

VIII corso Girolamo Mercuriale

Attività fisica e salute:

Valutare, consigliare, creare opportunità

**Quando i Comuni
promuovono l'attività
fisica.
Guida e buone prassi**

Cesena, 22 e 23 ottobre 2018

Luisa Dettoni, Alessandra Suglia
DoRS Regione Piemonte, Asl TO3



La guida

VIII Corso
Girolamo
Mercuriale

Cesena

22, 23
Ottobre



Modelli e strumenti
febbraio 2018

Quando i Comuni promuovono



I progetti realizzati e i vantaggi ottenuti
Amministrazioni che hanno aderito



Piano Regionale di Prevenzione
Programma 2 "Guadagnare Salute Piemonte -

INDICE

Premessa	1
Capitolo 1. Advocacy per l'attività fisica. Principi e azioni	5
1.1 I documenti internazionali.....	5
1.2 Le iniziative italiane.....	9
1.3 Le iniziative piemontesi.....	10
Capitolo 2. Le esperienze dei Comuni	12
2.1 Le buone prassi	13
2.2 I suggerimenti pratici e i vantaggi	19
Capitolo 3. Linee guida	23
Bibliografia	26
Allegati	27



Da co-autori a destinatari

VIII Corso
Girolamo
Mercuriale

Cesena

22,23
Ottobre
2018



- i **decisori locali, sia politici sia tecnici**, perché investano - sempre di più - nella **promozione dell'attività fisica e della salute** aderendo, come primo passo, ai principi e alle azioni della «Carta di Toronto per l'attività fisica».

- i **gruppi e tavoli di lavoro**, presenti in molti territori, impegnati nel definire e attuare **proposte intersettoriali** per migliorare gli stili di vita dei cittadini.



L'attualità della Carta di Toronto per l'attività fisica

VIII Corso
Girolamo
Mercuriale

Cesena

22, 23
Ottobre
2018



A bit of history

Adattamento da HEPA EUROPE, 2018

Global
Action
Plan to
promote
Physical
Activity



I percorsi di lettura

VIII Corso
Girolamo
Mercuriale

Cesena

22,23
Ottobre
2018



Percorso di lettura 1 Principi e azioni

Advocacy pag. 5



Le esperienze dei Comuni pag. 12



Linee guida pag. 23

Percorso di lettura 2 Vantaggi e indicazioni pratiche

Linee guida pag. 23



Le esperienze dei Comuni pag. 12



Advocacy pag. 5

Percorso di lettura 3 Buone prassi

Le esperienze dei Comuni pag. 12



Linee guida pag. 23



Advocacy pag. 5

Le linee guida in formato opuscolo

VIII Corso
Girolamo
Mercuriale

Cesena

22, 23
Ottobre
2018



Modelli e strumenti
marzo 2018

dors
Centro Regionale di Documentazione
per la Promozione della Salute

Quando i Comuni promuovono l'attività fisica.
I progetti realizzati e i vantaggi ottenuti, raccontati dalle
Amministrazioni che hanno aderito alla Carta di Toronto



Le linee guida

 REGIONE
PIEMONTE

 RAP
REALIZZAZIONE ATTIVITÀ FISICA PIEMONTE

Piano Regionale di Prevenzione 2014 - 2018
Programma 2 "Guadagnare Salute Piemonte - Comunità e ambienti di vita"

20 dors

Le esperienze dei Comuni. La ricerca documentale

VIII Corso
Girolamo
Mercuriale

Cesena

22,23
Ottobre
2018



Le esperienze di advocacy e di adozione della Carta di Toronto realizzate nei territori che **cosa ci raccontano?**
Posso essere trasferite?



