

Progetto Tutela della salute nelle attività fisiche e/o sportive – lotta alla sedentarietà

RENDICONTAZIONE AL 31.12.2008

PREMESSA

OBIETTIVI

ATTIVITA' REGIONALI 2002/2007

ATTIVITA' REGIONALI 2008

SINTESI DEI RISULTATI

PREMESSA

La sedentarietà rappresenta attualmente un problema di salute pubblica di grandissima rilevanza in quanto costituisce uno dei più rilevanti fattori di rischio per le principali cause di malattia e di morte (malattie cardiovascolari, obesità, diabete, tumori). L'attività fisica (AF) risulta quindi fondamentale per combattere tali patologie; ad esempio è possibile ridurre il rischio di tumori del 30% e quello delle malattie coronariche addirittura del 30-50% mediante l'esercizio fisico praticato regolarmente.

Viceversa i livelli di attività della popolazione del Veneto, analogamente a quanto avviene nelle altre regioni italiane, sono bassi: nel 2007 solo il 33% delle persone interpellate riferiva livelli di attività fisica sufficienti e il 20% risultava totalmente sedentario (Dati Studio Passi).

Per questi motivi dal 2002 è stato attivato il progetto veneto di promozione dell'attività fisica ("Scheda 5.1 - Tutela della salute nelle attività fisiche e/o sportive - lotta alla sedentarietà", Piano Triennale SISP 2002/4) la cui conduzione con la D.G.R. 3015 del 10.10.2003 è stata affidata al Dipartimento di Prevenzione della Ulss 20; di tale determinazione l'Ulss 20 ha preso atto con deliberazione n. 1321 del 30 dicembre 2003. Il progetto è stato consolidato ed ampliato nell'ambito del II Piano Triennale SISP 2005/7 (DGR n. 3846 del 3.12.04).

Il progetto è tuttora in corso ed è stato riconfermato con finanziamenti 2008/9. Ulteriori dettagli sono disponibili sul sito web del Dipartimento di Prevenzione ULSS 20 http://prevenzione.ulss20.verona.it/att_motoria.html.

OBIETTIVO GENERALE

Promuovere una cultura di promozione della salute che preveda un regolare esercizio fisico in particolar modo tra i giovani e gli anziani

OBIETTIVI SPECIFICI

1. Monitoraggio periodico dei livelli di AF nella popolazione generale e nei suoi sottogruppi
2. Formazione (personale SISP e DP; altro personale ULSS; insegnanti; operatori dei comuni; associazioni; altro)
3. Stipula di accordi e collaborazioni con i principali stakeholders (potenziare il lavoro in rete tra portatori di interesse, ad es. associazioni, operatori sanitari, istituzioni pubbliche e private)
4. Promozione dell'attività fisica (interventi di comunità)
 - Modificare il tessuto urbano in senso favorevole all'AF (cammino; bicicletta; recupero di spazi urbani per il gioco in strada; dotazione di aree verdi; potenziamento delle palestre scolastiche; dotazione di strutture e impianti sportivi) e intervenire sugli altri determinanti ambientali dell'AF (rete sociale; riduzione dei costi dell'accesso alle strutture per l'AF ecc.)
 - Intervenire sull'opinione pubblica attraverso i mass media - popolazione generale e suoi sottogruppi inserendo il movimento fra le quotidiane abitudini di vita come camminare o andare in bicicletta e dando la priorità agli interventi di promozione dell'attività fisica sui giovani;
5. Iniziative organizzate di attività fisica
 - Implementare attività organizzate adeguate anche alle fasce più deboli (anziani; portatori di patologia cronica; adulti sani ma non allenati): gruppi di cammino e bicicletta, ginnastica in palestra; pedibus e AF extra-curricolare per i bambini
 - Proporre modalità di AF diversificate per fascia d'età: bambini (sport ma anche cammino, bicicletta, gioco libero; potenziamento delle palestre delle scuole e delle ore di AF intra ed extra curricolari; incremento delle aree verdi e loro utilizzo per i giochi di movimento); adulti

(con focus sui trasporti più che sull'AF nel tempo libero); anziani (attività di gruppo organizzate a basso costo – gruppi di cammino, bicicletta, ginnastica per anziani; un ulteriore focus andrà posto sui trasporti e sull'incentivazione dell'AF degli anziani insieme ai bambini)

6. Promozione dell'attività fisica a livello individuale e di gruppo

- Inserire principalmente l'AF fra le quotidiane attività di vita come camminare, andare in bicicletta, fare le scale

- Promuovere (counseling) e adottare in prima persona stili di vita sani da parte di: operatori sanitari - MMG, pediatri, specialisti, personale non medico; insegnanti di educazione fisica; operatori dei comuni; volontariato.

