

Bando
Oscar della Salute 2018
Premio Nazionale Rete Città Sane – OMS
www.retecittasane.it
MODULO PRESENTAZIONE PROGETTO

| | |
|--|--|
| Titolo del progetto | SALUTE IN CAMMINO DIECIMILA PASSI PER STAR BENE |
| Ente proponente | Comune di Callabiana, capofila |
| Referente del progetto | Lorenzo Vercellotti frazione Fusero, 3 015745288 - 3396273346 callabiana@ptb.provincia.biella.it lorenzovercellotti@gmail.com |
| Città in cui ha avuto luogo il progetto | Il progetto ha avuto luogo in 3 Città e in 25 Comuni della provincia di Biella e 3 Comuni della Provincia di Vercelli |
| Popolazione del Comune | capofila 136 abitanti (Popolazione complessiva di tutti i comuni partecipanti al progetto 117111 dato 2017) |
| Durata del progetto: | 60 mesi |
| Descrizione di sintesi del progetto: | <p>La condivisione nel territorio della Provincia di Biella del progetto “Salute in cammino” promosso dal Dipartimento di Prevenzione dell’ASL di Biella e condotto in collaborazione con Arpa Piemonte, tre Città e ventisei Comuni della Provincia di Biella, tre Comuni della Provincia di Vercelli e le Associazioni sportive e del volontariato, hanno generato una serie di sinergie positive che hanno indotto più Amministratori dei Comuni afferenti alla provincia di Biella e di Vercelli a progettare luoghi urbani ed extraurbani che migliorano la salute e il benessere, costruendo sul proprio territorio, nell’ambito di cammini già tracciati e interconnessi tra loro o collegati tramite gli itinerari e i cammini storico-devozionali già esistenti le “Scuole del cammino”, percorsi lunghi un chilometro, segnalati ogni 250 metri da tabelle con i tempi di percorrenza e le sensazioni provate: “ In base al tempo impiegato per percorrere quella distanza e alla capacità di parlare o di cantare mentre si cammina ognuno può capire quale sia il passo ideale da tenere. Se ad esempio: camminando si riesce a cantare significa che l’andatura è troppo lenta, bisogna accelerare, se si deve ridurre il tono di voce l’andatura è moderata; se non si riesce a parlare significa che l’attività è intensa”.</p> <p>L’immagine del bruco millepiedi comunica il programma di salute pubblica di alto valore sociale e attivamente inclusivo che, attraverso politiche finalizzate a supportare progetti che realizzano in luoghi urbani e rurali spazi fisici che accrescono la coesione sociale e culturale, valorizzano il patrimonio ambientale e favoriscono in modo semplice ed economico, ma strutturato, la pratica della mezz’ora di cammino giornaliero modulato sulle capacità individuali, fondamentale sia a livello curativo che preventivo per guadagnare salute grazie a un corretto stile di vita.</p> |