Le fonti consultate

VIII Corso
Girolamo
Mercuriale

Cesena

22,23
Ottobre
2018



Progetto CCM « Una rete di azioni per rendere operativa la Carta di Toronto» - **Mercuriale 2015**



Ricerca libera sul web

«vi sono Comuni che hanno manifestato interesse ad aderire alla Carta di Toronto»

«adozione Carta di Toronto»

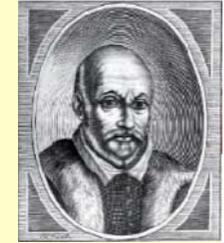


I risultati

VIII Corso
Girolamo
Mercuriale

Cesena

22,23
Ottobre
2018



Le 6 buone prassi esaminate sono state illustrate attraverso una **scheda** che focalizza l'attenzione su: attori coinvolti, obiettivi, azioni, punti di forza e approfondimenti

Lasciamo il segno:
la rete trovigiana per l'attività fisica

Lasciamo il segno
LA RETE TROVIGIANA
PER L'ATTIVITÀ FISICA
Carta di Toronto

Fonte: www6.ubs.tv.it/Minisite/lasciamoilsegno.html

La salute in cammino, diecimila passi per stare bene

Fonte: www2.ubs.piemonte.it

Attori coinvolti
Città di Biella, Comuni biellesi (Cossato, Lessona, Quaronzo...), ASI Biella (Servizio Igiene Sanità Pubblica e della Medicina dello Sport), scuole

Obiettivi
Facilitare l'attività fisica quotidiana da parte dei percorsi di camminata segnalati e sicuri - urbani - fruibili da tutti.

Azioni
In ogni Comune aderente al progetto sono state moderate. Per ciascun Comune, uno di questi p Cammino. Su questo tratto, lungo circa un chilop popolazione, con la guida di esperti, si sono ap equilibrio, corretta respirazione, coordinazione, milligradi. Questo disegno, presentato dalla so vincitore del concorso: Un logo per i diecimila p scuole secondarie di primo grado del biellese.

La salute in cammino è il risultato di un perso diabete e le malattie cardiovascolari, e di prome Città di Biella ha deliberato l'adozione della Car attuare politiche di sostegno e promozione del nell'intero ciclo di vita, considerando i bisogni d (Delibera 186/2012). Questo mandato è stato n Opportunità e Volontariato per attivare sinergie rendere operativi i principi della Carta di Toronto.

Nel 2015, il Consorzio dei Comuni dell'area biel adottato la Carta di Toronto come strumento di a favorire l'attività fisica sia nel contesto di com di comunicazione nell'ambito della campagna: t tecnici e politici, ed è stato diffuso materiale inf

Punti di forza

- utilizza la Carta di Toronto per i programmi salute, benessere e pianificazione urbanisti
- sviluppa e favorisce l'intersezionalità
- sviluppa e favorisce la partecipazione e l'em
- deriva dal progetto CCM Azioni Una Rete di

Per approfondimenti
http://www.retepromozionesalute.it/bd2_sched

L'esperienza della città di Modena per una mobilità sostenibile

Fonte: presentazione S. Adelfi sic
www.azionipermanenti@realitalia.it/trascuriale013_Materiali

Attori coinvolti
Comune (Assessorato all'ambiente e alla mobilità), ARPA (Agenzia Regionale Protezione Ambientale), Azienda Ospedaliera, Rete Italiana Città Sane - OMS, Agenda 21, Associazioni ciclistiche (FIAB e UDACE).

Obiettivi

- promuovere modalità di trasporto sostenibile per i tragitti casa/lavoro/studio/cura
- testare lo strumento di valutazione economica di salute sviluppato nell'ambito del progetto HEAT²⁰⁰ su di un nuovo tratto di pista ciclabile²⁰⁰ della città per dimostrare concretamente come questo investimento non è solo infrastrutturale/urbanistico ma contribuisce anche alla promozione della salute dei cittadini.

Azioni
Questo progetto, realizzato nell'ambito di due progetti europei - il progetto HEAT (Health Economic Assessment Tools) e il progetto PHAN²⁰⁰ (Physical Activity Networkings) -, sviluppa e realizza i principi e le raccomandazioni per l'azione della Carta di Toronto.