ATTIVITA' REGIONALI

(per il dettaglio v. tabella allegata)

Attività 2002/2007

1. Monitoraggio dei livelli di attività fisica

Il monitoraggio dei livelli di attività fisica nella popolazione veneta è stata effettuata attraverso lo studio Passi (adulti dai 18 ai 69 anni) e lo studio HBSC (ragazzi di 11-15 anni). I dati sugli adulti raccolti nel 2007 mediante lo **studio Passi evidenziano che**: circa il 33% degli intervistati ha riferito livelli di AF pari alle raccomandazioni (dato sovrapponibile a quello osservato a livello nazionale) mentre il 20% è risultato sedentario (vs un 28% nazionale); maggiori livelli di sedentarietà si sono osservati in anziani e persone con basso livello di istruzione e con difficoltà economiche. Per quanto riguarda i ragazzi, lo **studio HBSC** dell'OMS (giovani tra 11 e i 15 anni) ha evidenziato che nel 2006 svolgevano almeno 1 ora di AF per 5 giorni alla settimana il 37% degli 11enni, il 34% dei 13enni e il 28% dei 15enni; i maschi erano più attivi delle femmine (42% a 11 e 13 anni) e anche il declino dell'AF con l'età era maggiore per le ragazze.

Rilevazioni dati periodiche: nel 2004 e nel 2006 sono state effettuate rilevazioni per ottenere dai referenti del progetto di lotta alla sedentarietà informazioni riguardanti: attività per anziani e diabetici presenti sul territorio; nuove iniziative intraprese nell'ambito del progetto regionale (attività e risultati); collaborazione con i MMG; intervento urbanistico.

2. Formazione

(personale SISP e DP; altro personale ULSS; insegnanti; operatori dei comuni; associazioni; altro)

Dal 2004 al 2007 è stata realizzata la formazione del personale dei Dipartimenti di Prevenzione (tutta la regione) e degli insegnanti di educazione fisica (ulss 4, 6, 7, 18, 20). Nel 2007 è iniziata la realizzazione di una serie di **giornate di formazione** per gli operatori della prevenzione e i medici di medicina generale (MMG - v. Attività regionali 2008). Altri operatori formati (ulss 4, 17, 18, 20): personale dei comuni e delle associazioni presenti sul territorio.

3. Stipula di accordi e collaborazioni con i principali stakeholders (costruzione della rete)

E' iniziata dal 2004 la **collaborazione con altri progetti regionali** del piano triennale SISP e SIAN e con i **principali stakeholders** e in particolare:

- Attività fisica e sana alimentazione (ulss 3, 4, 6, 7, 15, 18, 19, 20)
- Progetto cardiovascolare (ulss 2, 4, 9, 17, 20)
- Prevenzione degli incidenti stradali e domestici (tutte, con un referente in ogni ulss)
- Progetto urbanistica (tutte le ulss)
- comuni (in particolare ulss 2, 4, 18, 19, 20, 22)

- associazioni di volontariato (Auser, ANTEAS, FEVOSS, Amici del Cuore), associazioni diabetici (FEVEDI, FAND) e cardiopatici, Lega tumori
- diabetologie, cardiologie, geriatrie, psichiatrie
- università

4. Promozione dell'attività fisica (interventi di comunità)

E' stata realizzata una **campagna di marketing sociale** per la promozione dell'attività motoria, comprendente: realizzazione di materiali cartacei e video, sito web, coinvolgimento dei mass media (stampa e TV regionale e nazionale), campagna di promozione dell'uso delle scale.

