



REGIONE DEL VENETO

**VIVO
BENE
VENETO** Piano
Regionale
Prevenzione
del Veneto



Comunità Attive

Guida per i Comuni del Veneto che si impegnano a promuovere
tra la popolazione il movimento come stile di vita ed entrare a
far parte della Rete Regionale dei "Comuni Attivi"

Programma PP2
"Comunità Attive"
Piano Regionale
Prevenzione 2020-2025



SINERGIA CON I “COMUNI ATTIVI” PER GARANTIRE SALUTE E INCLUSIONE

Il concetto di benessere è complesso e considera molti fattori. Combattere sedentarietà e inattività fisica contribuisce ad allontanare il rischio di avere problemi di salute complessi, che ostacolano un invecchiamento in buone condizioni, e limitano la qualità della vita e minano l'inclusione. Il movimento rappresenta una delle prime forme di prevenzione per tutte le fasce di età.

Investire in attività fisica significa promuovere salute, ed è proprio per questo che come Assessorato alla Sanità e Sociale della Regione Veneto abbiamo dato vita a percorsi che privilegino questo aspetto della vita quotidiana, anche attraverso la collaborazione con altre realtà, coinvolgendo la comunità nel suo insieme.

Con il Piano Regionale della Prevenzione 2020-2025 la Regione del Veneto ha proprio inteso sostenere l'adozione consapevole da parte della popolazione di uno stile di vita sano e attivo, che abbracci tutte le classi di età e che veda nella “comunità” il volano fondamentale per coinvolgere la popolazione. Penso ad esempio alle Palestre della Salute, nate per consentire alle persone con fragilità di poter fare attività fisica in sicurezza, oltre a consentire al paziente che termina la fase riabilitativa di poter continuare l'esercizio fisico in strutture adatte, con personale formato che lo segua in tutto il suo percorso.

La nascita della “Rete dei Comuni Attivi” si inserisce proprio all'interno di questa scelta.

Quali enti di prossimità i Comuni sono in grado di fare aggregazione, promuovere inclusione e coinvolgere nella diffusione e nella crescita del progetto anche altre realtà, come le Aziende Ulss che insistono nel proprio territorio. A livello di comunità è importante incentivare l'attività fisica anche promuovendo la creazione di contesti favorevoli, attraverso la rigenerazione urbana, la mobilità sostenibile e la creazione di aree verdi e spazi pubblici sicuri, inclusivi e accessibili anche a persone anziane o fragili.

Ma non solo. Anche le scuole, le associazioni per arrivare al mondo produttivo, le imprese sono partner imprescindibili.

Una rete virtuosa e attiva, che rientra in un progetto più ampio, “Vivobene” che ha recentemente preso vita e che identifica uno stile di vita: vivo bene, mangio in modo sano, mi muovo, evito comportamenti rischiosi, presto attenzione nei luoghi di lavoro per promuovere la mia salute.

La salute è un gioco di squadra. La si conquista e la si mantiene anche abbracciando abitudini semplici, come il camminare ad esempio, andare a scuola o al lavoro a piedi, regalarsi un piccolo spazio quotidiano per entrare in contatto con la natura.

Piccoli gesti che se diventano abitudine contribuiscono non solo a preservare la funzionalità di quella splendida e complessa macchina che è il nostro corpo umano, ma anche a favorire l'aggregazione e l'inclusione sociale.

*Manuela Lanzarin
Assessore alla Sanità e Sociale Regione del Veneto*

LA PROMOZIONE DI STILI DI VITA SANI È PRIORITÀ PER LE AMMINISTRAZIONI

Promuovere uno stile di vita sano è una delle prerogative che da sempre le amministrazioni comunali portano avanti. Ecco perché Anci Veneto sostiene con forza l'iniziativa "Comunità Attive" lanciata dalla Regione Veneto insieme ai Comuni e alle Ulss dei territori.

Un progetto a lungo termine che coinvolge direttamente le istituzioni, i cittadini e anche il mondo imprenditoriale. Perché soltanto lavorando tutti assieme verso un unico obiettivo è possibile ottenere il risultato voluto.

Attivare politiche che possano incentivare l'attività fisica, rendere inclusiva l'attività sportiva, informare sulla corretta alimentazione e favorire momenti di confronto e riflessione, oltre che prevedere spazi per il moto, le discipline sportive e gli incontri.

Questo i sindaci veneti lo fanno quotidianamente ma si può fare ancora di più, specie dopo i difficili anni della pandemia che hanno ridotto in certi contesti l'abitudine all'attività fisica.

La creazione della Rete Regionale Comuni Attivi è un incentivo ulteriore perché fissa degli obiettivi concreti e diventa anche un marchio di garanzia dell'attività svolta.

Ai Comuni che completeranno tutti i passi previsti dal processo, infatti, verrà rilasciato un logo che attesta il percorso fatto, lo inserisce nella rete regionale e rappresenta un impegno effettivo del Comune nel promuovere uno stile di vita attivo per la salute dei suoi cittadini.

Perché una comunità sana in tutte le sue componenti e fasce d'età è una comunità attiva che guarda con speranza al futuro.

Mario Conte
Presidente Anci Veneto

Carta dei Comuni Attivi

PREMESSA

Sedentarietà e inattività fisica sono problemi di salute pubblica complessi, causati da più fattori che interagiscono tra loro e contribuiscono significativamente all'incidenza delle malattie croniche, ostacolando un invecchiamento in buona salute.

L'OMS, nelle "Linee guida su attività fisica e comportamenti sedentari del 2020", ha fornito a decisori e politici dei diversi settori (salute, istruzione, lavoro, comunità) indicazioni chiare e scientificamente validate sull'attività fisica da praticare, sui comportamenti sedentari da limitare e su come sviluppare interventi specifici per i diversi contesti di vita.

I Comuni, in quanto Enti di prossimità, hanno un importante ruolo di promozione e difesa della salute della propria popolazione e possono innescare efficacemente progetti di comunità che coinvolgono le Aziende Sanitarie, le scuole, i cittadini e le associazioni investendo nella prevenzione primaria (attività fisica, alimentazione corretta, mobilità sostenibile, etc...).

A livello di comunità è importante incentivare l'attività fisica anche promuovendo la creazione di contesti favorevoli, attraverso la rigenerazione urbana, la mobilità sostenibile e la creazione di aree verdi e spazi pubblici sicuri, inclusivi e accessibili anche a persone anziane o fragili.

Una **rete regionale di Comuni** intende valorizzare ancor più questo ruolo chiave nella trasformazione dei territori. La promozione sistemica, coerente e sincrona nell'intera regione della vita attiva e dei suoi determinanti, potrà avere ricadute su altri aspetti del territorio come la mobilità sostenibile, la valorizzazione dello spazio urbano, l'efficientamento energetico e la protezione dagli eventi climatici estremi. Il monitoraggio d'insieme degli interventi realizzati nei Comuni attivi permetterà, inoltre, di misurare i progressi del Veneto verso questi obiettivi di salute.

La promozione e la pratica dell'attività fisica rappresentano un rilevante investimento per la popolazione, l'economia e la sostenibilità ambientale, dal momento che i benefici che producono vanno oltre la salute fisica e mentale e contribuiscono direttamente al raggiungimento di molti degli Obiettivi di Sviluppo Sostenibile dell'Agenda 2030 delle Nazioni Unite, quali ad esempio la riduzione dell'inquinamento atmosferico, la riduzione dell'utilizzo di combustibili fossili, la riduzione delle disuguaglianze, lo sviluppo sostenibile delle città.

Con il Piano Regionale Prevenzione 2020-2025 la Regione del Veneto intende promuovere l'adozione consapevole di uno stile di vita sano e attivo in tutte le età, anche attraverso processi di inclusione ed aggregazione, per contrastare il carico di malattie croniche e contribuire al miglioramento della qualità della vita. In quest'ottica si colloca la creazione della "Rete Comuni Attivi".

La guida ha lo scopo di supportare i Comuni della Regione del Veneto che desiderano diventare "Comune Attivo", ottenendo uno specifico riconoscimento regionale. Nel dettaglio, sono illustrati i seguenti aspetti, ciascuno oggetto di una sezione dedicata:

- Carta dei Comuni Attivi. I principi ispiratori dell'iniziativa ai quali il Comune aderente si impegna a riferirsi.
- Caratteristiche da possedere per essere un "Comune Attivo".
- I vantaggi di diventare un "Comune Attivo".
- I passi da attuare per diventare un "Comune Attivo" e la flowchart che li sintetizza.

Carta dei Comuni Attivi

Principi ispiratori



L'attività fisica è un potente investimento per una salute e per un mondo sostenibile e produttivo. La ricerca di un'unica soluzione per aumentare l'attività fisica può aver ostacolato i progressi in questo campo, poiché incoraggia a focalizzare l'attenzione su risultati di salute semplici e a livello individuale, spesso a breve termine, mentre un approccio efficace per contrastare la sedentarietà richiede la messa in atto di più politiche, strategie e azioni simultanee nei diversi contesti e settori.

Il Piano d'Azione Globale per l'Attività Fisica (GAPPA, 2018-2030) dell'OMS definisce **4 strategie**:

1. Società attive (norme e comportamenti sociali)
2. Ambienti attivi (spazi e luoghi)
3. Persone attive (programmi e opportunità)
4. Sistemi attivi (governance e facilitatori delle politiche)

L'ISPAH (International Society for Physical Activity and Health) ha individuato gli **"8 investimenti che funzionano per promuovere l'attività fisica"**, che possono supportare i pianificatori, i decisori, gli operatori, i professionisti e gli Stati membri nel contrasto all'inattività fisica attraverso esempi di azioni la cui attuazione ha dimostrato efficacia nell'abbattere i livelli di sedentarietà, contrastare l'insorgenza o l'evoluzione delle malattie croniche e migliorare il benessere della popolazione.

Tali investimenti si possono così riassumere:

01. PROGRAMMI RIVOLTI ALL'INTERA COMUNITÀ SCOLASTICA



Promuovere l'attività fisica a scuola, in modo globale e sistemico, comporta: dare priorità a lezioni curricolari di educazione fisica di qualità; mettere a disposizione spazi e risorse adeguati per sostenere l'attività fisica, strutturata e non strutturata, durante tutta la giornata; promuovere programmi di mobilità scolastica attiva per andare e tornare da scuola; adottare politiche scolastiche che sostengano queste azioni e coinvolgano il personale, gli studenti, i genitori e l'intera comunità. La scuola, inoltre, permette di raggiungere con continuità bambini e ragazzi provenienti da tutti i contesti sociali.

02. SPOSTAMENTI ATTIVI

Spesso spostarsi è un'attività necessaria, che non può essere evitata ed è un determinante sociale di salute. Poiché gli spostamenti rappresentano una parte relativamente importante della quotidianità delle persone, integrare maggiormente l'attività fisica nelle modalità di trasporto è un modo pratico e sostenibile per aumentare l'attività fisica giornaliera. Concepire le città in modo da favorire gli spostamenti a piedi, in bicicletta e con i mezzi pubblici richiede un considerevole cambiamento di visione in molti Paesi, dove le città sono state progettate per essere "autocentriche". Le 8 azioni integrate di progettazione urbana regionale e locale che, se combinate, favoriscono gli spostamenti sostenibili sono:

- Rendere accessibili le destinazioni;
- Suddividere in modo equo le attività lavorative nel territorio;
- Gestire la domanda riducendo la disponibilità dei parcheggi e aumentandone il costo;
- Creare reti di trasporto favorevoli a pedoni e ciclisti;
- Raggiungere livelli ottimali di densità abitativa;
- Ridurre la distanza tra le fermate dei mezzi pubblici;
- Rendere più appetibili gli spostamenti attivi.

03. PIANIFICAZIONE URBANISTICA ATTIVA

Il modo in cui le città sono costruite e progettate ha un impatto su molte delle nostre scelte comportamentali, consapevoli e non. La progettazione di un tessuto urbano compatto e con un uso "misto" degli spazi può incoraggiare un cambiamento nelle modalità di spostamento, passando dai veicoli a motore privati agli spostamenti a piedi, in bicicletta o con i mezzi pubblici. Si tratta principalmente di creare città compatte che collochino negozi, scuole, parchi, strutture ricreative, luoghi di lavoro e altri servizi vicino alle abitazioni, e che garantiscano reti stradali con maglie ben connesse tra loro, permettendo alle persone di raggiungere facilmente le loro destinazioni.



04. SISTEMA SANITARIO

Il GAPPA afferma la necessità di rafforzare la formazione iniziale e continua dei professionisti della salute per accrescere le loro conoscenze e competenze sulla promozione dell'attività fisica. Gli operatori sanitari, nella loro pratica quotidiana, dovrebbero saper valutare i singoli casi e fornire consigli brevi e/o di counselling.