| | |
|--|--|
| | <p>Questo programma ha posto le basi per la costituzione della “rete dei comuni” che colloca il Biellese a capofila dei “Territori del benessere”, luoghi amministrati attraverso politiche inclusive e rispettose delle indicazioni che affermano la centralità del territorio come luogo di tutela della salute e dell’ambiente.</p> |
| <p>Obiettivi del progetto</p> | <p>Condividere e adottare politiche finalizzate alla progettazione e al recupero di spazi urbani e della natura dismessi o marginali e riqualificarli con più percorsi adatti al cammino ad intensità moderata, individuando, in ogni Comune un percorso sicuro e attrezzato con segnaletica, lungo circa un chilometro, denominato "Scuola del cammino" per apprendere, in autonomia, la tecnica di camminata.</p> <p>Proporre il Biellese nel suo insieme come "distretto della salute" sviluppando sistemi di sinergie positive che affermano la centralità del territorio come luogo inclusivo per la prevenzione e promozione della salute e dell'ambiente.</p> |
| <p>Dimensione tematica a cui il progetto fa riferimento</p> | <p>Progettare luoghi urbani che migliorano la salute e il benessere: una città sana dà l'esempio costruendo ambienti sociali, fisici e culturali adeguati a creare un luogo che sia attivamente inclusivo e faciliti la ricerca della salute e del benessere per tutti</p> |
| <p>Azioni realizzate</p> | <p>Avvio del progetto: anno 2015:</p> <p>1- istituzione, presso il Dipartimento di Prevenzione dell’ASLBI, del gruppo di lavoro “Salute in cammino” con l’inclusione di membri di Associazioni attive sul territorio e avvio del piano di lavoro.</p> <p>2 -Concorso d’idee per il logo del progetto rivolto alle Scuole Secondarie di Primo grado ad oggetto: “Un logo per i diecimila passi per star bene ...il tuo, perché un passo tira l’altro e diecimila fanno star bene “</p> <p>Anno 2016:</p> <p>1 -Termine del concorso e scelta del logo: il “BRUCO MILLEPIEDI” che percorre per star bene diecimila passi al giorno con un’andatura che gli permette “di parlare con l’amico che gli cammina accanto, ma non di cantare”</p> <p>2- Convegno di presentazione del progetto al territorio della Provincia di Biella, a cura del Dipartimento di Prevenzione dell’ASLBI</p> <p>3 -redazione e distribuzione delle “Mappe della salute” per rendere noti i percorsi e l’ubicazione delle “ palestre della salute all’aperto” libere a tutti e gratuite, progettate e costruite con apposita segnaletica.</p> <p>4 -Adesione di altri Comuni biellesi al progetto con contestuale adesione alla Carta di Toronto</p> <p>5 - Prime inaugurazioni dei percorsi di salute e delle scuole del cammino nell’ambito di eventi ludico sportivi gestiti dalle Amministrazioni Comunali in sinergia con le Associazioni di volontariato, sportive e pro loco per offrire alla comunità percorsi di camminata liberamente fruibili, duraturi, esteticamente belli, funzionali e sicuri, che restano patrimonio permanente della comunità che</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>condivide e acquisisce competenza sulla propria vita.</p> <p>Anno 2017:</p> <p>1 -Contestuale adesione al progetto e alla Carta di Toronto di altre Amministrazioni comunali</p> <p>2 - allestimento e inaugurazione di nuovi percorsi di camminata e palestre all'aperto"scuole del cammino"</p> <p>3 - produzione, distribuzione e divulgazione di materiale informativo attraverso stampa, in congressi nazionali e in ambito territoriale</p> <p>4 -Professori "Walking leader" formazione per docenti delle scuole afferenti all'UST, Ufficio Decimo Territoriale di Biella, progetto formativo inserito nel catalogo dell'offerta formativa per la scuola anno scolastico 2017/18 e condotto dal Medico dello Sport del Dipartimento di Prevenzione dell'ASLBI, sui percorsi di camminata e nelle palestre della salute all'aperto "scuola del cammino" . Aderiscono alla proposta formativa 28 insegnanti</p> <p>Anno 2018</p> <p>1 -Contestuale adesione al progetto e alla Carta di Toronto di altre Amministrazioni comunali e di una Unione dei Comuni "Tra Baraggia e Bramaterra" composta da tre comuni della Provincia di Biella e tre comuni della Provincia di Vercelli</p> <p>2 -allestimento e inaugurazione di nuovi percorsi di camminata e palestre all'aperto"scuole del cammino"</p> <p>3 - produzione, distribuzione e divulgazione di materiale informativo attraverso stampa, in congressi nazionali e in ambito territoriale</p> <p>4 - Cittadini "Walking Leader" le Amministrazioni comunali promuovono e realizzano due corsi gratuiti, offerti a tutti i cittadini del biellese, presso le "scuole del cammino" dei Comuni di Benna e Lessona. Aderiscono e si formano 23 cittadini</p> <p>5 - Comune di Strona, sperimentazione di passeggiate amatoriali lungo i percorsi di salute con lezioni di camminata alla "scuola del cammino" gestite e condotte dai cittadini walking leader formati.</p> <p>6 - le Amministrazioni aderenti al progetto "Salute in cammino" in collaborazione con l'UST Ufficio Decimo Territoriale Biella, il Delegato Coni Biella, Arpa Piemonte e il Dipartimento di Prevenzione dell'ASLBI offrono ai docenti della scuola di ogni ordine e grado e agli allievi delle terze classi della scuola secondaria di secondo grado, il corso di formazione gratuito: "Salute in cammino: corso di formazione per Walking Leader", piano di lavoro inserito nel catalogo dell'offerta formativa per la scuola anno scolastico 2018/19 e condotto dal Medico dello Sport del Dipartimento di Prevenzione dell'ASLBI, sui percorsi di camminata e nelle palestre della salute all'aperto "scuola del cammino"</p> |
| <p>Beneficiari finali del progetto e numero</p> | <p>178600 abitanti provincia di Biella, 1968 abitanti comuni aderenti della provincia di Vercelli + visitatori</p> |
| <p>Risultati attesi</p> | <p>1 - Diffondere l'attenzione e la cura degli spazi civici costruiti e verdi, migliorando la qualità della vita, sostenendo la protezione dell'ambiente, accrescendo la coesione sociale e culturale del territorio: Inizialmente 3Città e 2 Comuni</p> <p>2 - Coinvolgere i territori limitrofi : almeno 1 Comune</p> <p>3 - Pubblicare nei siti istituzionali di ciascun Comune una pagina dedicata alla promozione e fruizione libera e organizzata (gruppi di cammino gestiti dai Walking Leader formati") dei luoghi urbani ed extraurbani evidenziando le reti dei "percorsi del benessere e delle</p> |