Il **progetto regionale di urbanistica** del piano triennale SISP (che interagisce con il progetto di lotta alla sedentarietà) ha affrontato tra l'altro le problematiche connesse con i determinanti ambientali dell'attività fisica (la cui modifica è parte integrante dell'intervento di comunità).

Nel 2007 stata firmata una **convenzione con la Facoltà di Architettura** (IUAV) di Venezia per l'individuazione di linee guida urbanistiche che favoriscano scelte di vita attiva.

Sono stati attivati **contratti con laureati in Scienze Motorie, in Scienze della Formazione e in Scienze Psicologiche** come consulenti per la realizzazione di progetti in ambito regionale e locale.

Inoltre sono stati realizzati **progetti locali di intervento sui determinanti urbanistici** dell'AF tra cui quelli dell'ulss 2 (sistemazione percorsi per il cammino e mappatura di attività e percorsi ciclopedonali), 7 (miglioramento segnaletica e percorsi pedonali), 15 (censimento percorsi), 20 (collaborazione con i comuni e pareri urbanistici) ulss 18 (censimento attività del territorio e successivo intervento) .

Nel comune di Isola Vicentina è stato iniziato (anche con finanziamenti del progetto di lotta alla sedentarietà) un **intervento di comunità** denominato "Isola in forma" – v. 2008; nell'ulss 4 è partito dal 2004 l'intervento di comunità "Alta salute", rivolto a tutta la popolazione; in numerose altre ulss (tra cui: ulss 6, 7, 18 e 19) è stato realizzato un intervento di comunità su AF e alimentazione (per tutti questi progetti v. avanti – Attività 2008). Per l'Ulss 20 v. ai paragrafi "Attività ulss 20 2002/7" e "Attività ulss 20 2008".

Sono stati realizzati **incontri informativi** su attività fisica e sana alimentazione, per la popolazione generale, i diabetici, gli anziani, i bambini, in numerose ulss tra cui: ulss 4, 6, 7, 18, 19, 20.

A partire dal 2005 è stata realizzata una **campagna di promozione dell'uso delle scale** al posto dell'ascensore, che ad oggi ha coinvolto 16 ULSS venete. Si tratta di uno degli interventi dimostrati efficaci dagli studi pubblicati in letteratura: l'affissione di locandine che invitano ad usare le scale anziché l'ascensore comporta un impegno organizzativo e costi modesti e può aumentare l'utilizzo delle scale anche del 50%. Da un punto di vista comportamentale, questo intervento fornisce un invito chiaro (ti suggerisco una cosa semplice da fare che ti può far perdere peso) e allettante da un punto di vista motivazionale perchè riguarda sia il versante della salute che il piacere individuale, strettamente connesso con la percezione di un corpo giovanile e in buona forma fisica. Sono stati realizzati quindi segnalibro per operatori sanitari e locandine e pieghevoli da appendere sulla parete contigua al tasto di chiamata dell'ascensore, che invitano la persona a salire a piedi proprio nel momento in cui sta per decidere. La campagna è stata affiancata ad una rilevazione sull'utilizzo delle scale nelle ULSS. Sono stati contati oltre 12.000 passaggi; nelle ore di rilevazione il 49% delle persone usava l'ascensore.

Sono stati realizzate numerose iniziative per la promozione dell'AF, del cammino e della bicicletta **per i giovani e le loro famiglie** nelle scuole (bambini di 13 mesi; ragazzi delle elementari e delle medie) in numerose ulss tra cui le ulss 3, 4, 7, 17, 18, 19, 20. Altre attività realizzate in questo ambito sono: un convegno sull'abbandono dello sport nell'adolescenza, l'adesione alla campagna internazionale "Vado a scuola da solo", la collaborazione tra SISP-SIAN. E' inoltre stata avviata la realizzazione un concorso per la progettazione di interventi di modifica ambientale per la

promozione dell'AF nei bambini (concorso "Piccoli cittadini per grandi strade", descritto nella sezione "Attività 2008").