La promozione dell'attività fisica nei servizi sanitari dovrebbe concentrarsi sulla prevenzione primaria e secondaria, data la forte evidenza dei benefici dell'attività fisica sia per la prevenzione che per la gestione delle malattie.

05. COMUNICAZIONE E MASS MEDIA

I mass media sono un canale efficace per trasmettere messaggi coerenti e chiari sull'attività fisica a molte fasce di popolazione, ma nella maggior parte dei Paesi la promozione dell'attività motoria non è veicolata tramite questi canali. I media possono essere utilizzati per aumentare la consapevolezza dei benefici per la salute, informare sugli obiettivi e sulle linee guida sull'attività fisica, accrescere la motivazione ad essere attivi e a mantenersi tali, migliorare l'auto-efficacia nell'essere attivi e influenzare atteggiamenti, credenze e intenzioni. I media possono anche aumentare la consapevolezza riguardo alle opportunità e ai modi per essere attivi, stimolare la ricerca di risorse di supporto e contribuire a costruire norme culturali favorevoli all'attività fisica. Una revisione delle evidenze sulla comunicazione in tema di attività fisica ha dimostrato che:

- I messaggi relativi all'attività fisica dovrebbero essere strutturati in modo positivo e mettere in evidenza i risultati a breve termine, in modo specifico quelli che riguardano la salute sociale e mentale;
- Il contenuto del messaggio deve essere personalizzato o mirato al/i destinatario/i;
- Nell'elaborazione dei messaggi, si dovrebbero utilizzare la ricerca formativa, le teorie psicologiche e/o i principi del marketing sociale.

La comunicazione e i mass media da soli hanno probabilmente un effetto limitato sul comportamento. Tuttavia, se integrate con attività di promozione della salute, queste misure potrebbero migliorarne i risultati.

06. SPORT LIBERO PER TUTTI

Eventi sportivi e ricreativi di massa che coinvolgano l'intera comunità, oltre a campagne di comunicazione che si concentrano sui co-benefici della partecipazione, possono sviluppare atteggiamenti positivi e favorire la promozione dello sport e delle attività ricreative come norma sociale. Dovrebbero essere attivate partnership con gli stakeholders responsabili della pianificazione urbanistica e delle politiche di utilizzo del territorio, affinché sia garantito uno spazio equo agli impianti e alle attrezzature per lo sport e ai servizi ricreativi e di svago. Si dovrebbero offrire, inoltre, opportunità sportive e ricreative ai soggetti che ne hanno maggiormente bisogno o con livelli di partecipazione più bassi, promuovendo allo contempo esperienze positive per chi già pratica queste attività e per chi vuole riprenderle dopo un periodo di pausa. Un'offerta di alta qualità può essere proposta diversificando il personale sportivo e aumentando competenze e capacità delle organizzazioni che erogano servizi.



07. LUOGHI DI LAVORO

Investire in interventi di promozione dell'attività fisica nei luoghi di lavoro è una priorità e un'opportunità che può influire, non solo sullo stato di salute generale dei lavoratori, ma anche sulla crescita e la performance delle aziende. Il modello sviluppato dall'OMS per un ambiente di lavoro salutare promuove un approccio globale per la realizzazione di interventi di promozione dell'attività fisica sul luogo di lavoro. La prima fase consiste nel mobilitare i datori di lavoro e i lavoratori e nell'effettuare un'analisi dei bisogni. La seconda fase prevede la costituzione di un gruppo di lavoro rappresentativo delle parti interessate e l'individuazione di testimonial. Infine, il gruppo di lavoro deve definire gli interventi prioritari da realizzare. La realizzazione dell'intervento deve prevedere anche la sua valutazione.

Le seguenti 6 strategie aumentano la probabilità che gli interventi di promozione dell'attività fisica nel luogo di lavoro siano efficaci e sostenibili:

- Sostegno e collaborazione attiva dei dirigenti;
- Partecipazione dei portatori d'interesse dell'organizzazione, compresi i lavoratori e i sindacati;
- Politiche;
- Ambiente costruito e sociale favorevoli;
- Interventi multicomponenti e co-progettati;
- Iniziative costruite sulla base dei dati dello specifico contesto.

08. PROGRAMMI COMUNITARI

I programmi comunitari offrono più di un approccio per contrastare l'inattività fisica della popolazione, dal momento che operano su più livelli per influire sul comportamento. I programmi comunitari efficaci includono l'utilizzo dei mass media e interventi mirati a contesti specifici. Queste combinazioni di politiche, contesti e programmi sono più efficaci nell'aumentare i livelli di attività fisica nella popolazione poiché si concentrano su differenti tipi di movimento, sull'ambiente di lavoro, sugli spostamenti attivi e sulle attività ricreative.



Esempi di azioni raccomandate in relazione agli “8 investimenti” a livello Regionale, Nazionale, Europeo:

PRATICHE RACCOMANDATE	TARGET	RIFERIMENTI
COMUNITA' SCOLASTICHE		
Spostamenti attivi casa-scuola: Pedibus	MINORI	Vedi pratica raccomandata Regione Veneto (allegato 1) https://drive.google.com/file/d/1TzcZK1NrAyE7QsUm13NTBIGN3owF2INg/view?usp=share_link
Pause attive	MINORI	https://www.sportexpoverona.it/piu-vita-sana/
SPOSTAMENTI ATTIVI		
Bike to work	ADULTI	https://www.metropolitano.it/treviso-bike-to-work-andando-al-lavoro-in-bici-si-guadagnano-buoni-spesa/
Piano ciclabilità	TUTTI	• LINEE GUIDA MIT https://www.mit.gov.it/sites/default/files/media/documentazione/2020-10/Linee%20guida.pdf • REGIONE VENETO https://www.regione.veneto.it/web/mobilita-e-trasporti/piano-regionale-mobilita-ciclistica
PUMS	TUTTI	• PUMS VE https://pums.cittametropolitana.ve.it • OSSERVATORIO PUMS https://www.osservatoriopums.it/il-pums
Mobility management	TUTTI	LINEE GUIDA MTE https://www.mite.gov.it/pagina/mobility-management-e-linee-guida-la-predisposizione-dei-pscl-piani-degli-spostamenti-casa
PIANIFICAZIONE URBANISTICA ATTIVA		
Spazi naturali: mappatura aree verdi	TUTTI	Vedi pratica raccomandata Regione Veneto (allegato 1) https://drive.google.com/file/d/1sqmVKJy3ft0kpNX3Scf2nCrCnPzoWjZf/view?usp=sharing
PRO-MOVE	MINORI	Vedi pratica raccomandata Regione Veneto (allegato 1) https://drive.google.com/file/d/1RwOuwwOmwQTqz3OGsqV2PcDkOVj_3cFn/view?usp=sharing
Cortili scolastici: Naturalmente... scuola	MINORI	• Vedi pratica raccomandata Regione Veneto (allegato 1) https://drive.google.com/file/d/10jZGAavZbCoxjISzptl2n3IYNXI3G1x8/view?usp=sharing • BUONA PRATICA GALLES https://issuu.com/playwales/docs/using_school_grounds_out_of_teachin
SISTEMA SANITARIO - ATTIVITA' FISICA PER PERSONE CON FRAGILITÀ		
Palestre della Salute	TUTTI	Vedi pratica raccomandata Regione Veneto (allegato 1)
COMUNICAZIONE E MASS-MEDIA		
Campagna di comunicazione dedicata	TUTTI	VIVO BENE https://www.regione.veneto.it/vivobene
Eventi significativi (annuali o ciclici, rassegne, festival di più giorni e con contenuti validati).	TUTTI	FESTIVAL SPORT E CULTURA MONTEBELLUNA https://www.festivalsportecultura.it/cose-il-festival-di-sport-e-cultura-a-montebelluna/

PRATICHE RACCOMANDATE	TARGET	RIFERIMENTI
SPORT E TEMPO LIBERO PER TUTTI		
Gruppi di cammino	TUTTI	Vedi pratica raccomandata Regione Veneto (allegato 1) • AULSS 2 MARCA TREVIGIANA https://www.aulss2.veneto.it/gruppi-di-cammino • AULSS 5 POLESANA https://www.aulss5.veneto.it/index.cfm?action=mys.apridoc&idoc=730 • AULSS 8 BERICA https://www.aulss8.veneto.it/prestazione.php/1915
1 KM al giorno	TUTTI	Vedi pratica raccomandata Regione Veneto (allegato 1) • Regione del Veneto > 1 Km al giorno Educational https://www.regione.veneto.it/web/sanita/educational
Pratiche motorie al parco	TUTTI	Vedi pratica raccomandata Regione Veneto (allegato 1) • OGNI PASSO CONTA https://www.uisp.it/veneto2/pagina/ogni-passo-conta1 • RIDATTI UNA MOSSA https://www.aulss2.veneto.it/ridatti-una-mossa
Attività motoria per tutti: chiudi la strada al traffico	TUTTI	Vedi pratica raccomandata Regione Veneto (allegato 1) • Sito del Comune di Verona https://www.comune.verona.it/nqcontent.cfm?a_id=46355
LUOGHI DI LAVORO		
WHP	ADULTI	CCM NETWORK https://www.ccm-network.it/imgs/C_27_MAIN_progetto_582_1_file.pdf
HPH & S	ADULTI	HPH STANDARDS https://www.hphnet.org/wp-content/uploads/2021/06/Italian-2020-HPH-Standards.pdf
PROGRAMMI COMUNITARI		
Scambi Genera.... Attivi	MINORI & ANZIANI	Vedi pratica raccomandata Regione Veneto (allegato 1)
Attività motoria di prossimità	TUTTI	Vedi pratica raccomandata Regione Veneto (allegato 1)

Si raccomanda una particolare attenzione nel coinvolgimento delle donne appartenenti alla fascia di età 65-74 anni che risultano essere più fragili e difficilmente raggiungibili dai programmi di contrasto alla sedentarietà.

Works Cited

"Active Community Toolkit, print." *Wisconsin Department of Health Services*,
<https://www.dhs.wisconsin.gov/publications/p0/p00036-print.pdf>.

"Fair Play: Building a strong physical activity system for more active people." *WHO | World Health Organization*,
13 October 2021,
<https://www.who.int/publications/i/item/WHO-HEP-HPR-RUN-2021.1>.

"The Geneva Charter for Well-being." *WHO | World Health Organization*, 21 December 2021,
<https://www.who.int/publications/m/item/the-geneva-charter-for-well-being>.

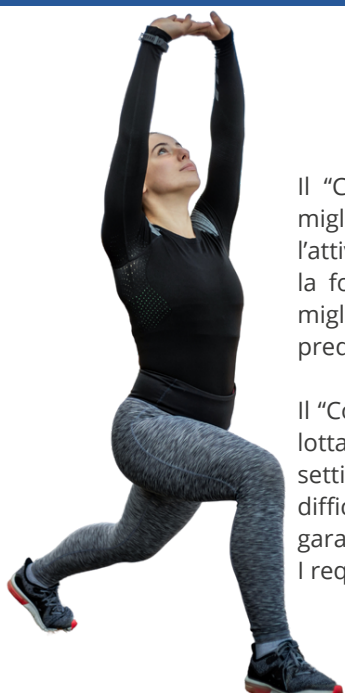
"La Carta di Toronto per l'Attività Fisica: una chiamata globale all'Azione & Investimenti che funzionano per promuovere l'attività fisica." *Dors*,
https://www.dors.it/documentazione/testo/201202/CartaToronto_Investimenti_completa_web.pdf.

"OTTO INVESTIMENTI CHE FUNZIONANO PER PROMUOVERE L'ATTIVITÀ FISICA." *ISPAH*,
https://www.ispah.org/wp-content/uploads/2021/04/Italian-Eight-Investments-That-Work_FINAL.pdf.

"Transforming our world: the 2030 Agenda for Sustainable Development | Department of Economic and Social Affairs." *Sustainable Development Goals*,
<https://sdgs.un.org/2030agenda>.

"Veneto PIANO REGIONALE DELLA PREVENZIONE 2020-2025." *Regione del Veneto*,
<https://www.regione.veneto.it/web/sanita/prp-2020-2025>.

Caratteristiche del Comune Attivo



Il "Comune Attivo" è un Comune che decide di investire sulla salute dei propri cittadini e sul miglioramento dell'ambiente in cui essi vivono, attraverso l'attivazione di proposte che favoriscono l'attività fisica nelle persone di tutte le fasce di età, sia in salute che con fragilità, offrendo a ciascuna la formulazione più consona e/o una progettazione urbanistica che offra adeguati spazi verdi e migliori le infrastrutture pedonali e ciclabili e il trasporto pubblico, al fine di incentivare i cittadini a prediligere spostamenti attivi rispetto all'utilizzo dei mezzi passivi.