| | |
|---|---|
| | <p>scuole del cammino, talvolta interconnessi tra loro o collegati tramite gli itinerari e i cammini storico – devozionali già esistenti: Inizialmente 3 Città e 2 Comuni ora le 3 Città e tutti i 26 comuni della Provincia di Biella e i 3 comuni della Provincia di Vercelli 4 - patrocinare e promuovere le iniziative di “passeggiate a sei zampe” sul percorso di salute del comune di Bioglio dedicato ai 30 minuti giornalieri di camminata con l’animale d’affezione: 1 passeggiata ogni anno , 5 costituire i gruppi di cammino e patrocinare, promuovere e calendarizzarne le uscite condotte dai cittadini Walking leader formati: almeno 1 gruppo capofila con 1 camminata alla quale partecipano tutte le Amministrazioni ogni anno 6) Certificare il territorio biellese "luogo della salute" : Produrre effetti positivi di economia turistica legata ai luoghi interessati</p> |
| Risultati raggiunti | <p>grazie alle azioni attuate sono stati raggiunti nei primi tre anni i risultati attesi ai punti 1 e 2 1) progettati e realizzati n.ro ----- percorsi di salute e n.ro di cui uno a sei zampe e n.ro -----scuole della salute 2) sono stati coinvolti tre Comuni della Provincia di Vercelli</p> |
| Apprendimenti nella realizzazione del progetto | <p>Si sono raggiunti gli obiettivi progettuali del primo triennio di attività. Il raggiungimento dei restanti obiettivi sarà oggetto della programmazione realizzazione del piano di lavoro dei prossimi due anni.</p> |
| Costo totale del progetto (euro) | 1000 € a comune |
| Finanziamenti ottenuti | Progetto autofinanziato |
| Sostenibilità del progetto | I percorsi di salute e le “Scuole di cammino” sono a fregio di aree urbane ed extraurbane già compresi nei piani di manutenzione ordinaria del territorio |
| Strumenti di comunicazione utilizzati | audiovisivi e stampa |
| Punti di forza del progetto | inclusione di soggetti pubblici e privati che si occupano di promozione del territorio |
| Problematicità sorte durante l’attuazione del progetto | riunioni poco frequentate e ritardo nell’applicazione delle app e dell’informatizzazione dei siti |
| Il progetto è stato oggetto di valutazione? Se sì di che tipo? | no |
| Parole Chiave per descrivere il progetto (massimo 5) | luoghi, passi , sensazioni, ambiente, salute |
| Allegati (da inviare sempre in formato elettronico) | <p>Presentazione Bando al seguente link https://www.dropbox.com/s/0xlrDylz6ln8yvz/Present.%20Salute%209-2018%20%281%29.pdf?dl=0</p> |



alla mail indicata)