E' stato infine concluso e divulgato uno **studio sulla certificazione** per la pratica dell'attività fisica; l'indagine aveva lo scopo di valutare la diffusione, in Veneto, della richiesta di un certificato medico di idoneità fisica allo svolgimento di attività ginnico-motorie. I dati rilevati hanno confermato l'ipotesi di partenza che questo tipo di richiesta costituisca un reale ostacolo alla diffusione della pratica dell'attività motoria e che venga avvertita come un inutile ostacolo sia dai cittadini sia dai gestori delle palestre.

5. Iniziative organizzate di attività fisica

Sono state realizzate numerose iniziative di gruppo, gratuite o a prezzi calmierate, destinate soprattutto agli anziani e ai portatori di malattie croniche:

- Gruppi di cammino (ulss 3, 4, 6, 7, 9, 14, 15, 18, 20, 22)
- Ginnastica per anziani (tutte –corsi attivati dalle Ulss in particolare ulss 1, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 13, 14, 17, 18, 20, 21)
- Ginnastica e cammino per diabetici (ulss 3, 4, 7, 8, 9, 14, 15, 16, 17, 18, 20, 22)

E' iniziata la realizzazione di **studi e progetti locali di promozione del cammino e della bicicletta**, alcuni finanziati nell'ambito di questo progetto ed altri sorti spontaneamente nelle diverse ulss o finanziati da altre fonti (14 ulss coinvolte).

6. Promozione dell'attività fisica a livello individuale e di gruppo

Sono stati **finanziati progetti locali di promozione dell'AF** (promossi e coordinati dall'ULSS 20) in 13 ULSS. Tutti prevedevano la promozione dell'attività fisica nei diversi gruppi di popolazione coinvolti.

Nell'ambito del progetto regionale sono state attivate a partire dal 2002 numerose iniziative di **collaborazione con i MMG**, per realizzare una adeguata formazione e potenziare il counseling individuale sull'attività fisica in ambulatorio (sia con i soggetti sani che con i portatori di patologia cronica) tra cui:

- Un corso pilota di formazione nel 2002 (ulss 20)
- Realizzazione di materiali informativi in collaborazione con GSK (opuscolo per il MMG; opuscolo per i pazienti; manuale tratto dal corso pilota di formazione; studio sull'AF negli anziani veronesi; manuale Cortina Ed "L'attività fisica nella III età")
- Corsi regionali di formazione 2007/8 in collaborazione con GSK (v. avanti "Attività 2008)
- Collaborazione con i MMG nell'ambito del progetto di prevenzione cardiovascolare primaria (ulss 4, 9, 17)
- Inserimento dell'AF nei patti aziendali (ulss 4, 14)
- Altre attività (ulss 6, 8, 20, 19)

Attività 2008

1. Monitoraggio dei livelli di attività fisica

Prosegue la rilevazione sugli adulti mediante lo studio Passi; i dati del 2008 sono in fase di elaborazione. Anche per lo studio HBSC è prevista una raccolta periodica dei dati.

Rilevazioni dati periodiche: nel 2008 è stata effettuata la nuova rilevazione per ottenere dai referenti del progetto di lotta alla sedentarietà informazioni riguardanti: attività per anziani e diabetici presenti sul territorio; nuove iniziative, con finanziamenti specifici o meno, intraprese

nell'ambito del progetto regionale (attività e risultati); collaborazione con i MMG; intervento urbanistico; altre iniziative

2. Formazione (personale SISP e DP; altro personale ULSS; insegnanti; operatori dei comuni; associazioni; altro)

E' proseguita la realizzazione, nelle ULSS regionali, di 19 **giornate di formazione** per gli operatori della prevenzione e i MMG (v. avanti). La campagna comprendeva anche la realizzazione di una **newsletter** bimestrale, tuttora in corso, per dare continuità alla formazione e mantenere un contatto nel tempo con i MMG e gli altri operatori formati, e una campagna di formazione a distanza, attualmente in fase di progettazione. Inoltre è iniziata nel 2008 una collaborazione con la Scuola di Formazione in Medicina Generale per la formazione dei futuri medici di famiglia.

