



A.S.L. TO3

Azienda Sanitaria Locale
di Collegno e Pinerolo

SEDE DI COLLEGNO
SEDE LEGALE PROVVISORIA
Via Martiri XXX Aprile, 30 - 10093 Collegno TO
Tel. 011.40171

P.E.C.: aslto3@cert.aslto3.piemonte.it

SEDE DI PINEROLO
Stradale Fenestrelle, 72 - 10064 Pinerolo TO
Tel. 0121.2331

P.I./Cod. Fisc. 09735650013

S.C. COMUNICAZIONE e RELAZIONI ESTERNE

COMUNICATO STAMPA

NELLA SOLA ASL TO3 SONO OLTRE 120.000 LE PERSONE SEDENTARIE

GIAVENO: RIPARTE IL PROGETTO “GRUPPI DI CAMMINO”

**GIOVEDÌ 12 E 19 FEBBRAIO RITROVO ALLE ORE 10 PRESSO IL PARCHEGGIO
DEL PALAZZETTO DELLO SPORT IN VIA COLPASTORE –
SOLO 3 CITTADINI ADULTI SU 10 SONO ATTIVI FISICAMENTE**

Ripresa per il progetto “Gruppi di Cammino”, previsto nel Piano di Salute del Distretto Sanitario di Giaveno dell'ASL TO3 e accolto favorevolmente dalla Città di Giaveno per la diffusione e lo svolgimento di attività fisica in special modo nella popolazione anziana.

Avviato in modo sperimentale lo scorso ottobre 2014, il Gruppo di Cammino di Giaveno, (che estenderà prossimamente l'esperienza in altre aree del territorio) guidato dai Walkin Leader (titolo rilasciato dalla Fitwalking Italia) dell'ASI TO3 che assieme ai referenti distrettuali portano avanti la proposta aziendale per la promozione della attività fisica nei comuni di competenza territoriale, ha incontrato un buon interesse da parte dei cittadini, alcuni dei quali hanno dato continuità agli appuntamenti individuando fra loro un coordinatore delle uscite.

Otto gli incontri realizzati fra ottobre e dicembre con appuntamento settimanale ai quali l'ASL intende dare prosecuzione con due nuove date, quelle di giovedì 12 e 19 febbraio con ritrovo alle ore 10 presso il parcheggio del Palazzetto dello Sport in via Colpastore a Giaveno.

Nella realizzazione dell'iniziativa l'ASL TO3 ha messo in atto una metodologia basata sull'empowerment impegnandosi a guidare e successivamente a rendere autonomi coloro che diverranno i nuovi leader interni e che daranno seguito al progetto con iniziative future. L'attività mira a rompere la sedentarietà che interessa moltissime persone e **costituisce un autentico problema per coloro che hanno un'età compresa fra i 50-69 anni.**

Questo aspetto appare particolarmente significativo al Direttore del Distretto Dr. Pasquale Grassano : *“ci auguriamo che la partecipazione ai gruppi di cammino diventi una vera e propria indicazione dei medici di famiglia a pazienti con specifici fattori di rischio o problemi come obesità, sovrappeso, ipertensione o diabete. Dall'analisi dei dati emerge che i Gruppi di Cammino non offrono solo il vantaggio di rendere le persone più attive fisicamente ma chi vi partecipa regolarmente vede ridotta la pressione, la frequenza cardiaca a riposo, il grasso corporeo, il peso e il colesterolo totale”.*



www.regione.piemonte.it/sanita

S.C. COMUNICAZIONE e RELAZIONI ESTERNE – ASL TO3

Struttura con Sistema di Gestione Certificato da CERMET secondo la norma Uni EN ISO 9001:2008

Dirigente Responsabile Dott. Mauro Deidier – tel. 0121 235220 – fax 0121 235163 mdeidier@aslto3.piemonte.it

Segreteria Direzione Generale - Collegno Tel. 011 4017230 – fax 011 4017229 direzione@aslto3.piemonte.it

URP - Sede Pinerolo tel. 0121 235201/5221 urp.pinerolo@aslto3.piemonte.it URP- Sede Collegno tel. 011 4017058 urp.collegno@aslto3.piemonte.it