Il "Comune Attivo" si propone, quindi, di attuare una strategia multicomponente e multitarget per la lotta alla sedentarietà, indirizzata a tutta la popolazione (bambini e ragazzi, adulti, anziani) e in tutti i setting, ponendo particolare attenzione alle categorie a rischio per presenza di patologie croniche o difficilmente raggiungibili per condizioni sociali ed economiche svantaggiate, in modo tale da garantire equità e contrasto alle disuguaglianze di salute.

I requisiti per essere riconosciuto "Comune Attivo" sono:

- **Avere attivato almeno 1 programma di promozione di attività fisica raccomandato a livello regionale e/o interventi equivalenti per ciascuna fascia d'età (minori/adulti/anziani)**

E/O

- **Avere avviato almeno 1 intervento integrato finalizzato alla creazione e valorizzazione di contesti urbani favorevoli alla promozione di uno stile di vita attivo.**



I vantaggi di far parte della Rete dei Comuni Attivi

Il Comune che decide di diventare un “Comune Attivo” del Veneto attuerà gli interventi volti a promuovere la vita attiva creando reti locali con gli attori significativi del proprio territorio (associazioni sportive e di volontariato, gruppi di cittadini, scuola, altri enti ecc..), al fine di collaborare e condividere obiettivi e strategie (per esempio nell’ambito dei trasporti, della pianificazione urbanistica, dei beni culturali e delle arti, dello sviluppo economico e ambientale, dell’istruzione e della formazione, dello sport e del tempo libero e della sanità).

Fare rete permette di dare consistenza, coerenza, integrazione e maggiore sostenibilità alla pluralità di interventi da implementare o già in essere nel territorio. Rappresenta un’opportunità per una maggiore valorizzazione delle realtà locali e, grazie al reciproco scambio e alla condivisione di buone pratiche, può rafforzare le sinergie tra tutti gli attori, ottimizzare l’allocazione delle risorse, e orientare la scelta delle attività più consone alle caratteristiche del territorio comunale e della popolazione residente. La rete regionale rappresenterà inoltre un contesto atto a favorire scambi e contaminazioni progettuali tra territori aderenti.

Il “Comune Attivo” sarà supportato dal Dipartimento di Prevenzione dell’AULSS nella scelta degli interventi più idonei o nella valorizzazione di quelli già in atto e potrà innescare una prima partnership virtuosa facilitante il raggiungimento di attori chiave.

L’amministrazione potrà usufruire inoltre di strumenti messi a disposizione dalla Regione, quali ad esempio la campagna di comunicazione dedicata all’iniziativa nonché di momenti di formazione, sia locali che regionali.

Il completamento del percorso di riconoscimento comporterà l’inserimento in una sezione dedicata del sito regionale, e l’ottenimento del logo di “Comune Attivo”.



Passi per diventare un "Comune Attivo"



Passo 1. Adesione alla rete

Per aderire alla rete il Comune dovrà compilare e inviare all'Azienda Sanitaria:

- **Allegato 2 (documento digitalizzato):** il referente del Comune procederà alla compilazione dei dati richiesti tramite una scheda informatica; questa attività consentirà all'AULSS competente una prima analisi della situazione di partenza, evidenziando la presenza o meno di attività già accreditabili e raccogliendone le principali caratteristiche. Nella prima parte si raccoglieranno i dati del referente comunale che fungerà da intermediario nei rapporti tra il Dipartimento di Prevenzione dell'AULSS e il Comune durante tutto il processo di accreditamento e i successivi monitoraggi. Nella seconda parte sarà richiesto di descrivere brevemente quali attività per la promozione di uno stile di vita attivo siano eventualmente già presenti nel territorio comunale.
- **Allegato 3:** modulo per l'adesione ufficiale alla "Rete Comuni Attivi", a firma del Sindaco, con la quale il Comune si impegna ad avviare il percorso di accreditamento come "Comune Attivo".



Passo 2. Prima consulenza con il referente dell'Aulss

Il referente AULSS coinvolgerà i referenti dei Comuni che hanno aderito alla rete, preferibilmente organizzando un incontro, durante il quale saranno illustrati ed approfonditi i requisiti per ottenere il riconoscimento regionale. In tale occasione si suggerisce di visionare assieme l'intero percorso. Sarà inoltre possibile per il Comune ricevere supporto per l'avvio delle progettualità.



PASSO 3. Riconoscimento come "Comune Attivo" o avvio del percorso per diventarlo

Il Dipartimento di Prevenzione dell'AULSS sulla base delle informazioni raccolte valuterà se sussistano o meno i requisiti per essere già riconosciuto "Comune Attivo":

- Avere attivato almeno 1 programma di promozione di attività fisica raccomandato a livello regionale e/o interventi equivalenti già in essere per ciascuna fascia d'età (minori/adulti/anziani)

E/O

- Avere avviato almeno 1 intervento integrato finalizzato alla creazione e valorizzazione di contesti urbani favorevoli alla promozione di uno stile di vita attivo

Potranno essere rilevate le seguenti situazioni:

- **Ipotesi 1:** il Comune risponde ai criteri di cui sopra, avendo **attivato programmi di promozione raccomandati (Allegato 1)**. I programmi riceveranno comunque un parere da parte delle Aulss che, se ottemperati i criteri di buona pratica previsti, rilascerà la certificazione di "Comune Attivo".
- **Ipotesi 2:** il Comune non ha realizzato i programmi di promozione raccomandati, ma **interventi equivalenti**. Il referente dell'Aulss procederà alla loro valutazione utilizzando preferibilmente la check-list di cui all'**Allegato 4**. Gli interventi saranno ritenuti idonei se raggiungeranno un punteggio di almeno 15/30. A seguito del riconoscimento dell'idoneità sarà rilasciata la certificazione di "Comune Attivo". Nel caso non si raggiunga il punteggio minimo, Comune e Aulss concorderanno soluzioni in relazione agli specifici problemi rilevati ed il termine per la successiva rivalutazione.

Nel caso in cui il Comune soddisfi già requisiti per l'assegnazione del titolo di "Comune Attivo" sarà invitato ad avviare nuovi interventi, optando per attività dedicate a un diverso target o a diversa tematica.

- **Ipotesi 3:** nel Comune non sono attivi programmi a supporto dell'attività fisica oppure ve ne sono in numero non sufficiente o con necessità di adeguamenti. Il Comune che aderisce alla rete sarà invitato ad individuare le pratiche da avviare, preferibilmente scelte tra i programmi regionali raccomandati. Con la pianificazione dei diversi interventi saranno definiti e concordati i relativi cronoprogrammi e, di conseguenza, le scadenze per gli audit di verifica, ai fini del riconoscimento come "Comune Attivo", che saranno quindi diverse in relazione alla complessità del programma scelto.

I due livelli di riconoscimento



Adesione alla rete

Il primo passo del processo di accreditamento, come spiegato in precedenza, prevede l'adesione alla rete; pertanto il semplice invio all'Aulss dell'allegato 3 adeguatamente compilato comporterà l'automatica iscrizione alla "Rete Comuni Attivi".

Riconoscimento di "Comune Attivo"

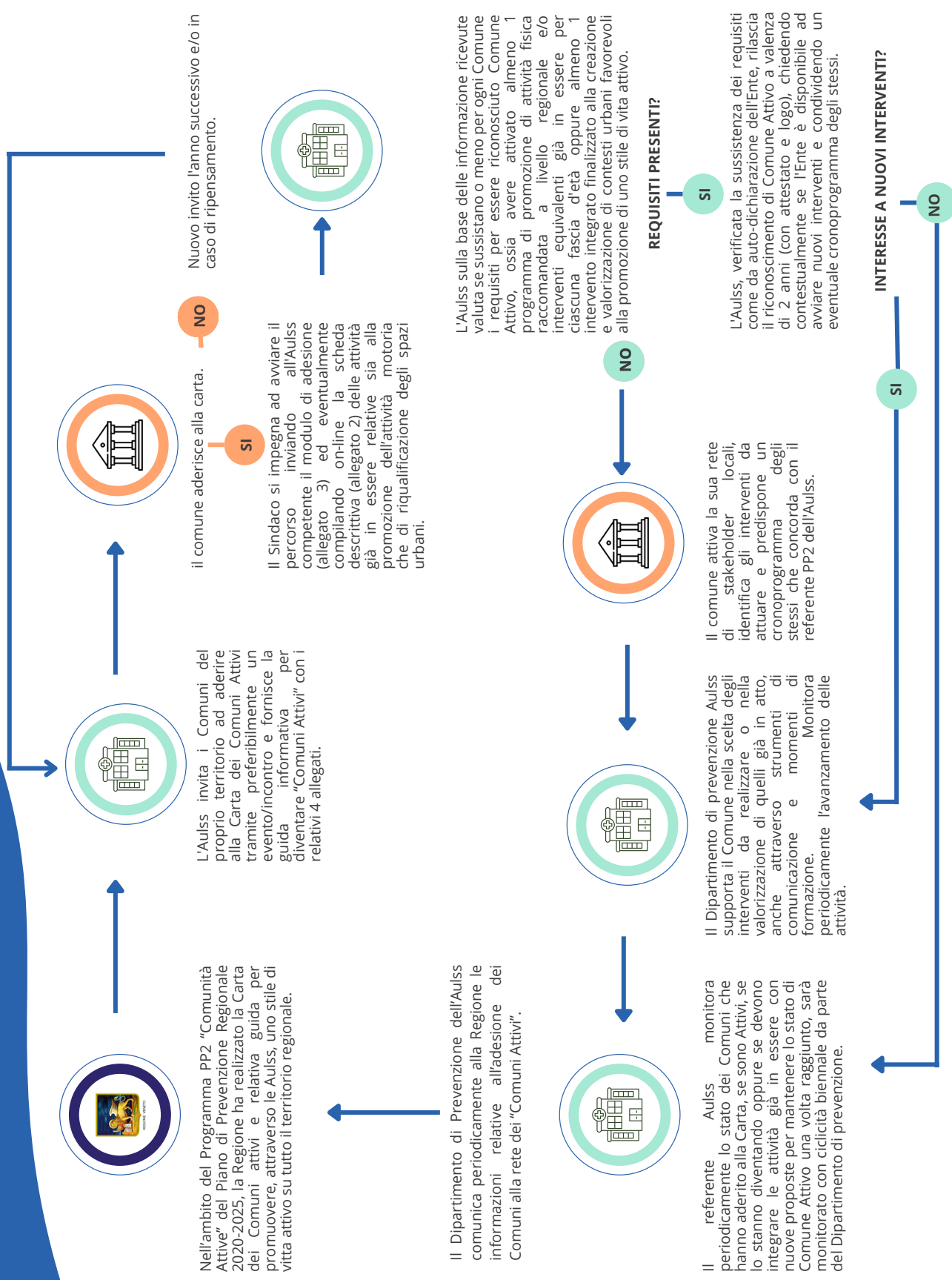
Il riconoscimento di "Comune Attivo" sarà attribuito solo alle realtà che completeranno tutti i passi previsti dal processo, con il rilascio del logo dell'iniziativa. È da considerarsi come un'attestazione di merito data al Comune dalla Regione del Veneto per il concreto impegno dimostrato. Essendo questo un processo in continua evoluzione, la validità di tale riconoscimento sarà sottoposta a rivalutazione ogni 2 anni.

Il Logo

Il logo identifica il Comune all'interno di un progetto più ampio, "Vivobene", che vede la Regione impegnata in una campagna che identifica uno stile di vita sano per se stessi e per la comunità; racchiude al suo interno il logo della campagna e definisce nella linea blu di contorno il contesto in cui Vivo Bene si applica: la "Rete Comuni Attivi".



FLOW CHART



Allegati

In allegato alla guida sono riportati:

- **Allegato 1:** l'elenco e la descrizione dei programmi regionali raccomandati o di altri documenti di riferimento nazionali o internazionali per diventare un "Comune Attivo", classificati secondo gli 8 investimenti proposti dall'ISPAH (International Society for Physical Activity and Health), specificandone i target.
- **Allegato 2:** link alla compilazione di un breve questionario. I quesiti, nella prima parte, raccoglieranno i dati del referente comunale che fungerà da intermediario nei rapporti tra il Dipartimento di Prevenzione dell'AULSS e il Comune durante tutto il processo di accreditamento e i successivi monitoraggi. Nella seconda parte sarà richiesto di descrivere brevemente quali attività per la promozione di uno stile di vita attivo siano eventualmente già presenti nel territorio comunale.
- **Allegato 3:** adesione al percorso regionale per entrare a far parte della "Rete Comuni Attivi", con sottoscrizione autografa del Sindaco.
- **Allegato 4:** check-list che potrà essere usata dai referenti delle Aziende ULSS locali per valutare se un intervento già in essere nel Comune potrà essere validato come assimilabile alle pratiche raccomandate dalla Regione.