3. Stipula di accordi e collaborazioni con i principali stakeholders (costruzione della rete)

E' proseguita la **collaborazione con altri progetti regionali** del piano triennale SISP e SIAN e con i principali stakeholders e in particolare

- Attività fisica e sana alimentazione (ulss 4, 6, 8, 15, 18, 19, 20)
- Progetto cardiovascolare (ulss 2, 4, 9, 17, 20)
- Prevenzione degli incidenti stradali e domestici (tutte, con un referente in ogni ulss)
- Progetto urbanistica (tutte le Ulss)
- Amici della Bicicletta (ulss 12, 20)
- associazioni di volontariato (Auser, ANTEAS, FEVOSS, Amici del Cuore)
- associazioni diabetici (FEVEDI, FAND) e cardiopatici
- Lega tumori
- diabetologie
- cardiologie
- geriatrie
- psichiatrie (ulss 18, 20)
- comuni (in particolare ulss 2, 4, 6, 18, 19, 20, 22)
- università

4. Promozione dell'attività fisica (interventi di comunità)

E' proseguita la **campagna di marketing sociale** per la promozione dell'attività motoria (v. sopra), in particolare attraverso la riorganizzazione del sito web e la realizzazione della newsletter per MMG e altri operatori sanitari.

Nel comune di Isola Vicentina è proseguita (anche con finanziamenti del progetto di lotta alla sedentarietà) l'**intervento di comunità** denominato "Isola in forma", che ha coinvolto tutta la popolazione, il comune, i MMG e l'intervento urbanistico sul territorio. Nell'ulss 4 è proseguito l'intervento di comunità, rivolto a tutta la popolazione, integrato con le azioni del progetto di prevenzione primaria e secondaria cardiovascolare. In numerose altre ulss (tra cui: ulss 6, 7, 18 e 19) è stato ampliato l'intervento di comunità su AF e alimentazione che ha coinvolto comuni, MMG, diabetici, insegnanti di educazione fisica. Per l'Ulss 20 v. sotto ai paragrafi "Attività ulss 20 2002/7" e "Attività ulss 20 2008"

Inoltre sono proseguiti i progetti locali di **intervento sui determinanti urbanistici** dell'AF e ne sono stati attivati degli altri (ulss 2, 17, 18, 20). E' proseguita anche la **convenzione con la Facoltà di Architettura** (IUAV) di Venezia per l'individuazione di linee guida urbanistiche che favoriscano scelte di vita attiva.. Tale collaborazione terminerà nel 2009 con la produzione di un manuale per comuni, professionisti ed operatori delle ulss (con indicazioni riguardanti percorsi ciclopedonali, scuole e altri edifici pubblici, parcheggi, aree verdi, strutture dove praticare l'AF al coperto). Si

cercherà anche di individuare degli standard di riferimento per le strutture dove praticare l'AF al coperto, secondo esigenze diversificate per le varie età (anche per stimolare la costruzione di strutture adatte ad una popolazione in rapido invecchiamento).

Proseguono i **contratti con laureati in Scienze Motorie e in Scienze Psicologiche** come consulenti per la realizzazione di progetti in ambito regionale e locale (gruppi di cammino, attività di counseling, marketing sociale ecc.).

Sono proseguite le azioni di **promozione dell'attività fisica nei bambini**: interventi nelle scuole (ulss 3, 4, 7, 8, 17, 18, 19,20), promozione del cammino e della bicicletta sul percorso casa-scuola, collaborazione SISP-SIAN.

Si è concluso il concorso per la progettazione di interventi di modifica ambientale per la promozione dell'AF nei bambini (**concorso "Piccoli cittadini per grandi strade"**), mirante a premiare i progetti più originali riguardanti la promozione dell'attività fisica nella vita quotidiana, tramite azioni di riqualificazione dello spazio urbano a misura di bambino. Lo scopo era quello di favorire la riappropriazione dello spazio urbano per il gioco o per gli spostamenti con mezzi non a motore. Al concorso hanno partecipato 19 progetti, prevalentemente su iniziativa di scuole ma anche di ULSS, comuni, comitati cittadini, associazioni locali, protezione civile. Sono stati individuati 2 progetti vincitori e altri 4 hanno ricevuto una menzione speciale.