Ufficio progetti / Sistema di ascolto - Sede Pinerolo Tel. 0121 235060 sist.ascolto@asl10.piemonte.it

Centro Stampa aziendale – Stradale Fenestrelle n. 72 – 10064 Pinerolo Tel. 0121 235204 lpentenero@asl10.piemonte.it

**A.S.L. TO3**Azienda Sanitaria Locale
di Collegno e PineroloSEDE DI COLLEGNO
SEDE LEGALE PROVVISORIA
Via Martiri XXX Aprile, 30 - 10093 Collegno TO
Tel. 011.40171P.E.C: aslto3@cert.aslto3.piemonte.itSEDE DI PINEROLO
Stradale Fenestrelle, 72 - 10064 Pinerolo TO
Tel. 0121.2331

P.I./Cod. Fisc. 09735650013

“L’esperienza che abbiamo voluto far conoscere ai cittadini di Giaveno risponde al bisogno di offrire iniziative di promozione della salute, di condurre attività all’aria aperta che suggeriscono pratiche anche molto semplici ma efficaci nei ritorni in termini di socializzazione e qualità della vita. – Sottolinea Vincenza Calvo, medico e Assessore alle Politiche Sociali e alla Salute del Comune – Come amministratori puntiamo a migliorare la vita di tutti i cittadini, a farlo mettendo a disposizione progetti gratuiti e auto sostenibili che hanno capacità di incidere sui comportamenti e sulla quotidianità. L’avvio è stato buono e l’auspicio è che nella bella stagione nuove e più persone vogliano avvicinarsi al “Gruppo di Cammino” di Giaveno. Sono particolarmente felice che l’iniziativa abbia fatto emergere un coordinatore che si è impegnato a proporre un secondo incontro settimanale e a definire di volta in volta i percorsi. Ringrazio l’Asl To3 e gli operatori per il lavoro svolto che spero possa trovare continuità.”

“ Camminare fa bene. – commenta Sabrina Ranzani Walkin Leader – Chi cammina riscopre il benessere e si riappropria del piacere dell’esercizio fisico in armonia con l’ambiente”.

Dai risultati ottenuti con la sorveglianza PASSI si stima che solo 3 persone dell'ASL TO3 su 10 possono essere considerate attive fisicamente perchè svolgono un livello raccomandato di attività fisica. Il valore risulta statisticamente inferiore a quello rilevato in Piemonte. La sedentarietà nella sola ASL TO3 coinvolge circa 120 mila persone, in percentuale simile al resto del Piemonte e in costante aumento dal 2007.

Quello della sedentarietà è un problema caratterizzato da differenze sociali significative, in quanto maggiormente diffuso tra le persone con difficoltà economiche e associato ad un grado di istruzione inferiore. I sedentari sono principalmente persone 50-69 anni: 3 di questi su 10 percepiscono come sufficiente il proprio livello di attività fisica, mentre poco più della metà percepiscono positivamente la salute. Questa prevalenza, come quella rilevata tra i parzialmente attivi, risulta stabile negli anni e sempre inferiore ai valori piemontesi. Si mostra in crescita solo tra i soggetti attivi.

10 febbraio 2015

www.regione.piemonte.it/sanita**S.C. COMUNICAZIONE e RELAZIONI ESTERNE – ASL TO3****Struttura con Sistema di Gestione Certificato da CERMET secondo la norma Uni EN ISO 9001:2008**Dirigente Responsabile Dott. Mauro Deidier – tel. 0121 235220 – fax 0121 235163 mdeidier@aslto3.piemonte.itSegreteria Direzione Generale - Collegno Tel. 011 4017230 – fax 011 4017229 direzione@aslto3.piemonte.itURP - Sede Pinerolo tel. 0121 235201/5221 urp.pinerolo@aslto3.piemonte.it URP- Sede Collegno tel. 011 4017058 urp.collegno@aslto3.piemonte.itUfficio progetti / Sistema di ascolto - Sede Pinerolo Tel. 0121 235060 sist.ascolto@asl10.piemonte.itCentro Stampa aziendale – Stradale Fenestrelle n. 72 – 10064 Pinerolo Tel. 0121 235204 lpentenero@asl10.piemonte.it