Nello specifico, ha previsto:

- raccolta dati. È stato osservato e misurato il flusso dei ciclisti nell'area del progetto e l'impatto della nuova infrastruttura sul flusso stesso
- diffusione dei risultati alla cittadinanza attraverso media locali ed eventi di promozione dell'attività fisica e della mobilità sostenibile (Domenica senza'auto, Festival della salute, ...)
- realizzazione dell'opera.

Sempre rispetto alla ciclabilità si sono, anche:

- create nuove Zone 30
- messi a disposizione servizi quali noleggi gratuiti di biciclette, porta biciclette, depositi protetti e targatura dei mezzi
- promossi incentivi per l'acquisto di veicoli elettrici.

Punti di forza

- promuove una stretta collaborazione tra i settori sanitario e quelli riguardanti ambiente, pianificazione urbana, trasporti, sport e cultura nell'ottica della salute in tutte le politiche
- promuove e realizza ambienti favorevoli che rendono più facili le scelte di vita salutari
- motiva e giustifica le decisioni politiche e i relativi investimenti economici quantificando i vantaggi in termini di salute e di risparmio economico (spesa socio-sanitaria).

Per approfondimenti
- www.azionipermanenti@realitalia.it/Files/materiali/0%20Dei%20deverza%20mercuriale%2013%20pp01_Ardelfi.pdf

il 20 settembre
ta circa 200
e strutturata che
renti alla rete.
e in alcune
ta che traccia del
di Prevenzione
a di Toronto
propone la
to, delle
inibibili. Si
to, avvio e
stegno all'avvio
gnare Salute
o.
trovigiana per

2017 - Le «interviste» di approfondimento

VIII Corso
Girolamo
Mercuriale

Cesena

22,23
Ottobre
2018



8 domande aperte

argomenti «indagati»:

- come si è venuti a conoscenza della Carta,
perché è stata adottata e in che modo

- quali interventi/progetti e attività specifiche sono
stati messi in atti, con quali risorse e come sono
stati valorizzati

- quali vantaggi si sono ottenuti

- quali indicazioni/suggerimenti si possono dare

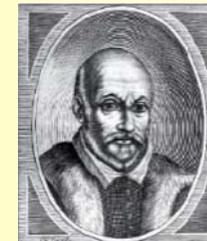
sulle
, ai
ario

L'analisi dei dati

VIII Corso
Girolamo
Mercuriale

Cesena

22,23
Ottobre
2018



Alcune riflessioni:

- i **Comuni** devono **favorire salute e benessere dei cittadini** lungo tutto il ciclo di vita facilitando l'adozione di uno stile di vita salutare, attivo e sostenibile
- **ambiente** (naturale, socio-economico e culturale) veicolo di messaggi di salute
- **luoghi dove fare movimento** = luoghi di aggregazione, socializzazione e scambio culturale
- lavorare «**con**» e «**per**» **la comunità**
- «**lavoro di squadra**», condivisione di obiettivi, risorse, politiche,... promozione «trasversale» dell'attività fisica e della salute
- **attenzione** alle fasce più «fragili» della popolazione
- «**raccontare**» i risultati raggiunti attraverso i canali comunicativi oggi più diffusi

Le linee guida

VIII Corso
Girolamo
Mercuriale

Cesena

22,23
Ottobre
2018



I risultati di questo lavoro di ricerca, uniti ai dati di letteratura, hanno permesso la stesura pratico-operativa delle linee guida

1 Aderire alla Carta di Toronto, e ai documenti conseguenti, vuol dire

riconoscersi nei principi di: salute globale, sviluppo sostenibile e salute in tutte le politiche



2 Quali sono i vantaggi per la mia Amministrazione

intersettorialità e politiche condivise, una comunità più 'attiva', maggior visibilità delle iniziative messe in atto, contenimento delle spese



3 Come posso aderire

sottoscrivendo i principi della Carta, e dei documenti conseguenti, con un atto formale (delibere, protocolli, eventi istituzionali,...)



