, a stipulare gli accordi fra Enti paritetici ritenuti necessari (es. SUISM, FederSanità, ANCI), a mantenere il Piano lungo le linee strategiche e operative dei Piani regionali e locali della Prevenzione e della Cronicità,

Tema di salute prevalente :	POLITICHE PER LA SALUTE
Temi secondari :	ACCESSO AI SERVIZI PER LA SALUTE ALIMENTAZIONE AMBIENTI DI VITA PREVENZIONI EMPOWERMENT PARTECIPAZIONE (cittadinanza attiva, ...) inattività e sedentarietà
Setting :	Ambienti di lavoro Ambiente scolastico Ambienti di vita Servizi Sanitari Luoghi informali Comunità
Destinatari finali :	Scuola Operatori sanitari Minori Giovani Adulti Anziani Disabilità Sovracomunali (distretti, asl, consorzi socio-assistenziali, province, ecc.)
Mandati :	Piano Regionale di Prevenzione (PRP) Piani locali / Aziendali di prevenzione e promozione della salute
Finanziamenti :	Attività corrente istituzionale

Responsabili e gruppo di lavoro

GELORMINO ELENA (responsabile)
ASL TO5
e-mail : GELORMINO.ELENA@ASLTO5.PIEMONTE.IT

D'ANNA RITA
e-mail : danna.mariarita@aslto5.piemonte.it

DE CLEMENTE ANTONIETTA
ASL TO5 - Dipartimento di Prevenzione
e-mail : declemente.antonietta@aslto5.piemonte.it

Enti promotori e/o partner

Categoria ente : Amministrazione Locale
comuni
Come promotore;

Documentazione del progetto

1. Documentazione progettuale

OBIETTIVI

Trasferire le migliori prove di efficacia - disponibili su interventi specifici di prevenzione e promozione della salute - agli operatori e ai decisori per orientare le azioni e le politiche

Favorire la comunicazione interistituzionale e la partecipazione sociale a supporto degli obiettivi di Piano.

Contribuire a rendere il territorio accogliente e sicuro per coloro che si spostano attivamente a qualunque età e anche con ridotte possibilità di movimento (persone anziane o portatrici di disabi

INTERVENTO AZIONE #1 - 08/01/2020 - 31/12/2020

Condivisione della proposta progettuale con i Comuni, le Associazioni, i Consorzi e le Scuole

Numero edizioni : 1
Ore singola edizione : 5
Setting : Comunità

Comuni coinvolti nell'intervento :
Nichelino; Chieri;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 1 Infermiere - ore 10
- Num. 1 Medico - ore 10
- Num. 1 Amministrativo - ore 3

INTERVENTO AZIONE #2 - 02/02/2021 - 17/12/2021

Mappatura gruppi di cammino "esperienza pilota" con il Comune di Chieri

Numero edizioni : 1
Ore singola edizione : 5
Setting : Comunità

Comuni coinvolti nell'intervento :
Chieri;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 3 Medico - ore 10
- Num. 1 Infermiere - ore 30
- Num. 2 Veterinario - ore 25
- Num. 1 Dietista - ore 10

Descrizione dell'intervento :
I gruppi di cammino, Associazioni e altro, hanno potuto rispondere all' indagine, compilando l?apposita modulistica in allegato al presente sul sito del comune di Chieri

Documentazione dell'intervento :
Materiale di comunicazione e informazione

INTERVENTO AZIONE #3 - 01/09/2021 - 30/09/2021

UN CAMMINO DI SALUTE: INIZIAMO CON IL CONOSCERCI

Numero edizioni : 1
Ore singola edizione : 15
Totale persone raggiunte : 20
Setting : Comunità

Comuni coinvolti nell'intervento :
Chieri;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 3 Medico - ore 20
- Num. 2 Veterinario - ore 20
- Num. 1 Infermiere - ore 25
- Num. 5 Altra figura o professione - ore 20

Descrizione dell'intervento :
Nel mese di settembre è stato organizzato dall'Asl e dal comune di Chieri un 'incontro virtuale" con i gruppi di cammino censiti. Dal confronto e conoscenza reciproca è emersa la disponibilità a costruire una progettualità condivisa e anche l'esigenza di realizzare momenti formativi, si è considerato di rivolgere la formazione sia ai capi-camminata e sia alla cittadinanza in generale.
I primi temi individuati sono stati "La sicurezza e i gruupi di cammino" e "L'alimentazione e i gruppi di cammino".
Si è inoltre concordato lo sviluppo nel periodo primavera-estate di un evento rivolto alla comunità "OPENDAY" al fine di promuovere il protagonismo di tutti i Gruppi di cammino con una offerta attiva per i cittadini.