REGIONE DEL VENETO

**VIVO
BENE
VENETO**

Piano
Regionale
Prevenzione
del Veneto



Allegati

Programma PP2
"Comunità Attive"
Piano Regionale
Prevenzione 2020-2025



Pratiche raccomandate per diventare un Comune Attivo

Schede Tecniche

Proposte che facilitano la pratica dell'attività fisica nelle persone di tutte le fasce di età.

Proposte di progettazione urbanistica e riqualificazione dell'ambiente che incentivino la pratica dell'attività fisica.

PROPOSTA	PEDIBUS
Aree di intervento	- La protezione e tutela dell'ambiente - La promozione dell'attività motoria
Descrizione	Andare a piedi (o in bicicletta) fa bene alle persone e all'ambiente, riduce i livelli di sedentarietà, facilita la socializzazione ed è accessibile anche ai meno abbienti. Inoltre, poiché circa un quinto delle emissioni di CO₂ in Italia, proviene dal traffico stradale, promuovere la mobilità attiva tra i bambini ha anche importanti implicazioni per la tutela dell'ambiente. Il PEDIBUS è un'iniziativa organizzata e finalizzata a fare andare e tornare i bambini da scuola a piedi con altri bambini. Si tratta di bambini che vanno a scuola accompagnati da adulti, con un capolinea, alcune fermate, orari e percorsi prestabiliti. Funziona con qualsiasi condizione meteorologica. La finalità ultima del PEDIBUS è promuovere nelle varie componenti (famiglie, amministrazioni comunali, scuola...) una cultura che porti a creare le condizioni affinché i bambini vadano da soli a scuola a piedi o in bici. La sua realizzazione nasce da una stretta collaborazione tra genitori, Scuola, Comune e Azienda Sanitaria.
Destinatari	Scuola primaria
Mortalità di realizzazione	L'Istituto Comprensivo che decide di inserire il Pedibus tra l'offerta formativa richiede la collaborazione dell'Azienda Sanitaria e del Comune e stipula un accordo formale di collaborazione. Tale atto definisce ruoli e compiti dei diversi soggetti coinvolti. A questa fase iniziale segue il coinvolgimento attivo dei genitori e dei ragazzi, la definizione dei percorsi ottimali, la realizzazione e l'organizzazione di eventi e/o incontri per garantire la condivisione degli obiettivi e la sua sostenibilità nel tempo. Le modalità di organizzazione del Pedibus e gli strumenti utili per la realizzazione sono contenuti nel manuale operativo regionale, nato dall'esperienza di attuazione del Pedibus in diversi territori del Veneto.
Attori coinvolti e ruoli	Compiti del Comune - Individuare, controllare e mettere in sicurezza i percorsi casa-scuola - Indicare con apposita segnaletica le fermate del Pedibus - Promuovere le attività del tavolo tecnico in occasione di manifestazioni pubbliche Compiti delle Aziende Sanitarie - promuovere la cultura della salute in collaborazione con altri partners - collaborare a promuovere il progetto in altri comuni e altre scuole, mirando ad una offerta omogenea su tutto il territorio - farsi garante della continuità e della sostenibilità del progetto - collaborare e promuovere il progetto con altri Enti: Province e Regione del Veneto - gestire le indagini nelle scuole e garantirne il ritorno informativo - elaborare e valutare i dati delle indagini per rilevare gli stili di vita della popolazione - concorrere alla valutazione dell'efficacia del progetto - diffondere alla comunità i risultati raggiunti Compiti degli istituti scolastici - motivare il collegio docenti - realizzare e implementare il progetto - promuovere il progetto possibilmente in tutti i plessi - individuare uno o più insegnanti di riferimento e nominare un gruppo di lavoro per il progetto - inserire nel Piano dell'Offerta Formativa (POF) i percorsi casa-scuola nella promozione delle competenze di salute e sicurezza - garantire la copertura assicurativa di tutte le persone (bambini e adulti) coinvolti - individuare i percorsi da mettere in sicurezza in collaborazione con i bambini, i genitori e gli Enti coinvolti - prevedere l'arrivo del Pedibus nel giardino della scuola o all'interno dell'edificio - distribuire e raccogliere i questionari relativi alle indagini della scuola valutare l'efficacia del progetto
Per saperne di più	https://drive.google.com/file/d/1TzcZK1NrAyE7QsUm13NTBIGN3owF2ING/view?usp=share_link
Referente	Dipartimento di Prevenzione della propria Az. ULSS – Referente del Programma PP2

PROPOSTA	1 KM AL GIORNO EDUCATIONAL
Aree di intervento	• La protezione e tutela dell'ambiente • La promozione dell'attività motoria • La cultura della sicurezza correlata alla promozione della salute negli ambienti di vita
Descrizione	Iniziativa regionale di promozione di stili di vita attivi, che persegue i seguenti obiettivi: • Favorire il movimento degli studenti a scuola; • Ridurre la sedentarietà nei ragazzi dagli 11 ai 19 anni; • Stimolare l'apprendimento e la salute dei ragazzi; • Migliorare il clima e le motivazioni della classe. Le classi partecipanti si impegnano a camminare per 1 km almeno una volta al giorno per più giorni possibili dal 1 novembre al 30 aprile dell'anno scolastico in corso. Durante questo periodo le classi partecipanti si impegnano a camminare per 1km per più giorni possibili, durante qualsiasi momento dell'attività curricolare per "modificare" lo stato di attivazione e l'attenzione degli studenti. La letteratura scientifica evidenzia, infatti, l'importanza di introdurre alcune attività di movimento, declinate come active lessons, ovvero attività fisica durante la lezione, oppure come active break, che permette di realizzare un vero e proprio stacco da essa, in modo da modificare la pratica quotidiana per favorire una disposizione organizzativa e mentale differente rispetto a quanto realizzato in precedenza. Queste pause attive sono da considerarsi come veri e propri strumenti didattici e sono momenti orientati al miglioramento della consapevolezza del corpo e delle percezioni, del proprio livello di attivazione fisiologica e dello stato emotivo. L'obiettivo di queste attività sarà dunque quello di riattivare la capacità attentiva e stimolare le memorie (sistema cerebrale), scaricare le tensioni muscolari e attivare l'apparato muscolo-scheletrico (sistema muscolo scheletrico), ridurre e gestire gli stati d'ansia, aumentare l'autostima, migliorare il clima di classe e sviluppare l'empatia (sistema psico-emotivo). Il fine ultimo sarà quello di migliorare gli atteggiamenti ed i comportamenti dei singoli alunni e del gruppo classe nei confronti delle attività scolastiche migliorando le motivazioni verso di esse e il conseguente processo di apprendimento. Il concorso prevede anche l'elaborazione da parte delle singole classi di un prodotto, frutto delle discussioni fatte in classe con l'insegnante sulle tematiche sopra descritte, relative ai benefici e agli effetti dell'attività fisica e del movimento: la classe potrà divertirsi nel creare video, immagini, disegni, canzoni, slogan, cartelloni dove indicare i motivi per essere attivi e in movimento. Ci sarà anche la possibilità di coinvolgere dei "simpatizzanti": ogni studente partecipante all'iniziativa potrà coinvolgere un familiare, amico, insegnante, conoscente il quale si impegnerà a essere attivo e in movimento, quindi a camminare per un 1 km al giorno all'incirca, per l'intera durata del concorso. Al termine dell'iniziativa, le classi che risulteranno avere praticato il km anche se non ogni giorno, ma costantemente per tutta la durata del concorso e avere inviato l'elaborato, parteciperanno a una lotteria regionale per l'estrazione delle classi vincitrici. Inoltre, è previsto un premio per la classe che percorre il maggior numero di chilometri e per un "simpatizzante" impegnatosi a mantenersi fisicamente attivo.
Destinatari	• Scuola secondaria di primo grado • Scuola secondaria di secondo grado
Modalità di realizzazione	Per partecipare all'iniziativa è necessario effettuare l'iscrizione alla pagina del sito regionale dedicata e prendere visione del regolamento. Nel sito si troveranno tutti i materiali per la realizzazione dell'iniziativa.
Attori e ruoli coinvolti	Compiti della Regione del Veneto • Promuovere l'iniziativa, in sinergia con le Aziende Sanitarie, attraverso la comunicazione diretta con le scuole e i social media • Fornire il materiale informativo per le scuole • Al termine dell'iniziativa ricevere dalle Aziende Sanitarie i monitoraggi e il materiale prodotto dalle classi • Estrarre i vincitori e consegnare i premi previsti Compiti delle Aziende Sanitarie • Promuovere l'iniziativa, in sinergia con la Regione del Veneto, attraverso la comunicazione diretta con le scuole e i social media • Raccogliere le adesioni all'iniziativa di classi e simpatizzanti • Monitorare mensilmente l'attività svolta dalle classi partecipanti e raccogliere gli elaborati prodotti dai ragazzi in vista della premiazione finale, entro le scadenze previste • Trasmettere il materiale raccolto alla Direzione Prevenzione della Regione del Veneto Compiti degli istituti scolastici • Iscrivere le classi aderenti all'iniziativa • Eseguire le camminate secondo le modalità descritte nelle Indicazioni Operative dell'iniziativa • Compilare ed inviare mensilmente al referente della propria Azienda Sanitaria il Calendario di Classe • Produrre per ogni classe uno o più elaborati sull'importanza dell'attività fisica e del movimento • Coinvolgere eventuali simpatizzanti
Per saperne di più	Regione del Veneto > 1 Km al giorno Educational https://www.regione.veneto.it/web/sanita/educational
Referente	Dipartimento di Prevenzione della propria Az. ULSS – Referente del Programma PP2

PROPOSTA	1 KM AL GIORNO NEL TUO COMUNE
Aree di intervento	• La protezione e tutela dell'ambiente • La promozione dell'attività motoria • La cultura della sicurezza correlata alla promozione della salute negli ambienti di vita
Descrizione	1 km al giorno nel tuo Comune nasce come evoluzione di 1 km al giorno Educational ed ha l'obiettivo di promuovere il movimento al di fuori del mondo scolastico, dando la possibilità a tutta la popolazione di camminare in un percorso tracciato, sicuro e aperto a chiunque. I Comuni di tutta la regione sono invitati a creare un percorso di 1 km all'interno del proprio territorio, permanente e che sia ubicato in un luogo facilmente raggiungibile e accessibile a tutti i cittadini.
Destinatari	• Tutta la popolazione
Modalità di realizzazione	Le Aziende Sanitarie informano adeguatamente i Comuni sugli obiettivi e le modalità di realizzazione dell'iniziativa. I Comuni che intendono partecipare comunicano la propria adesione all'ULSS di appartenenza e individuano e predispongono un percorso della lunghezza di 1 km, segnalato da apposita cartellonistica. L'inaugurazione del percorso è generalmente prevista nella stessa data, evento che il Comune può organizzare in autonomia, nella maniera che ritiene più opportuna; è caldamente consigliato invitare a prendere parte all'inaugurazione eventuali scuole secondarie che abbiano già partecipato a 1 km al giorno Educational, un rappresentante dell'Ulss e Gruppi di Cammino, gruppi di nordic walking, associazioni interessate ecc. presenti nel proprio territorio. E' importante promuovere il percorso tra la popolazione nel periodo precedente l'inaugurazione, utilizzando i vari canali di comunicazione a disposizione (sito Internet comunale, social media, locandine ecc.), al fine di invitare i cittadini a partecipare. E' previsto che il percorso sia reso permanente nel tempo come opportunità di salute e movimento per tutti.
Attori e ruoli coinvolti	Compiti della Regione del Veneto • Condividere l'iniziativa con i Referenti PP1 e PP2 di tutte le AULSS • Consegnare alle Aziende Sanitarie i cartelli per costruire il percorso e il materiale promozionale • Promuovere l'iniziativa attraverso i canali Regionali. Compiti delle Aziende Sanitarie • Inviare ai Comuni del proprio territorio la nota di invito a realizzare l'evento 1 km al giorno nel tuo Comune, invitando gli Enti interessati a un webinar informativo • Trasmettere ai Comuni aderenti il materiale necessario per organizzare l'evento • Promuovere l'iniziativa attraverso i canali aziendali Compiti dei Comuni • Identificare un percorso di 1 km di lunghezza nel proprio territorio, in una zona centrale, facilmente accessibile e sicura, percorribile da chiunque • Distribuire lungo il percorso i cartelli (Partenza, 250 mt, 500 mt, 750 mt, Arrivo) che lo delineano e che rimandano ai contenuti di salute pubblicati dalla Regione del Veneto attraverso QR-Code • Prevedere la possibilità di estendere l'invito a stakeholders del proprio territorio, quali Scuole partecipanti a 1 km al giorno Educational, Associazioni di volontariato/sportive, Gruppi di Cammino, ecc. • Promuovere l'iniziativa in sinergia con l'Azienda ULSS • Rendere il percorso permanente a beneficio della salute dei propri cittadini
Per saperne di più	Regione del Veneto > 1 Km al giorno nel tuo Comune https://www.regione.veneto.it/web/sanita/kilometrocomune
Referente	Dipartimento di Prevenzione della propria Az. ULSS – Referente del Programma PP2