4 Cosa posso fare

costruire alleanze e partnership, condividere opportunità e risorse, sostenere e orientare iniziative in atto, coinvolgere la comunità, realizzare interventi e progetti intersettoriali, contrastare le disuguaglianze



5 Come posso valorizzare quello che ho fatto

documentando e comunicando i risultati con un linguaggio chiaro e comprensibile



I 5 «passi» operativi

VIII Corso
Girolamo
Mercuriale

Cesena

22,23
Ottobre
2018



1 Aderire alla Carta di Toronto, e ai documenti conseguenti, vuol dire



Paul Volkmer

- **riconoscersi nei principi di salute globale e sviluppo sostenibile:** l'attività fisica è una pratica di salute, promuove il benessere, la salute fisica e mentale ma produce anche benefici sociali e contribuisce alla sostenibilità ambientale
- prendere consapevolezza che spesso quanto già portato avanti in determinati settori - Viabilità e Trasporti, Servizi sociali, Istruzione, ...- può valere anche per la salute - **salute in tutte le politiche**

I 5 «passi» operativi

VIII Corso
Girolamo
Mercuriale

Cesena

22,23
Ottobre
2018



2 Quali sono i vantaggi per la mia Amministrazione



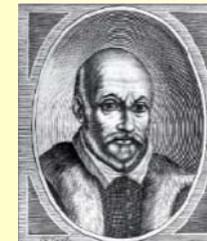
Danielle Macinnes

- ❑ **far confluire tanti temi e iniziative sotto un unico 'capitolo'** (promozione della salute e del benessere, mobilità e ambiente sostenibile, inclusione sociale,...)
- ❑ **maggior intersettorialità**, collaborazione tra servizi e settori diversi per la realizzazione di obiettivi comuni e di conseguenza per l'adozione di **politiche condivise** finalizzate al sostegno e al benessere dei propri cittadini nell'intero ciclo di vita
- ❑ **coinvolgimento e partecipazione attiva della comunità** nel promuovere l'attività fisica come azione prioritaria per migliorare la salute della popolazione
- ❑ **maggior visibilità** per la cittadinanza delle attività messe in campo volte al miglioramento della salute e del benessere e loro valorizzazione
- ❑ **contribuire all'aumento delle persone che praticano attività motoria** nelle differenti fasce di età
- ❑ riuscire a **contenere e ridurre**, nel tempo, le **spese socio-sanitarie**

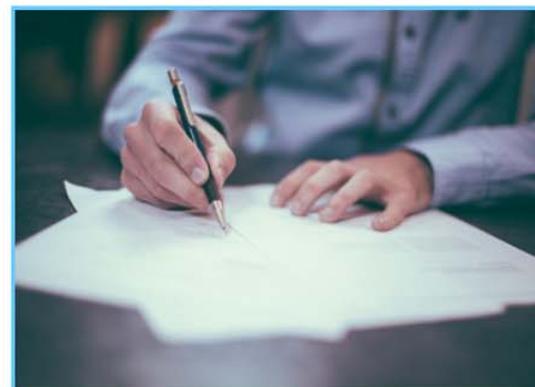
I 5 «passi» operativi

VIII Corso
Girolamo
Mercuriale

Cesena
22,23
Ottobre
2018



3 Come posso aderire



Helloquence

- **sottoscrivendo i principi della Carta, e dei documenti conseguenti, con un atto formale** (delibera di giunta, protocollo d'intesa, comunicazioni o eventi istituzionali,...)

