



Programma 2

Guadagnare Salute Piemonte

Comunità e ambienti di vita

Obiettivo del Piano Locale di Prevenzione

Il programma intende diffondere la cultura della salute e attuare progetti di empowerment di comunità, con proposte rivolte alla **famiglia**, alla **prima infanzia**, all'**adolescenza** e all'**età anziana**.

Si valorizzano le **comunità locali**, si creano e si consolidano collaborazioni, specialmente con le amministrazioni locali e con altri attori da sensibilizzare e formare su temi della prevenzione e della promozione della salute.

Le iniziative sono realizzate sia a livello individuale, sostenendo le persone a fare scelte più salutari, sia a livello di ambiente di vita, creando contesti che favoriscano e sostengano tali scelte.

Le azioni del programma sono orientate a tutta la comunità e sono declinate in base ai contesti di vita e alle fasce d'età, privilegiando momenti della vita particolarmente delicati (prima infanzia, adolescenza e adulti senior).

Azioni del Piano Locale di Prevenzione

Le azioni individuate sono:

- **promuovere l'attività fisica**, orientando gli enti locali all'adozione di impegni formali e azioni mirate alla modifica del contesto urbano; sviluppare programmi di cammino;
- sostenere la **genitorialità** e gli interventi precoci di prevenzione e promozione della salute nei "**primi 1000 giorni di vita**";
- rendere **sicuri gli ambienti domestici**, attraverso momenti di sensibilizzazione nei luoghi di aggregazione e di vita degli adulti senior;
- rendere **sicuro e responsabile il divertimento notturno** attraverso interventi preventivi inerenti la guida sicura e il monitoraggio del consumo di alcol;
- migliorare la **convivenza con gli animali di affezione** (registrazione dei cani, sensibilizzazione della popolazione);
- lavorare con le associazioni di categoria per ridurre il contenuto di sale nel pane e per aumentare la consapevolezza dei cittadini sull'importanza di **ridurre il consumo di sale**.



In evidenza – ASL Vercelli

Dall'aprile 2017 l'ASL VC sta realizzando un progetto di promozione della salute setting comunità che propone ai cittadini una serie di iniziative per aiutarli ad occuparsi della propria salute assumendo stili di vita sani (alimentazione, attività fisica e mentale). Avviato nel 2017 come "Più anni/più salute" ha puntato in primis a organizzare un Tavolo interistituzionale e intersettoriale a cui hanno aderito 20 enti e associazioni pubbliche e private, tra cui il Comune di Vercelli, allo scopo di creare una rete di soggetti e di iniziative che possono contribuire alla promozione della salute. Insieme ai partner si è deciso di trovare un nome per il progetto che fosse pensato dai soggetti della rete: da settembre 2017 è nato **"Dedalo, per volare sugli anni"**. Dal 2018 vengono proposte ai cittadini diverse attività mirate ad aumentare la resilienza al passare degli anni; le attività, scelte per le evidenze scientifiche sulla loro efficacia, si declinano in **quattro percorsi: la Buona Alimentazione, il Muoversi insieme, lo Stupore e la Meraviglia e la Scoperta del Territorio**. Ogni percorso prevede corsi, conferenze, incontri con specialisti, laboratori ed attività pratiche.

Sono state distribuite a tutti i partecipanti alla conferenza "Longevità in salute: cibo, movimento e meditazione" del dr. Franco Berrino, noto epidemiologo, delle fidelity cards utili a tracciare il numero di attività a cui ogni persona parteciperà poiché i vantaggi per la salute si moltiplicano se il cambiamento dello stile di vita riguarda più ambiti. Si prevede di distribuire dei gadget di Dedalo (cappellini, t-shirt e zainetti) al raggiungimento di un certo numero di punti sulla cards.

Hanno riscontrato grande partecipazione i corsi di cucina "sana e buona" condotti da una chef allieva del dott. Berrino, ma anche i gruppi di cammino stanno organizzandosi e moltiplicando i loro incontri settimanali sia al mattino che al pomeriggio. Tutta l'attività è soggetta ad uno studio di valutazione degli effetti sulla salute dei partecipanti.