PROPOSTA	GRUPPI DI CAMMINO
Aree di intervento	La promozione dell'attività motoria
Descrizione	I Gruppi di Cammino costituiscono un'opportunità per fare movimento e socializzare, rivolta a persone adulte in buona salute o con determinate patologie o condizioni che consentano lo svolgimento di attività motoria ad intensità moderata. I Gruppi di Cammino sono un'attività organizzata, nella quale un gruppo di persone si ritrova per camminare, con continuità e ad un orario concordato, lungo un percorso urbano o extraurbano prestabilito, per un tempo e con velocità proporzionale alle caratteristiche dei partecipanti. L'attività si svolge sotto la guida di un "insegnante" (laureato in scienze motorie) e successivamente di un walking leader, un capogruppo interno al gruppo e appositamente formato per questo ruolo. La partecipazione ad un Gruppo di Cammino non richiede abilità tecniche specifiche. A seconda dei destinatari, possono esistere Gruppi di Cammino diversificati e rivolti a specifiche categorie, che prevedano eventualmente dei familiari accompagnatori, ad esempio: - Gruppi Passo Dolce per persone over 60-65, con camminata ad intensità moderata (4-5 km/h); - Gruppi Passo Dinamico per adulti di tutte le età, con camminata ad intensità elevata (6-8 km/h); - gruppi specifici e omogenei dedicati a persone di diverse fasce d'età o condizioni di salute (anziani, donne in gravidanza, diabetici, cardiopatici, persone con disabilità fisico-intellettuale, persone con lieve deficit cognitivo (MCI) reclutate dal Centro Disturbi Cognitivi e Demenze ecc.). La finalità è quella di offrire alla popolazione generale un'opportunità semplice ma importante per incoraggiare e sostenere la pratica del movimento e la socialità.
Destinatari	Soggetti sani e/o con particolari condizioni di salute dai 18 anni in su (eventuali minori possono partecipare solo se accompagnati da un genitore o tutore).
Modalità di realizzazione	I Gruppi di Cammino si realizzano grazie al lavoro di rete tra Aziende Sanitarie e amministrazioni comunali, associazioni locali sportive o di volontariato e il supporto dei Medici di Medicina Generale. Di seguito le indicazioni di base per far partire un Gruppo di Cammino: 1. Identificare le fasce di popolazione interessate e promuovere l'attività sia attraverso canali semplici come farmacie, medici di base, Distretti ULSS, centri anziani e altri luoghi di aggregazione, sia attraverso i social media. Organizzare anche un incontro informativo rivolto a tutti i cittadini interessati, che siano già iscritti o meno. 2. Fornire chiare modalità di iscrizione e raccogliere le adesioni. Per la buona riuscita dell'attività, si consiglia di formare Gruppi di Cammino composti da 5-20 partecipanti ciascuno. 3. Avvio della fase iniziale, con calendarizzazione degli appuntamenti e con un "istruttore" laureato in scienze motorie che conduca in gruppo, scandisca ritmo e tempi ed insegni ad usare correttamente le racchette, ove previste. 4. Fase intermedia, dove l'istruttore raffini le relazioni e l'affiatamento tra i partecipanti e l'empowerment del gruppo e identifichi il futuro walking leader che lo sostituirà nella guida. 5. Programmare un incontro di formazione tenuto dagli istruttori e rivolto ai futuri walking leader individuati. 6. Fase di avvio in autonomia, dove l'istruttore forma il walking leader, lo rende autorevole e riconosciuto come tale all'interno del gruppo e, gradualmente, gli "passa" la gestione del gruppo stesso. 7. Fase avanzata, in cui il gruppo, ormai consolidato e avviato, continua la propria attività in autonomia, con rare partecipazioni dell'istruttore per verificare se il gruppo procede in maniera unita e costante oppure se si sono create situazioni critiche. In tutte le fasi vi è il monitoraggio dei vari Gruppi di Cammino, attraverso la comunicazione tra istruttori e Azienda Sanitaria, in modo tale da identificare in tempo reale eventuali criticità e porvi delle soluzioni. L'organizzazione relativa a percorsi, cadenza, orari e durata delle camminate può variare di gruppo in gruppo a seconda delle necessità, così come la durata delle varie fasi. Se nel Comune è presente il percorso 1 km al giorno nel tuo Comune, questo può essere utilizzato come impulso per l'attività di alcuni gruppi.

PROPOSTA	GRUPPI DI CAMMINO
Attori e ruoli coinvolti	I compiti delle Aziende Sanitarie, dei Comuni e delle associazioni coinvolte sono descritti e formalizzati in un accordo di programma tra Dipartimento di Prevenzione e Comune. Compiti delle Aziende Sanitarie • Proporre un'attiva collaborazione con i Comuni e con associazioni locali per lo sviluppo delle attività dei Gruppi di Cammino. • Promuovere l'attività in sinergia con tutti gli attori coinvolti. • Organizzare un incontro informativo insieme al Comune e rivolto alla popolazione. • Collaborare con il Comune al fine di individuare i percorsi urbani ed extraurbani più idonei allo svolgimento delle attività. • Fornire supporto tecnico-metodologico. • Supervisionare e monitorare lo svolgimento delle attività in tutte le fasi di realizzazione. • Organizzare l'incontro previsto per la formazione dei walking leader. • Gestire la risoluzione di eventuali criticità che si riscontrino in corso d'opera. • Partecipare alla valutazione finale di processo e di esito. Compiti dei Comuni • Avviare la collaborazione con l'ULSS di appartenenza per l'attivazione dei Gruppi di Cammino, individuando un Referente Comunale che si faccia carico delle attività di competenza. • Eventuale coinvolgimento delle associazioni presenti nel territorio. • Promuovere l'attività in sinergia con tutti gli attori coinvolti. • Organizzare un incontro informativo insieme all'ULSS e rivolto alla popolazione. • Analizzare il territorio comunale al fine di individuare i percorsi sicuri e idonei al cammino. • Promuovere i Gruppi di Cammino tra la popolazione anche nell'ambito di altre iniziative ed eventi locali. • Partecipare alla valutazione finale di processo e di esito. • Rendere l'iniziativa sostenibile nel tempo. Compiti delle Associazioni Locali (se coinvolte) Le associazioni locali coinvolte (sportive e sociali/di volontariato) hanno un ruolo di divulgazione alla cittadinanza e di sostegno alla partecipazione concreta all'iniziativa. Sono coinvolte dalle amministrazioni comunali e prendono parte alle riunioni organizzative e agli incontri rivolti alla comunità. Partecipano all'individuazione dei bisogni della popolazione o alla risoluzione di eventuali problematiche che possono emergere durante lo svolgimento dell'iniziativa.
Per saperne di più	• AULSS 2 MARCA TREVIGIANA https://www.aulss2.veneto.it/gruppi-di-cammino • AULSS 5 POLESANA https://www.aulss5.veneto.it/index.cfm?action=mys.apridoc&iddoc=730 • AULSS 8 BERICA https://www.aulss8.veneto.it/prestazione.php/1915
Referente	Dipartimento di Prevenzione della propria Az. ULSS – Referente del Programma PP2

PROPOSTA	PALESTRE DELLA SALUTE
Aree di intervento	• La promozione dell'attività motoria • La cultura della sicurezza correlata alla promozione della salute negli ambienti di vita
Descrizione	Con l'art. 21 della L.R. 8/2015 e successive modifiche, la Regione del Veneto ha inteso istituire le "Palestre della Salute". Si tratta di strutture che, oltre ad ospitare le normali attività di palestra, presentano appositi requisiti, identificati dalla Regione, che le rendono idonee ad accogliere cittadini con patologie croniche non trasmissibili stabilizzate (cardiopatici, broncopneumopatici, diabetici, nefropatici...) nello svolgimento di programmi di esercizio fisico prescritti dal medico. Non si tratta, dunque, di un'attività riabilitativa, ma della possibilità di fare dell'esercizio fisico tarato alla propria condizione, con caratteristiche che lo rendono idoneo ad ottimizzarne i benefici ricavati in termini di salute, minimizzando i possibili rischi. Le Palestre della Salute rappresentano quindi un "farmaco" che si affianca alla terapia medica in atto e che, ai dosaggi correttamente individuati dal medico, contribuisce a fornire ulteriori effetti protettivi, riducendo il rischio di riaccutizzazioni della malattia e nuove ospedalizzazioni. In base alla stratificazione del rischio correttamente operata, la prescrizione dell'esercizio potrà essere effettuata dal proprio medico curante (in soggetti a rischio cardiovascolare lieve-moderato) o dallo specialista (rischio elevato, patologia cronica conclamata) seguendo diverse modalità operative. RIFERIMENTI GIURIDICO/AMMINISTRATIVI • DGR n. 280 del 13.03.2018: Modifica degli Allegati "A" e "B" della D.G.R. n. 925 del 23/06/2017, "Approvazione dei requisiti e del procedimento necessari ad ottenere la certificazione di "Palestra della salute" e degli indirizzi relativi alla formazione, ai sensi dell'articolo 21, comma 3, Legge Regionale n. 8 del 11 maggio 2015", definizione dei criteri delle Strutture sanitarie previste per gli stage ed individuazione delle stesse e costituzione del Gruppo di coordinamento regionale per la programmazione delle attività formative. • LR n. 18 del 27.06.2016 capo VIII art. 72: Modifiche dell'articolo 21 "Palestre della Salute" della legge regionale 11 maggio 2015, n. 8 "Disposizioni generali in materia di attività motoria e sportiva". • LR n. 8 11.05.2015: Disposizioni generali in materia di attività motoria e sportiva
Destinatari	• Persone con patologie croniche in fase di stabilità
Modalità di realizzazione	E' fondamentale che la Aziende Sanitarie conoscano le palestre presenti nel proprio territorio, soprattutto per creare delle alleanze per la salute dei cittadini. Le strutture che non sono ancora Palestre della Salute devono essere informate sulla possibilità di diventarlo per offrire un servizio di maggiore qualità per il cittadino; le strutture interessate devono essere messe in contatto con i referenti dell'Ulss di appartenenza, al fine di ricevere la documentazione e le indicazioni necessarie. Una volta che la struttura ha il riconoscimento di "Palestra della Salute", il Comune deve impegnarsi per informare i cittadini di questa opportunità e i medici della possibilità di consigliare ai propri assistiti l'accesso a questo servizio. E' consigliabile che il Comune e le Aziende Sanitarie, in sinergia: • organizzino un incontro rivolto ai cittadini per far conoscere loro questa realtà e i servizi che offre, ricordando l'importanza di uno stile di vita sano come prevenzione dalle patologie; • organizzino un incontro fra MMG e Palestre della Salute per potersi conoscere e confrontare. I medici specialisti e MMG creano e prescrivono ai propri pazienti portatori di patologie croniche stabili un programma personalizzato di esercizio fisico, da seguire al pari della cura farmacologica. I pazienti si recano poi presso le Palestre della Salute, dove possono mettere in pratica il programma in modo sicuro e seguiti passo passo da un professionista, il chinesiologo, il quale si assicura non solo che gli esercizi vengano eseguiti correttamente, ma anche che il paziente metta in pratica costantemente quanto prescritto dal proprio medico.
Attori coinvolti e ruoli	Compiti delle Aziende Sanitarie • Raccogliere la SCIA delle Palestre che chiedono di diventare Palestre della Salute • Gestire le liste delle Palestre della Salute presenti nel proprio territorio • Consegnare il logo di Palestra della Salute alle strutture aderenti, dopo la verifica dei requisiti Compiti dei Comuni • Promuovere l'opportunità di diventare Palestra della Salute, in sinergia con l'Azienda Sanitaria Compiti delle Palestre della Salute • Inviare la SCIA all'ULSS di appartenenza per diventare Palestra della Salute • In caso di mancanza di requisiti, adeguarsi a quanto richiesto entro un periodo di 6 mesi • Ricevere il logo dall'ULSS • Mantenere nel tempo i requisiti per essere una Palestra della Salute • Interfacciarsi con i medici specialisti e MMG per la gestione dei pazienti Compiti dei medici specialisti e MMG • Promuovere le Palestre della Salute tra i propri pazienti e indirizzarli a quella più vicina alla loro abitazione • Interfacciarsi con le Palestre della Salute per la gestione dei pazienti
Per saperne di più	Regione del Veneto: prescrizione dell'esercizio fisico https://www.regione.veneto.it/web/sanita/palestre-della-salute
Referente	Dipartimento di Prevenzione della propria Az. ULSS – Referente del Programma PP2