Quasi sicuramente con le politiche e gli interventi già, in parte o del tutto, si aderisce ai principi e al modello d'azione proposto. In questo modo si dà una cornice 'ideale' a ciò che si sta facendo o si vuole fare, alla programmazione delle attività e dei progetti inerenti la promozione dell'attività fisica, facilitandone la valorizzazione e la diffusione sul territorio

I 5 «passi» operativi

VIII Corso
Girolamo
Mercuriale

Cesena

22,23
Ottobre
2018



4 Cosa posso fare



Susan Yin

- ❑ **fare rete, costruire alleanze e partnership, condividere opportunità e risorse** con i diversi settori/servizi interni alla mia Amministrazione, con le altre Amministrazioni e con tutti gli attori del mio territorio
- ❑ **coinvolgere ed elaborare progetti e interventi con la comunità** partendo dai suoi bisogni reali mettendo in atto processi che favoriscono la conoscenza, l'ascolto e la comprensione della 'storia' del contesto locale e 'rendono facile' il coinvolgimento delle persone e lo sviluppo di comunità
- ❑ **contrastare le disuguaglianze sociali e prestare attenzione alle fasce più 'fragili' della popolazione** consentendo a tutti, ma in particolare ai soggetti socio - economicamente più svantaggiati, di poter praticare attività fisica e sportiva gratuita o a costi contenuti
- ❑ **accompagnare, valorizzare e orientare ciò che è già fatto sul territorio da strutture e associazioni locali** supportando e sostenendo le attività realizzate da centri di aggregazione o associazioni sportive
- ❑ **favorire la promozione dell'attività fisica di tutta la comunità** (bambini, adolescenti, giovani, adulti, anziani) **con interventi, progetti nei vari campi di competenza:** mobilità sostenibile (viabilità e trasporti), pianificazione urbanistica e territoriale, ambiente, istruzione, sport e tempo libero, politiche sociali

I 5 «passi» operativi

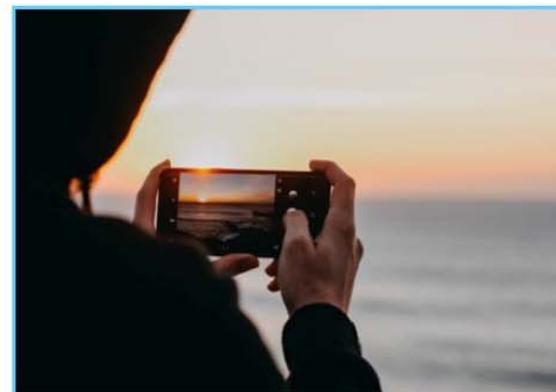
VIII Corso
Girolamo
Mercuriale

Cesena

22,23
Ottobre
2018



5 Come posso valorizzare quello che ho fatto



Anna Utochkina

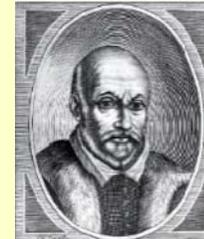
- **analizzando quanto realizzato**, ad esempio valutando interventi e progetti in termini di processo e risultato (osservare e 'misurare' l'andamento delle attività, il raggiungimento degli obiettivi, i cambiamenti - ambientali, strutturali, comportamentali,...-) utilizzando, se possibile, strumenti specifici come l'Health Economic Assessment Tool (HEAT)
- **documentando e comunicando i risultati**, ad esempio producendo comunicati stampa, articoli, video, adottando un linguaggio semplice, chiaro e comprensibile, utilizzando i canali di comunicazione oggi più diffusi: siti web, social network

La voce dei protagonisti

VIII Corso
Girolamo
Mercuriale

Cesena

22,23
Ottobre
2018



I «percorsi» dei territori di Biella
e provincia e di Modena

Grazie per l'attenzione!

Sitografia

VIII Corso
Girolamo
Mercuriale

Cesena

22, 23
Ottobre
2018



www.dors.it
Pubblicazioni
Report e Manuali
2018



www.dors.it
Pubblicazioni
Traduzioni
2018



www.dors.it
Pubblicazioni
Modelli e strumenti
2018