Progetti presentati al concorso "Piccoli cittadini per grandi strade":

Vincitori:

1. Proposta di individuazione di un nuovo percorso ciclo-pedonale- *Porto S. Pancrazio e Veronetta (VR)*. Collegamento di due quartieri all'interno di un processo di riqualificazione urbana; pedibus. Proposto da due comitati di quartiere e da un Istituto comprensivo. Coinvolti: comune (cdr ambiente), l'E.S.U., l'associazione FIAB, Agenda 21, circoscrizione. *Durata*: anno scolastico 2006-2007. *Destinatari*: alunni scuola primaria; *risultati*: 67% di alunni si recano a scuola a piedi
2. "Percorsi colorati"- *Montecchio Maggiore (VI)*. Ricognizione territorio, laboratori progettazione partecipata, laboratori sui giochi, invio richieste urbanistiche al comune; pedibus. Proposto da un Istituto Comprensivo, coinvolti anche: comune (mobilità, istruzione, ambiente, polizia municipale), gruppo volontari "Montecchio si mobilita", associazione Artemide, studio TANDEM (urbanistica partecipativa). *Durata*: 2006-2007

Menzioni speciali:

3. "Il triangolo del villaggio"- *Mestre (VE)*. Progetto di educazione stradale con l'individuazione di un percorso di collegamento tra tre scuole, all'interno di un percorso didattico di conoscenza del territorio. Proposto da una scuola elementare, da una scuola dell'infanzia e da un asilo nido. Coinvolti anche due comuni. *Durata*: dal 1999 al 2006-2007
4. *Fumane (VR)*. Tre laboratori "Sport in ambiente naturale", "Cittadinanza responsabile", "Laboratorio ambiente"; sensibilizzazione famiglie su bicicletta e cammino. Proposto da 3 classi di una scuola media; coinvolti anche: comune, polisportiva, associazione Bicicletta, ARPAV, associazione per la Valpolicella, lega Tumori, Polizia municipale. *Progetto realizzato nel 2006*
5. "Riappropriazione dello spazio urbano per finalità di gioco e socialità"-*Sottomarina - Chioggia (VE)*. Ricerca toponomastica sulle calli di Sottomarina Vecchia, analisi spazi per la socializzazione e il gioco; richiesta al comune di nuovi spazi; interviste ai nonni sulla vita quotidiana nelle calli e sull'alimentazione; ricerca sui giochi della tradizione. Proposto dalle classi terze di una scuola primaria; coinvolto anche il comune. *Durata*: 2004-2006
6. "Pedibus e spazi verdi"- *Martellago (VE)*. Inserito in un accordo di programma promosso dalla scuola e dal progetto comunale "La città dei bambini"; modifica percorsi pedonali, potenziamento attività motoria a scuola. Proposto da un Istituto comprensivo e l'associazione "Comitato genitori"; coinvolti anche: comune, polizia municipale, AdB, pedoni Mirano, associazione Orienteering. *Durata*: 2005-2007. *N. destinatari*: 400 ragazzi

Altri progetti:

7. “Piedibus” - *Conselve (PD)*. Sensibilizzazione bambini – genitori, attività in classe (mappa cartografica, grafici presenze, componimenti, alimentazione sana), incontri con il comune per realizzazione percorsi comunali. Proposto da cinque classi di una scuola primaria; coinvolti anche genitori, polizia municipale, comune. *Durata*: anno scolastico 2006-2007. *Risultati*: 163 soggetti coinvolti
8. “A scuola noi andiamo da soli”- *Camposampiero (PD)*. Inserito in un progetto globale di cittadinanza attiva: sensibilizzazione bambini – genitori, attività in classe, esplorazione del quartiere, individuazione percorsi sicuri, modifiche di percorsi e segnaletica concordata col comune; addestramento volontari. Proposto da tutte le classi primarie dei comuni di Camposampiero e Rustega. Coinvolti genitori, nonni, comune, polizia municipale, direzione didattica, gruppo “Anche il bambino è un cittadino”. *Durata*: 2006-2007; attivo dal 2001. *Risultati*: da 96 ragazzi nel 2001 a 320 nel 2006.
9. “Progettazione partecipata di un parco” - *S. Donà di Piave (VE)*. Laboratorio didattico - culturale (per bambini e adulti), naturalistico e ambientale; inserito all’interno dei progetti “Agenda 21” e “Città dei ragazzi”. Proposto dalla Protezione Civile ASTEA; coinvolti: ASTEA nazionale, associazioni volontariato, il comune e due studi di progettazione. *Durata*: 2002-2007. *Risultati*: 200 persone
10. “A scuola a piedi, in bici.....da soli” – *Vicenza*. Mappatura percorsi, laboratori e incontri di educazione alla salute; incontri con pediatri, vigili, famiglie; identificazione percorsi, coinvolgimento del quartiere, modificazioni permanenti della viabilità. Proposto dal Servizio di Educazione e Promozione della Salute; coinvolti anche: Ulss, comune, circoscrizione, vigili urbani, associazione “Tutti in bici” e il comitato dei genitori. *Durata*: 2004-2007. *Risultati*: 758 bambini e ragazzi
11. “Pedibus” - *S. Bonifacio (VR)*. Inserito in un accordo di programma promosso dalla scuola ha previsto la modifica dei percorsi pedonali e il potenziamento dell’attività motoria a scuola. Coinvolti: comune, famiglie, società sportive, associazioni (ADB, vonfcommercio, piccola industria, documenti storici), comitati cittadini. *Durata*: 2006-2007. *Risultati*: 140 bambini e 55 genitori
12. “Progetto pilota: percorsi sicuri casa-scuola”- *Treviso*. Analisi dei percorsi, sensibilizzazione dei bambini e delle famiglie (pedibus, bicicletta, attività motoria), proposte di modifiche dei percorsi al comune; laboratorio riparazione biciclette. Proposto da una scuola media; coinvolti anche il comune (mobilità, mobility manager, circoscrizione, polizia stradale), i genitori, la protezione civile e l’associazione FIAB. *Durata*: 2006-2007
13. “Mobiltyamoci” - *Arzignano (VI)*. Incontri – laboratorio, educazione stradale. Proposto da una scuola primaria; coinvolti: comune, associazione Nettare, cooperativa Sestante *Durata* 2005-2007.
14. “Pedibus e vado a scuola da solo”- *Cadidavid (VR)*. Attività didattica, misuriamo il traffico, coinvolgimento genitori. Proposto da un Istituto Comprensivo; coinvolti: comune, circoscrizione, comitati genitori, associazioni, Città dei bambini, Agenda 21. *Durata*: 2004-2007. *Destinatari*: ragazzi delle scuole primarie e secondarie di Cadidavid e Palazzina
15. “Riprogettazione rete stradale”- *Valdagno (VI)*. Realizzazione pista ciclo-pedonale, altri interventi strutturali (attraversamenti pedonali, rallentamento velocità ecc.). Proposto da una scuola media; coinvolti: comune, polizia municipale, ARPAV, Veloclub, FIAB, studio architetti. *Durata*: 2006-2010
16. “Monteforte in movimento”- *Monteforte d’Alpone (VR)*. Pedibus, festa dello sport, Bimbinbici, il bambino creativo – consigliere – lettore – camminatore. Proposto dalla scuola media; coinvolti: comune, vigili urbani. *Durata*: 2005-2007. *Destinatari*: bambini scuole primarie, ragazzi scuola secondaria di primo grado
17. “Strada Sicura”- *Cassola (VI)*. Educazione stradale. Proposto da due classi di una scuola primaria; coinvolti: polizia municipale, associazione Ciclo Team. *Durata*: anno scolastico 2006-2007. *Destinatari*: bambini dai 4 ai 10 anni

18. “Piedibus”- *Creazzo (VI)*. Proposto da un Istituto Comprensivo, coinvolti anche il comune, la Lega Ambiente e il comitato dei genitori. *Durata*: anno scolastico 2005-2006. *Risultati*: 72 alunni e 28 genitori
19. Pianiga (VE): elaborato grafico collettivo. Proposto da due classi di una scuola primaria

Sono proseguiti anche gli incontri informativi per la popolazione in tutte le ulss.