PROPOSTA	PRATICHE MOTORIE AL PARCO
Aree di intervento	• La promozione dell'attività motoria • La cultura della sicurezza correlata alla promozione della salute negli ambienti di vita • La protezione e tutela dell'ambiente
Descrizione	È un'iniziativa stagionale finalizzata ad incentivare la pratica dell'attività fisica, che consiste nell'organizzazione di calendari di pratiche motorie che si svolgono prevalentemente all'aperto, in genere presso parchi comunali, durante la stagione estiva. L'obiettivo è creare proposte altamente accessibili per tutte le età, valorizzando nel contempo le aree verdi comunali.
Destinatari	• Tutta la popolazione
Modalità di realizzazione	Si realizza grazie al lavoro congiunto di Amministrazioni comunali, Enti / Associazioni locali sportive e Aziende Sanitarie. I modelli organizzativi presenti nei diversi territori possono differire in base alla disponibilità o meno di un finanziamento dedicato o ad attività di volontariato sociale, ed in base alla specifica situazione, ne deriveranno differenti calendari di attività (in genere più regolari nel primo caso, più eterogenei nel secondo).
Attori coinvolti e ruoli	Compiti dei Comuni • Promozione dell'attivazione del progetto • Messa disposizione di un'area verde • Manutenzione /disinfestazione adeguata dell'area verde • Comunicazione e realizzazione di materiali di comunicazione Compiti dell'Ente /Associazione sportiva • Supporto dell'attivazione del progetto • Costruzione dell'offerta motoria • Comunicazione al pubblico • Tesseramento e Assicurazione praticanti • Copertura SIAE • Raccolta dati Compiti delle Aziende Sanitarie • Valutazione dell'area di pratica • Supporto al coinvolgimento delle associazioni • Supporto alla comunicazione • Supporto alla valutazione • Supporto all'attivazione del progetto • Supporto all'analisi dei dati
Tempi	Idealmente da maggio-giugno fino a settembre-ottobre
Costi	<i>Vedi alla voce modalità</i>
Per saperne di più	• OGNI PASSO CONTA https://www.uisp.it/veneto2/pagina/ogni-passo-conta1 • RIDATTI UNA MOSSA https://www.aulss2.veneto.it/ridatti-una-mossa
Referente	Dipartimento di Prevenzione della propria Az. ULSS – Referente del Programma PP2

PROPOSTA	ATTIVITA' MOTORIA DI PROSSIMITA'
Aree di intervento	- La promozione dell'attività motoria - La cultura della sicurezza correlata alla promozione della salute negli ambienti di vita - La protezione e tutela dell'ambiente
Descrizione	Attività motoria proposta nelle vicinanze delle abitazioni (specie grandi aggregati o aree urbane ad alta densità) per facilitare il coinvolgimento di persone sedentarie anziane o a rischio di isolamento e distanza sociale. La scelta di un parco o area di prossimità come contesto familiare ha un effetto facilitante per coloro che hanno difficoltà o resistenza a recarsi in una palestra o in luoghi non conosciuti. Si possono prevedere attività due o tre volte a settimana, con periodicità che dipende dalle opportunità che gli specifici territori offrono, all'aperto e/o in spazi chiusi condivisi ecc. Un rilevante aspetto positivo di questo tipo di intervento è inoltre l'aumento delle relazioni tra vicinato che si protraggono spesso anche oltre l'orario di attività.
Destinatari	Categorie particolari della popolazione (anziani, persone sole, donne in gravidanza ecc.)
Modalità di realizzazione	Si consiglia di avviare un percorso partecipativo con accurata analisi del contesto e coinvolgimento di portatori di interesse locali – identificando degli 'attivatori di comunità'. È altresì importante l'individuazione di luoghi riconosciuti dalla comunità e che la rappresentino (parco, piazzale, spazi parrocchiali ecc.). Il successo del progetto potrà essere pesantemente influenzato dall'efficacia con la quale si raggiungerà il target, pertanto dovrà essere studiato e adattato allo specifico contesto sia il materiale informativo che la modalità di distribuzione dello stesso, che potrà contemplare delle azioni "porta a porta". La preparazione degli istruttori (preferibilmente laureati in scienze motorie) è un elemento da tenere in forte considerazione, per un'adeguata valutazione delle condizioni fisiche e cliniche dei partecipanti. In fase di avvio il numero dei partecipanti non deve essere pregiudicante per la partenza. Spesso infatti nella popolazione si attiva un meccanismo di osservazione prima dell'adesione, pertanto ci potranno essere pochi iscritti effettivi e molti osservatori che si inseriranno successivamente.
Attori coinvolti e ruoli	Compiti dei Comuni - Promozione dell'attivazione del progetto - Supporto alla realizzazione - Messa disposizione e manutenzione di uno spazio adeguato - Comunicazione e realizzazione di materiali di comunicazione Compiti dell'Ente /Associazione sportiva - Costruzione dell'offerta motoria - Comunicazione - Tesseramento e Assicurazione praticanti - Copertura SIAE - Raccolta dati Compiti delle Aziende Sanitarie - Supporto all'attivazione del progetto - Valutazione sicurezza dell'area di pratica - Supporto al coinvolgimento di portatori di interesse - Supporto alla comunicazione - Supporto alla valutazione - Supporto all'analisi dei dati
Per saperne di più	PROGETTO SAN PAOLO https://www.uisp.it/treviso/pagina/progetto-san-paolo-attiv-motoria-per-noi-di-una-certa-et PROGETTI NEXT SPORT https://www.uisp.it/progetti/pagina/next-sport
Referente	Dipartimento di Prevenzione della propria Az. ULSS – Referente del Programma PP2

PROPOSTA	SCAMBI GENERA... ATTIVI
Aree di intervento	La promozione dell'attività motoria
Descrizione	Il progetto SCAMBI GENERA...ATTIVI ha l'obiettivo generale di promuovere il benessere e la partecipazione attiva dei beneficiari del progetto (giovani di 16-17 anni e persone anziane in situazione di fragilità) attraverso la realizzazione di percorsi intergenerazionali in ambito motorio e digitale, volti a favorire la costruzione di relazioni di prossimità nei quartieri e a promuovere una cultura, fin dalla giovane età, dell'invecchiamento attivo in buona salute. L'attività ha quindi obiettivi sia di salute che sociali. Tale progetto è stato realizzato in un'Azienda ULSS ed è tuttora in fase di sperimentazione.
Destinatari	- Adolescenti - Anziani (70+)
Modalità di realizzazione	Attraverso un lavoro di rete per costruire una comunità educante e inclusiva. I territori, i quartieri diventano luoghi educativi, opportunità di incontro e di esperienze per i ragazzi, in cui si uniscono interessi, attenzioni e tensioni di più soggetti. Per ricostruire le opportunità di confronto e crescita derivanti dal dialogo tra pari e tra generazioni il progetto si propone di tenere insieme le diverse agenzie educative (non solo quelle deputate alla formazione formale) e altri attori del territorio che, a vario titolo, si prendono cura della comunità (scuole, parrocchie, associazioni di volontariato, medici di medicina generale, farmacie). Non solo la scuola, quindi, che sicuramente è al centro della traiettoria educativa di una persona, ma anche altri attori, come i diversi servizi che ruotano attorno ai ragazzi e alle loro famiglie, in una responsabilità condivisa. Pensiamo alle parrocchie, che si stanno interrogando su come riavviare la dimensione di socializzazione di bambini e ragazzi, in un momento in cui a loro servono esperienze con i coetanei che li mettano in contatto con la vita reale. Anch'esse devono diventare luogo in cui innestare reti, alleanze, collaborazioni con realtà extra ecclesiali, per accogliere anche quei ragazzi adolescenti che non desiderano vivere la loro dimensione di partecipazione all'interno della parrocchia stessa ma che ricercano spazi di solidarietà nella loro comunità di appartenenza.
Attori coinvolti e ruoli	Azienda sanitaria - Coordinamento e gestione del progetto Cooperativa sociale - Coordinamento generale e gestione del progetto e dei diversi attori coinvolti - Impiego di personale dedicato allo sviluppo della rete integrata di interventi di prevenzione e promozione del benessere in stretta connessione con gli altri partner - Implementazione delle diverse attività del progetto Scuola - Coinvolgimento dei ragazzi e degli insegnanti - Coprogettazione delle proposte educative e di volontariato e sperimentazione del progetto - Partecipazione alla cabina di regia - Coprogettazione degli strumenti di valutazione del progetto. Medicina di Gruppo integrativa - Individuazione e selezione delle persone anziane da coinvolgere nel progetto, con compilazione di scheda dedicata di arruolamento da tenere all'interno della cartella del paziente consultabile e aggiornabile da medico e infermiere nel corso del progetto - Contatto telefonico periodico da parte di medici e infermieri per monitorare l'andamento dell'esperienza da parte del paziente - Coprogettazione del programma di attività motorie e formazione - Definizione del protocollo per la gestione in sicurezza del progetto - Partecipazione alla cabina di regia - Coprogettazione degli strumenti di valutazione del progetto. Associazioni di quartiere, di volontariato, parrocchie ecc. - Individuazione delle persone anziane da coinvolgere nel progetto - Partecipazione alla cabina di regia - Coprogettazione delle proposte educative e di volontariato e sperimentazione del progetto per il gruppo di giovani della collaborazione pastorale - Coprogettazione degli strumenti di valutazione del progetto. - Accompagnamento nei quartieri per facilitare l'esperienza di volontariato/incontro tra giovani e anziani (supporto nell'individuazione degli spazi di quartiere in cui poter svolgere l'attività motoria, interventi di mediazione e supporto per agevolare l'esperienza, individuazione di referenti del quartiere che supportino l'implementazione delle relazioni di prossimità). Farmacie - Collaborazione all'individuazione delle persone anziane da coinvolgere nel progetto Altro ente che collabori alla formazione digitale e sviluppo dei video e dei supporti digitali alle attività motorie con gli studenti + partecipazione alla cabina di regia.
Per saperne di più	https://lincontro.it/progetti/scambi-genera-attivi/
Referente	Dipartimento di Prevenzione della propria Az. ULSS – Referente del Programma PP2

PROPOSTA	PROGETTO "ATTIVITÀ MOTORIA PER TUTTI: CHIUDI LA STRADA AL TRAFFICO!"
Aree di intervento	• La promozione dell'attività motoria • Rigenerazione urbana
Descrizione	Il progetto parte da un'iniziativa già attivata nel Comune di Verona, che si può estendere nel territorio veneto, che consiste nel chiudere al traffico, la domenica e i giorni festivi, tratti di strada urbani al fine di consentire alla popolazione di camminare, correre, andare in bicicletta e, in generale, di praticare attività motoria in sicurezza. In tal modo i percorsi stradali diventano veri e propri impianti sportivi all'aperto non convenzionali, a disposizione di tutta la cittadinanza. Attraverso questa iniziativa, inoltre, è possibile organizzare eventi dedicati alla promozione di stili di vita sani, coinvolgendo le associazioni locali che possono così farsi conoscere e promuovere le proprie attività. L'iniziativa rappresenta per le Amministrazioni comunali anche un'occasione per rivalutare e riqualificare zone normalmente non adibite alla pratica dell'attività motoria e sportiva e per valorizzare al meglio altre iniziative che prevedono la chiusura di strade (es. domenica ecologica). Una scelta che può incrementare il successo dell'iniziativa rispetto agli obiettivi di promozione del movimento consiste nella chiusura di un tratto di strada sufficientemente lungo e/o connesso a percorsi già dedicati/dedicabili alla mobilità lenta o a parchi urbani; tale caratteristica consentirà all'utenza di compiere percorsi a circuito e/o connettere più zone urbane.
Destinatari	• Tutta la popolazione
Modalità di realizzazione	La chiusura al traffico di tratti stradali avviene mediante ordinanze comunali. I percorsi scelti devono essere messi in sicurezza, privi di barriere architettoniche e facilmente raggiungibili da tutti. Lungo il percorso le associazioni sportive locali potranno promuovere e mettere in atto le proprie attività, in modo tale che le persone possano conoscere le opportunità offerte nel proprio comune. L'Amministrazione comunale può scegliere di coinvolgere anche le associazioni di volontariato locali, al fine di invitare a partecipare all'evento anche le categorie di popolazione più fragili e difficilmente raggiungibili (anziani, pazienti per patologia ecc.) con attività adatte a loro, proposte magari dall'ULSS di appartenenza. Le persone potranno comunque scegliere anche di praticare il movimento in autonomia.
Attori coinvolti e ruoli	Comune • Gestione della chiusura della strada. • Informazione e promozione dell'iniziativa tra i cittadini, in sinergia con l'ULSS di appartenenza. • Coinvolgimento delle associazioni sportive e di volontariato locali. Cooperativa sociale • Coordinamento generale e gestione del progetto e dei diversi attori coinvolti • Impiego di personale dedicato allo sviluppo della rete integrata di interventi di prevenzione e promozione del benessere in stretta connessione con gli altri partner • Implementazione delle diverse attività del progetto Azienda sanitaria • Informazione e promozione dell'iniziativa tra i cittadini, in sinergia con l'Amministrazione comunale. • Proposta e promozione di iniziative specifiche per determinate categorie di popolazione (es. gruppi di cammino). Associazioni sportive • Promozione e organizzazione di attività motoria e sportiva. Associazioni di volontariato • Coinvolgimento di determinate categorie di popolazione nell'evento.
Per saperne di più	Sito del Comune di Verona https://www.comune.verona.it/nqcontent.cfm?a_id=46355
Referente	Dipartimento di Prevenzione della propria Az. ULSS – Referente del Programma PP2

Proposte di progettazione urbanistica e riqualificazione dell'ambiente che incentivino la pratica dell'attività fisica.