Documentazione dell'intervento :
Materiale di comunicazione e informazione

INTERVENTO AZIONE #4 - 01/11/2021 - 30/11/2021

CAMMINARE IN SICUREZZA

Numero edizioni : 1
Ore singola edizione : 4
Setting : Comunità

Comuni coinvolti nell'intervento :
Chieri;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 1 Medico - ore 10
- Num. 1 Infermiere - ore 20
- Num. 1 Veterinario - ore 10
- Num. 1 Volontario - ore 3
- Num. 3 Altra figura o professione - ore 15

Descrizione dell'intervento :
La nostra Asl e il comune di Chieri hanno divulgato la locandina tramite i loro rispettivi siti istituzionali; è stata anche attivata la diffusione dell'iniziativa tramite i media e i giornali locali.
Parallelamente grazie alla collaborazione con i distretti è stata inviata una comunicazione personalizzata ai MMG per promuovere la partecipazione all'incontro e più in generale promuovere l'attività fisica nei loro assistiti
All'incontro è stato invitato il Presidente della Conferenza dei Sindaci della nostra Asl,come testimone del percorso intrapreso e con la speranza che l'esperienza possa essere mutuata anche presso altri comuni del nostro teritorio.

Documentazione dell'intervento :
Materiale di comunicazione e informazione

INTERVENTO AZIONE #5 - 01/06/2022 - 30/06/2022

I GRUPPI DI CAMMINO PROTAGONISTI DELLA FESTA DEI CAMMINATORI (COMUNE DI CHIERI)

Numero edizioni : 1
Ore singola edizione : 6
Setting : Comunità

Comuni coinvolti nell'intervento :
Chieri;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 2 Veterinario - ore 10
- Num. 1 Dietista - ore 10
- Num. 1 Infermiere - ore 20
- Num. 3 Medico - ore 10

Descrizione dell'intervento :
L'ASL e il comune di Chieri dopo aver effettuato la ?mappatura? delle realtà operanti nel chierese, sia dei gruppi più organizzati sia di quelli informali, a proseguito le attività di sostegno ai gruppi attraverso la costruzione di due momenti formativi con i capi-camminata, a novembre dedicato alla sicurezza e a febbraio incentrato sulla nutrizione e sui benefici dell?attività fisica a tutte le età.
La ?Festa dei camminatori? è stata la prosecuzione di questo progetto, un evento che vede protagonisti tutti i Gruppi con lo scopo di valorizzarne l?attività e di promuovere tra i cittadini il benessere e l?attività fisica all'aria aperta.
I Gruppi di Cammino hanno una camminata dimostrativa (durata della camminata di circa 1 ora, partenza e ritorno in piazza Cavour con prenotazioni direttamente agli stand).
Sono stati individuati cinque gli anelli di cammino da scegliere . I percorsi proposti diversi per tipologia, intensità sono stati offerti direttamente dai gruppi

Documentazione dell'intervento :
Materiale di comunicazione e informazione
Materiale di comunicazione e informazione
Materiale di comunicazione e informazione

INTERVENTO AZIONE #6 - 01/02/2022 - 30/02/2022

GRUPPI DI CAMMINO continua l'attività con l comune di CHIERI LA SALUTE IN CAMMINO. Mangiare è bene, muoversi è meglio»

Setting : Comunità

Comuni coinvolti nell'intervento :
Chieri;

Metodi non specificati

Descrizione dell'intervento :
All 'interno della serata dedicata a alimentazione:

-Alimentazione sana e stili di vita corretti per la prevenzione delle malattie cronico-degenerative in tutte le fasi della vita
-Cenni alla lettura delle etichette dei prodotti alimentari confezionati per una scelta consapevole all?acquisto
-Movimento, gioco, attività sportiva: benefici su benessere psicofisico e sviluppo nell?età pediatrica»

-Cuore e cervello nell?anziano: benefici dell?attività fisica

-Coltivare la salute: attività fisica e stile di vita»

Documentazione dell'intervento :
Materiale di comunicazione e informazione

INTERVENTO AZIONE #7 - 02/01/2022 - 28/12/2022

Gruppi di cammino in cammino verso i decisori

Numero edizioni : 3
Ore singola edizione : 2
Setting : Comunità

Comuni coinvolti nell'intervento :
Castelnuovo Don Bosco; Pancalieri; Carmagnola; Chieri; Poirino; Trofarello;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 1 Infermiere - ore 20
- Num. 3 Medico - ore 20
- Num. 1 Dietista - ore 10