5. Iniziative organizzate di attività fisica

Nel 2008 è iniziato il finanziamento di 14 nuovi progetti di promozione dell'attività fisica (promossi e coordinati dall'ULSS 20) nelle ULSS.

Sono inoltre proseguite le iniziative di gruppo, gratuite o a prezzi calmierate, destinate soprattutto agli anziani e ai portatori di malattie croniche:

- Gruppi di cammino (ulss 3, 4, 6, 7, 9, 14, 15, 17, 18, 19, 20, 22)
- Ginnastica anziani (ulss 1, 4, 6, 7, 8, 9, 14, 18, 20, 21)
- Ginnastica e cammino diabetici (ulss 3, 4, 6, 7, 8, 9, 14, 15, 16, 18, 20, 22)

E' proseguita la realizzazione di **studi e progetti locali di promozione del cammino e della bicicletta**. Rientrano in questo settore di attività alcuni progetti pilota nella ULSS 20 (lo “Studio Wave”, il “Pedala che ti passa” e il progetto per pazienti psichiatrici - v. avanti Attività ULSS 20).

6. Promozione dell'attività fisica a livello individuale e di gruppo

I **progetti locali** di promozione dell'attività fisica **finanziati** nel 2008 (15 Progetti in 11 Ulss) prevedono fra l'altro la promozione dell'attività fisica nei diversi gruppi di popolazione.

Nell'ulss 6 prosegue l'intervento di counseling su nutrizione e AF (parzialmente finanziato con fondi del progetto di lotta alla sedentarietà).

E' proseguita la collaborazione con i MMG, per realizzare una adeguata formazione e potenziare il counseling individuale sull'attività fisica in ambulatorio (sia con i soggetti sani che con i portatori di patologia cronica), con le seguenti iniziative:

- Realizzazione di materiali informativi in collaborazione con GSK: manuale “La promozione dell'attività fisica nella III età”, Cortina ed.; newsletter bimestrale spedita a 550 operatori sanitari, per lo più MMG
- Campagna regionale di formazione 2007/8 in collaborazione con GSK (ulss 1, 2, 3, 4, 6, 8, 12, 15, 17, 18, 19, 20, 21, 22, per complessivi 19 eventi formativi)
- Collaborazione con i MMG nell'ambito del progetto di prevenzione cardiovascolare primaria (ulss 4, 9, 17)
- Progetto pilota per potenziare la collaborazione dei MMG allo screening sanitario dei soggetti partecipanti ai corsi di ginnastica per anziani (ulss 20)

IN SINTESI:
2002/7

Si riportano sinteticamente i principali risultati conseguiti; per i dettagli v. tabella attività

Ulss coinvolte: 19 su 21

Attività “minime” realizzate in tutte o nella maggior parte delle Ulss partecipanti

- raccolta dati 2004: 11 Ulss
- formazione 2004: 15 Ulss
- incontri periodici con i referenti di progetto e formazione permanente: 7
- progetti locali finanziati: 23 progetti in 13 Ulss

- progetti nelle singole Ulss senza finanziamento specifico: 29 progetti in 13 Ulss
- insegnanti di educazione fisica formati: 191
- formazione MMG e operatori della prevenzione 2007/8: v. avanti 2008
- materiali realizzati
 - in collaborazione con GSK: opuscolo per il MMG; opuscolo per i pazienti; manuale corso pilota di formazione; studio sull'AF negli anziani veronesi; manuali Cortina Ed "L'attività fisica nella III età" e "La promozione dell'attività fisica nella III e IV età")
 - manifesti e dépliant scale
 - facsimili volantini e locandine in A3
 - facsimili lettere (per il coinvolgimento di scuole, comuni ecc.)
- sito web

2008

- formazione MMG e operatori della prevenzione 2007/8: 19 giornate in 13 ulss con il coinvolgimento di 962 operatori sanitari di cui 724 MMG
- finanziamento di 15 Progetti in 11 Ulss
- supporto alla rete dei referenti di progetto (incontri e comunicazioni informali)
- diffusione di informazioni e di supporti didattici
- aggiornamento bibliografico
- riorganizzazione e ampliamento sito web; newsletter