PROPOSTA	PRO-MOVE
Aree di intervento	• Rigenerazione urbana • La promozione dell'attività motoria • La protezione e tutela dell'ambiente
Descrizione	Un progetto partecipato in cui ragazzi progettano per i ragazzi la rigenerazione di un edificio o di un'area verde (o altro sito all'aperto) con l'obiettivo di riuscire ad offrire un nuovo spazio per l'attività fisica, il gioco attivo e l'incontro. Il processo dovrebbe cercare di coinvolgere, tra i ragazzi, quelli che vivono situazioni di disagio, rendendoli partecipi in prima persona anche nella fase di progettazione. Gli adulti dovranno saper agire dietro le quinte come facilitatori e come formatori, giocando un ruolo di supporto, contenimento ed orientamento.
Destinatari	• Ragazzi 6-18 anni (con diversi livelli di coinvolgimento)
Modalità di realizzazione	Costruire le alleanze Una progettazione partecipata prevede la collaborazione della comunità e/o di suoi rappresentanti. E' quindi utile iniziare individuando i principali portatori di interesse sul tema di progetto tra tutti gli attori possibili presenti nella comunità, con l'aiuto della stessa Amministrazione o di altri informatori chiave. Conoscenza del contesto Procedere ad analisi quanti-qualitative che consentano di risalire ai determinanti di salute socioambientali, consultare gli attori chiave e la popolazione analizzandone i bisogni, rilevare le disuguaglianze e cosa, e chi, già è attivo per questo target. Comporre un gruppo di progetto centrale (coordinamento) e un gruppo allargato di consultazione A livello locale suggeriamo di costituire un Gruppo di progetto centrale in cui dovranno essere presenti: alcuni rappresentanti dei giovani, almeno un rappresentante per ciascun gruppo stakeholder con alto interesse, eventuali figure tecniche (es. geometra, architetto). Il gruppo centrale avrà il compito di coordinare le attività e di redigere e guidare il processo di progettazione. Il Gruppo di progetto centrale potrà coinvolgere man mano ulteriori attori, creando in questo modo un Gruppo di progetto allargato, dinamico nel tempo (alcuni attori potrebbero non essere presenti in tutte le fasi del progetto). Potranno essere inclusi in questo gruppo ragazzi che non fanno parte del gruppo centrale, altri componenti di associazioni o della comunità o altre figure tecniche di supporto. Analizzare punti di forza e criticità Evidenziare con quali risorse/aspetti favorevoli del contesto potranno essere affrontati e controllati elementi di rischio nella specifica situazione (analisi swot + piano del rischio). Redigere il progetto locale Descrivere la sequenza logica dell'intervento e definire gli indicatori delle diverse componenti, seguendo un modello di progettazione ed utilizzando un output chiaro. Lo sviluppo del piano di azione consentirà di delineare il cronoprogramma e il sistema di responsabilità. Piano di valutazione Definire le diverse componenti della valutazione (ex ante, di processo, di risultato), le modalità e gli strumenti per condurla. È consigliato procedere anche alla valutazione delle ricadute sulla comunità del progetto, utilizzando scale o modelli capaci di evidenziare i processi di empowerment e gli effetti sulle disuguaglianze. Piano dei costi Sviluppare un piano economico, e formalizzarlo a garanzia della buona riuscita del progetto. Prevedere e quantificare l'impegno economico da dedicare anche alla fase di valutazione e di promozione del progetto. Piano di comunicazione Importante definire la strategia di comunicazione generale (vedi scheda di approfondimento) e prevedere inoltre le fasi di restituzione pubblica partecipativa sullo stato di avanzamento del processo.

PROPOSTA	PRO-MOVE
Attori coinvolti e ruoli	Per tale progetto si propone una modalità altamente partecipativa fin dal suo avvio. Questa caratteristica, unitamente all'impossibilità di definire a priori l'area di intervento (spazio all'aperto, spazio indoor ecc.), le caratteristiche del contesto sociale specifico nonché la fascia d'età prioritaria da coinvolgere, comporta che la definizione dei compiti e dei ruoli consegua ad una specifica mappatura degli attori (vedasi vademecum di riferimento). Si possono pertanto solo fornire indicazioni di massima rispetto al possibile ruolo del Comune come uno dei promotori di questo tipo di azione nel territorio: 1. Promozione dell'attivazione del progetto 2. Messa a disposizione o concorso all'individuazione di uno spazio da rigenerare 3. Coinvolgimento nel nucleo centrale di progetto 4. Messa a disposizione o concorso all'individuazione di uno spazio per lo svolgimento dei lavori di progettazione 5. Risorse dedicate alla campagna di comunicazione necessaria a supportare il processo partecipativo
Per saperne di più	https://drive.google.com/file/d/1RwOuwvOmwQTqz3OGsqV2PcDkOVj_3cFn/view?usp=sharing
Referente	Dipartimento di Prevenzione della propria Az. ULSS – Referente del Programma PP2

PROPOSTA	SPAZI NATURALI: MAPPATURA AREE VERDI
Aree di intervento	• Rigenerazione urbana • La promozione dell'attività motoria • La protezione e tutela dell'ambiente
Descrizione	Un azione partecipata di mappatura guidata di spazi verdi urbani che consente di analizzare le caratteristiche, le criticità e le potenzialità di un'area verde pubblica, al fine di orientare interventi di rigenerazione, adeguamento e/o promozione della stessa come opportunità di salute. La mappatura guida inoltre l'analisi delle connessioni tra l'area da valorizzare, l'abitato e i servizi locali.
Destinatari	• Tutta la popolazione
Modalità di realizzazione	Costruire le alleanze Una progettazione partecipata prevede la collaborazione della comunità e/o di suoi rappresentanti. E' quindi utile iniziare individuando i principali portatori di interesse sul tema di progetto tra tutti gli attori possibili presenti nella comunità, con l'aiuto della stessa Amministrazione o di altri informatori chiave. Conoscenza del contesto Procedere ad analisi quanti-qualitative che consentano di risalire ai determinanti di salute socioambientali, consultare gli attori chiave e la popolazione analizzandone i bisogni, rilevare le disuguaglianze e cosa, e chi, già è attivo per questo target. Comporre un gruppo di progetto centrale (coordinamento) e un gruppo allargato di consultazione A livello locale suggeriamo di costituire un Gruppo di progetto centrale in cui dovranno essere presenti: alcuni rappresentanti dei giovani, almeno un rappresentante per ciascun gruppo stakeholder con alto interesse, eventuali figure tecniche (es. geometra, architetto). Il gruppo centrale avrà il compito di coordinare le attività e di redigere e guidare il processo di progettazione. Il Gruppo di progetto centrale potrà coinvolgere man mano ulteriori attori, creando in questo modo un Gruppo di progetto allargato, dinamico nel tempo (alcuni attori potrebbero non essere presenti in tutte le fasi del progetto). Potranno essere inclusi in questo gruppo ragazzi che non fanno parte del gruppo centrale, altri componenti di associazioni o della comunità o altre figure tecniche di supporto. Analizzare punti di forza e criticità Evidenziare con quali risorse/aspetti favorevoli del contesto potranno essere affrontati e controllati elementi di rischio nella specifica situazione (analisi swot + piano del rischio). Redigere il progetto locale Descrivere la sequenza logica dell'intervento e definire gli indicatori delle diverse componenti, seguendo un modello di progettazione ed utilizzando un output chiaro. Lo sviluppo del piano di azione consentirà di delineare il cronoprogramma e il sistema di responsabilità. Piano di valutazione Definire le diverse componenti della valutazione (ex ante, di processo, di risultato), le modalità e gli strumenti per condurla. È consigliato procedere anche alla valutazione delle ricadute sulla comunità del progetto, utilizzando scale o modelli capaci di evidenziare i processi di empowerment e gli effetti sulle disuguaglianze. Piano dei costi Sviluppare un piano economico, e formalizzarlo a garanzia della buona riuscita del progetto. Prevedere e quantificare l'impegno economico da dedicare anche alla fase di valutazione e di promozione del progetto. Piano di comunicazione Importante definire la strategia di comunicazione generale (vedi scheda di approfondimento) e prevedere inoltre le fasi di restituzione pubblica partecipativa sullo stato di avanzamento del processo.

PROPOSTA	SPAZI NATURALI: MAPPATURA AREE VERDI
Attori coinvolti e ruoli	Per tale progetto si propone una modalità altamente partecipativa fin dal suo avvio. Questa caratteristica, unitamente all'impossibilità di definire a priori l'area di intervento (spazio all'aperto, spazio indoor ecc.), le caratteristiche del contesto sociale specifico nonché la fascia d'età prioritaria da coinvolgere, comporta che la definizione dei compiti e dei ruoli consegua ad una specifica mappatura degli attori (vedasi vademecum di riferimento). Si possono pertanto solo fornire indicazioni di massima rispetto al possibile ruolo del Comune come uno dei promotori di questo tipo di azione nel territorio: 1.Promozione dell'attivazione del progetto 2.Messa a disposizione o concorso all'individuazione di uno spazio da rigenerare 3.Coinvolgimento nel nucleo centrale di progetto 4.Messa a disposizione o concorso all'individuazione di uno spazio per lo svolgimento dei lavori di progettazione 5.Risorse dedicate alla campagna di comunicazione necessaria a supportare il processo partecipativo
Per saperne di più	https://drive.google.com/file/d/1sqmVKJy3ft0kpNX3Scf2nCrCnPzoWjZf/view?usp=sharing
Referente	Dipartimento di Prevenzione della propria Az. ULSS – Referente del Programma PP2

PROPOSTA	NATURALMENTE... SCUOLA
Aree di intervento	• La promozione dell'attività motoria • La cultura della sicurezza correlata alla promozione della salute negli ambienti di vita • La protezione e tutela dell'ambiente • Partecipazione
Descrizione	Il progetto vede la scuola come un'istituzione armonicamente inclusiva e non selettiva, che porti l'educazione in ogni luogo e in ogni momento, superando la destinazione specifica di spazi e luoghi. In quest'ottica gli spazi esterni divengono luoghi abituali di apprendimento; gli ambienti scolastici sono riqualificati, in particolare quelli esterni, e vengono collegati alle infrastrutture e agli spazi naturali attorno alla scuola, perché questi divengano un'opportunità per acquisire le competenze chiave e migliorare l'apprendimento scolastico. Il progetto deve coinvolgere i bambini ed i ragazzi nella co-progettazione, assicurandone una vera partecipazione. La proposta progettuale nello specifico si propone di: • rendere le scuole più verdi trasformando in un luogo naturale almeno una parte del cortile scolastico, che potrà diventare anche una importante risorsa comunitaria per il quartiere; • lavorare alla costituzione di una "zona scolastica" che: ◦ valorizzi gli spazi di prossimità della scuola, per consentire uscite didattiche finalizzate a conoscere il territorio; ◦ promuova la mobilità sostenibile nei percorsi casa-scuola; contribuisca a ridurre il traffico nella zona scolastica.
Destinatari	• Ragazzi 6-18 anni (con diversi livelli di coinvolgimento)
Modalità di realizzazione	Costruire le alleanze Una progettazione partecipata prevede la collaborazione della comunità e/o di suoi rappresentanti. E' quindi utile iniziare individuando i principali portatori di interesse sul tema di progetto tra tutti gli attori possibili presenti nella comunità, con l'aiuto di altri informatori chiave. Conoscenza del contesto Procedere ad analisi quanti-qualitative che consentano di risalire ai determinanti di salute socioambientali, consultare gli attori chiave e la popolazione analizzandone i bisogni, rilevare le disuguaglianze e cosa, e chi, già è attivo per questo target. Gruppo di progetto Il gruppo di progetto non potrà prescindere dal coinvolgimento della scuola interessata. Si consiglia di coinvolgere eventuali associazioni e cooperative già attive nel contesto specifico, oltre ai referenti della promozione della salute dell'AULSS di riferimento Il Gruppo di progetto potrà coinvolgere man mano ulteriori attori, creando in questo modo un Gruppo di progetto allargato, dinamico nel tempo (alcuni attori potrebbero non essere presenti in tutte le fasi del progetto). Analizzare punti di forza e criticità Evidenziare con quali risorse/aspetti favorevoli del contesto potranno essere affrontati e controllati elementi di rischio nella specifica situazione (analisi swot + piano del rischio). Redigere il progetto locale Descrivere la sequenza logica dell'intervento e definire gli indicatori delle diverse componenti, seguendo un modello di progettazione ed utilizzando un output chiaro. Lo sviluppo del piano di azione consentirà di delineare il cronoprogramma e il sistema di responsabilità. Piano di valutazione Definire le diverse componenti della valutazione (ex ante, di processo, di risultato), le modalità e gli strumenti per condurla. È consigliato procedere anche alla valutazione delle ricadute sulla comunità del progetto, utilizzando scale o modelli capaci di evidenziare i processi di empowerment e gli effetti sulle disuguaglianze. Piano dei costi Sviluppare un piano economico, e formalizzarlo a garanzia della buona riuscita del progetto. Prevedere e quantificare l'impegno economico da dedicare anche alla fase di valutazione e di promozione del progetto. Piano di comunicazione Importante definire la strategia di comunicazione generale (vedi scheda di approfondimento) e prevedere inoltre le fasi di restituzione pubblica partecipativa sullo stato di avanzamento del processo.