Descrizione dell'intervento :
Dopo alcuni i primi contatti online si è concordato di incontrare i sindaci dei Comuni di Chieri, Poirino, Trofarello, nel corso dell'anno saranno coinvolti anche altri comuni. Alcuni contatti si sono instaurati anche grazie all'attività con le scuole(Consegna dei patentini per lo smartphone).
Un piccolo gruppo composto dalla referente e componenti del Programma 2(comunità attive), Programma PP9 (clima ambiente e salute) e la Repes ha incotrato e/o incontrerà i sindaci,i funzionari e gli assessori competenti per affrontare in sinergia i temi dell' urban health con un focus particolare sullo strumento SNtool e le azioni di tutela e pro-mozione della salute
nell'ambito degli incontri inoltre sono stati divulgati i materiali del documento ?Otto investimenti che funzionano per promuovere l?attività fisica? (Ispah - www.ispah.org) nello specifico sono stati consegnati in forma cartacea e descritti gli obiettivi principali.
Gli incontri sono stati proficui per identificare e programmare azioni locali che in alcuni casi avranno un attuazione nel prossimo autunno

INTERVENTO AZIONE #8 - 05/06/2022 - 31/12/2022

POIRINO IN CAMMINO

Setting : Comunità

Comuni coinvolti nell'intervento :
Poirino;

Metodi non specificati

Documentazione dell'intervento :
Materiale di comunicazione e informazione
Materiale di comunicazione e informazione
Materiale di comunicazione e informazione

INTERVENTO AZIONE #9 - 01/01/2022 - 31/12/2022

Partecipazione ai gruppi di lavoro regionale PP2 comunità attive

Numero edizioni : 6
Ore singola edizione : 3
Setting : Servizi Sanitari

Comuni coinvolti nell'intervento :
Chieri;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 1 Infermiere - ore 30

INTERVENTO AZIONE #10 - 01/09/2022 - 30/09/2022

?Stand della Salute?, (Domenica 18 settembre 2022) nell?ambito dell?evento "Una Città di Sport"

Setting : Comunità

Comuni coinvolti nell'intervento :
Chieri;

Metodi non specificati

Documentazione dell'intervento :
Materiale di comunicazione e informazione

INTERVENTO AZIONE #11 - 01/10/2022 - 30/10/2022

CAMMINATE IN ROSA

Setting : Comunità

Comuni coinvolti nell'intervento :
Carmagnola; Montaldo Torinese; Santena; Moncalieri;

Metodi non specificati

Documentazione dell'intervento :
Materiale di comunicazione e informazione

INTERVENTO AZIONE #12 - 01/03/2023 - 30/03/2023

?Da soli o in compagnia camminiamo in allegria?gruppi di cammino dipendenti Aslto5

Setting : Ambienti di lavoro

Comuni coinvolti nell'intervento :
Carignano; Carmagnola; Castagnole Piemonte; Lombriasco; Osasio; Pancalieri; Piobesi Torinese; Villastellone; Albugnano; Andezeno; Arignano; Baldissero Torinese; Berzano di San Pietro; Buttigliera d'Asti; Cambiano; Castelnuovo Don Bosco; Cerreto d'Asti; Chieri; Isolabella; Marentino; Mombello di Torino; Moncucco Torinese; Montaldo Torinese; Moriondo Torinese; Passerano Marmorito; Pavarolo; Pecetto Torinese; Pino d'Asti; Pino Torinese; Poirino; Pralormo; Riva presso Chieri; Santena; La Loggia; Moncalieri; Trofarello; Candiolo; Nichelino; None; Vinovo;

Metodi non specificati

Descrizione dell'intervento :
L'iniziativa è stata comunicata a tutti i dipendenti dell'Aslto5 tramite mail aziendale

Documentazione dell'intervento :
Materiale di comunicazione e informazione
Materiale di comunicazione e informazione

INTERVENTO AZIONE #13 - 01/04/2023 - 30/04/2023

Giornata mondiale attività fisica e secondo appuntamento gruppi di cammino ASLTO5

Setting : Ambienti di lavoro

Comuni coinvolti nell'intervento :
Moncalieri;

Metodi non specificati

Documentazione dell'intervento :
Materiale di comunicazione e informazione

INTERVENTO AZIONE #14 - 01/01/2023 - 31/12/2023

Percorsi informativi e formativi intersettoriali per promuovere uno stile di vita attivo

Setting : Comunità

Comuni coinvolti nell'intervento :
Pino Torinese; Pino d'Asti; Pecetto Torinese; Pavarolo; Passerano Marmorito; Moriondo Torinese; Montaldo Torinese; Moncucco Torinese; Mombello di Torino; Marentino; Isolabella; Chieri; Cerreto d'Asti; Castelnuovo Don Bosco; Cambiano; Buttigliera d'Asti; Berzano di San Pietro; Baldissero Torinese; Arignano; Andezeno; Albugnano; Villastellone; Piobesi Torinese; Pancalieri; Osasio; Lombriasco; Castagnole Piemonte; Carmagnola; Carignano; Poirino; Pralormo; Riva presso Chieri; Santena; La Loggia; Moncalieri; Trofarello; Candiolo; Nichelino; Vinovo;

Metodi non specificati