PROPOSTA	NATURALMENTE... SCUOLA
Attori coinvolti e ruoli	Per tale progetto si propone una modalità altamente partecipativa fin dal suo avvio. Questa caratteristica, unitamente all'impossibilità di definire a priori l'area di intervento, le caratteristiche del contesto sociale specifico nonché la fascia d'età prioritaria da coinvolgere (tutti elementi determinabili tramite la scelta dell'Istituto destinatario dell'intervento), comporta che la definizione dei compiti e dei ruoli consegua ad una specifica mappatura degli attori (vedasi vademecum di riferimento). Come indicazione di massima, consigliamo innanzitutto la creazione di una forte alleanza con la dirigenza scolastica e con alcuni insegnanti che possano assumere ruolo di "attivatori" della comunità scolastica allargata.
Per saperne di più	https://drive.google.com/file/d/10jZGAavZbCoxjiSzptl2n3IYNXI3G1x8/view?usp=sharing Buona Pratica Galles https://issuu.com/playwales/docs/using_school_grounds_out_of_teachin
Referente	Dipartimento di Prevenzione della propria Az. ULSS – Referente del Programma PP2

Scheda rilevazione dei Referenti Locali e delle pratiche attivate Comune di

Nome

Cognome

Ruolo

Indirizzo

Tel.

E-mail

PRATICHE RACCOMANDATE ATTIVATE:

PRATICHE RACCOMANDATE ATTIVATE		TARGET	ANNO DI ATTIVAZIONE
	PEDIBUS	MINORI	
	1 KM AL GIORNO EDUCATIONAL	TUTTI	
	1 KM AL GIORNO NEL TUO COMUNE	TUTTI	
	GRUPPI DI CAMMINO	TUTTI	
	PALESTRE DELLA SALUTE	TUTTI	
	PRATICHE MOTORIE AL PARCO	TUTTI	
	ATTIVITÀ MOTORIA DI PROSSIMITÀ	TUTTI	
	SCAMBI GENERA... ATTIVI	MINORI/ANZIANI	
	ATTIVITÀ MOTORIA PER TUTTI: CHIUDI LA STRADA AL TRAFFICO	TUTTI	
	PRO. MOVE	MINORI	
	SPAZI NATURALI: MAPPATURA AREE VERDI	TUTTI	
	NATURALMENTE... SCUOLA	MINORI	

Altri interventi attivati e breve descrizione delle attività già in essere per l'adesione alla "Rete Comuni Attivi" (segnalare l'anno di attivazione nel territorio):

.....

Luogo e data

Firma

**“Rete Comuni Attivi”
del Programma Predefinito 2
“Comunità Attive”
del Piano Regionale Prevenzione 2020-2025**

Modulo per l'adesione al percorso regionale
previsto per entrare a far parte della "Rete Comuni attivi"

Il Comune di

in persona del Sindaco Sig./Sig.ra

in virtù della delibera n ° del (facoltativo)

riconoscendo la validità degli obiettivi del Programma Predefinito 2 “Comunità Attive” del Piano Regionale Prevenzione 2020-2025 volto a promuovere l'attività motoria e la rigenerazione urbana sul territorio, si impegna ad avviare il percorso di riconoscimento previsto per diventare “Comune attivo”, in collaborazione con il Dipartimento di Prevenzione dell'Azienda Sanitaria di riferimento così come descritto nell'apposita guida.

Luogo e data

Per la Comune di

Il Sindaco

Firma

Check-list per la valutazione delle attività (riservata al Dipartimento di Prevenzione)

COS'È

La check-list, rivisitazione della griglia DORS (<https://www.dors.it/dl.php?idalleg=4128>) adattata allo scopo, è uno strumento ideato per la valutazione e l'accreditamento di programmi e iniziative volte alla promozione dell'attività fisica.

DESTINATARI

La check-list è uno strumento ad uso interno a disposizione del personale del Dipartimento di Prevenzione che si occuperà della valutazione di idoneità.

QUANDO SI USA

Sarà utilizzata per validare programmi e iniziative preesistenti promosse dai Comuni che chiedono l'adesione alla Rete dei Comuni Attivi, quando queste non sono identificabili in pratiche raccomandate regionali già individuate (vedi allegato 1).

COME SI USA

Per una compilazione ottimale si raccomanda l'intervista telefonica o l'incontro con l'assessore/ rappresentante del Comune di riferimento, sottolineando come un contatto diretto serva anche a consolidare il rapporto tra Dipartimento e Comune e possa avere ulteriori benefici collaterali.

La griglia prevede un punteggio massimo di 30/30 e possono essere riconosciute tutte le iniziative che raggiungono un punteggio minimo di 15.

CHECKLIST

VALUTAZIONE DELLA PRATICA	SI	NO	N.D.
EQUITA' NELLA SALUTE			
La pratica mette in atto azioni specifiche per la riduzione delle disuguaglianze di salute.			
PARTECIPAZIONE			
I destinatari intermedi e/o finali* vengono coinvolti nella fase di elaborazione della pratica.			
I destinatari intermedi e/o finali* vengono coinvolti nella fase di analisi di contesto e di identificazione dei fattori determinanti il problema/bisogno di salute.			
I destinatari intermedi e/o finali* vengono coinvolti nella fase di realizzazione della pratica (erogazione, facilitazione, co-conduzione...).			
I destinatari intermedi e/o finali* vengono coinvolti nella fase di valutazione di processo e impatto della pratica.			
ORIENTAMENTO VERSO L'EMPOWERMENT			
La pratica è tesa ad aumentare la responsabilità dei destinatari intermedi verso condizioni di vita salutari.			
La pratica è tesa ad aumentare la responsabilità dei destinatari finali verso condizioni di vita salutari.			

*Destinatari finali (o beneficiari): coloro che hanno la priorità assoluta rispetto a qualsiasi azione posta in essere.

*Destinatari intermedi: quei soggetti che compiono azioni nei confronti dei destinatari finali e che a loro volta sono destinatari di qualche azione progettuale.

VALUTAZIONE DELLA PRATICA	SI	NO	N.D.
ANALISI DEL CONTESTO LOCALE E DEI DETERMINANTI DI SALUTE			
La pratica è coerente con le caratteristiche (sociodemografiche, economiche, sociali, ambientali e comportamentali) del contesto locale.			
SETTING			
È motivata la scelta dei setting nei quali si interviene.			
OBIETTIVI E AZIONI			
Il cambiamento è descritto sotto forma di obiettivi realistici.			
Il cambiamento è descritto sotto forma di obiettivi delimitati nel tempo (che stabiliscono entro quando va raggiunto il cambiamento).			
DESCRIZIONE INTERVENTO/AZIONI			
La pratica prevede attività/interventi, tra loro coerenti, su più livelli previsti dal Programma PP2 "Comunità Attive"			
La pratica è coerente con modelli già proposti e riconosciuti come pratiche raccomandate (vedi Guida ...).			
Sono descritti gli interventi/le azioni previste in maniera completa ed esaustiva.			
È argomentata l'applicabilità al contesto e al setting delle prove di efficacia e/o degli esempi di buona pratica scelti sulla base degli obiettivi.			
È descritta la scansione temporale delle attività (cronoprogramma).			
Sono descritte le risorse necessarie (professionali, strumentali, economiche) per le diverse fasi (pianificazione, realizzazione e valutazione) della pratica.			
COLABORAZIONI E ALLEANZE			
La pratica è realizzata in collaborazione e alleanza tra più servizi/settori della stessa organizzazione/istituzione.			
Sono attivate collaborazioni e alleanze con enti/organizzazioni della comunità locale.			
Sono individuate le risorse (economiche, formative, organizzative) necessarie per permettere la creazione, il funzionamento e il mantenimento di collaborazioni e alleanze.			
Le organizzazioni/istituzioni/enti e i destinatari portano avanti e continuano a realizzare la pratica nel tempo.			

VALUTAZIONE DELLA PRATICA	SI	NO	N.D.
SOSTENIBILITA'			
La pratica è esplicitamente inserita nella policy/strategia dell'organizzazione che lo attua.			
La pratica si integra/collega ad altre iniziative presenti nella comunità locale.			
Sono discusse le possibilità di prosecuzione/messa a regime/estensione della pratica tenendo conto dei limiti dati da finanziamenti, competenze, infrastrutture e partecipazione dei portatori di interesse.			
Sono descritte le difficoltà (vincoli, barriere, criticità) incontrate e le soluzioni adottate per affrontarle.			
TRASFERIBILITA'			
La descrizione della pratica include gli elementi organizzativi, identifica i limiti e le azioni necessarie a superare le eventuali criticità.			
La pratica è già stata estesa/trasferita/ripetuta con successo e sono esplicitate indicazioni e suggerimenti.			
Sono descritte le eventuali opportunità (collaborazioni, fondi, canali comunicativi...), non previste in fase progettuale, che hanno sostenuto e rinforzato la pratica.			
COMUNICAZIONE			
Sono utilizzati/descritti e messi a disposizione i prodotti comunicativi.			
La pratica è stata diffusa presso la comunità e i portatori di interesse.			

Destinatari finali (o beneficiari). Sono coloro che hanno la priorità assoluta rispetto a qualsiasi azione posta in essere; Destinatari intermedi. Sono quei soggetti che compiono azioni nei confronti dei destinatari finali e che a loro volta sono destinatari di qualche azione progettuale.

PUNTEGGIO TOTALE OTTENUTO ___ / 30 (Accreditamento se punteggio $\geq$ 15)

Luogo e data

Firma

A cura di:

Paola Favaretto Direzione Prevenzione, Sicurezza Alimentare, Veterinaria - Regione del Veneto
Manuela Mazzetto U.O.S. Promozione della Salute - Dipartimento di Prevenzione AULSS 2 Marca Trevigiana

Hanno collaborato:

Gloria Barbieri U.O.S. Promozione della Salute - Dipartimento di Prevenzione AULSS 2 Marca Trevigiana
Barbara Bottaro - UISP
Angela Erminio Direzione Prevenzione, Sicurezza Alimentare, Veterinaria - Regione del Veneto
Massimo Gasparetto - UISP
Diana Gazzani UOSD EpiScreenPro - Dipartimento di Prevenzione AULSS 9 Scaligera
Federica Michieletto Direzione Prevenzione, Sicurezza Alimentare, Veterinaria - Regione del Veneto
Marta Orlando Direzione Prevenzione, Sicurezza Alimentare, Veterinaria - Regione del Veneto
Sandro Perini UO Sport - Regione del Veneto
Giovanni Venturato Scuola di Specializzazione Igiene e Medicina Preventiva - Università di Padova
Alberto Zardetto Scuola di Specializzazione Igiene e Medicina Preventiva - Università di Padova

Area Sanità e Sociale**Direzione Prevenzione, Sicurezza Alimentare, Veterinaria**

Palazzo Ex-Inam, Dorsoduro, 3493 - 30123 Venezia (VE)

tel. 0412791352 – 1353 - 1320

fax. 041-2791355

prevenzionealimentareveterinaria@regione.veneto.it

area.sanitasociale@pec.regione.veneto.it