



PREVENZIONE
PIEMONTE

ARGENTO
ATTIVO



PREVENZIONE
PIEMONTE



28 giugno 2019

ORE 8.45 -17.00

Sala dello Sport del Comune di Alba - Via A. Manzoni 8, Alba (Cn)

Giornata di formazione - massimo 30 partecipanti:

LA SALUTE VIEN...CAMMINANDO

ORGANIZZARE E PARTECIPARE AD UN GRUPPO DI CAMMINO

Iscrizioni: entro 19 giugno/o fino ad esaurimento posti:
tel. 0173. 594507 (ore 9-16) - email: epid.alba@aslcn2.it

SSD Epidemiologia, Promozione Salute e Coordinamento attività di Prevenzione ASL CN2 "Alba-Bra"



Percorso formativo nell'ambito del
progetto "Argento Attivo"
realizzato con il contributo di:



**Dall'individuo al Gruppo:
organizzare in modo semplice ed
efficace un'attività di cammino**

Giorgia Micene

*S.S.D. Epidemiologia, promozione salute e
coordinamento attività di prevenzione ASL CN2*

Alba, 28 giugno 2019

UN'ATTIVITA' ADATTA AD OGNI ETA'



- **Bambini / Adolescenti / Adulti / Anziani → età cronologica, età biologica**

Dall'individuo al Gruppo: organizzare in modo semplice ed efficace un'attività di cammino

Sottogruppi specifici*

- Donne in gravidanza e allattamento
- Persone con disabilità
- Persone con disagio e disturbo mentale
- Persone trapiantate
- Persone con diabete mellito tipo2
- Persone Obese
- Persone con Neoplasie
- *Donne in Menopausa*
- Donne con carcinoma mammario



* Ministero della Salute . Direzione Generale della Prevenzione Sanitaria. **Linee di indirizzo sull'attività fisica per le differenti fasce d'età e con riferimento a situazioni Fisiologiche e fisiopatologiche e a sottogruppi specifici di popolazione**

CRITERI DI FORMAZIONE DEI GRUPPI

- Età?
 - Luogo di residenza?
 - Professione?
 - Forma fisica ?
 - ...
 - ...
-

COME CREARE UN GRUPPO DI CAMMINO

PER CHI



Dove e come coinvolgere i partecipanti

Prima Accoglienza

...

...



COME CREARE UN GRUPPO DI CAMMINO

OBIETTIVI

Criticità di partenza

Risultati attesi

PERCORSO

QUANDO

DOVE



COME CREARE UN GRUPPO DI CAMMINO

- Come diffondere l'iniziativa (radio, media locali, brochure, evento lancio ...)
- RETE: Partner Locali e come coinvolgerli
- MONITORAGGIO



COME CREARE UN GRUPPO DI CAMMINO

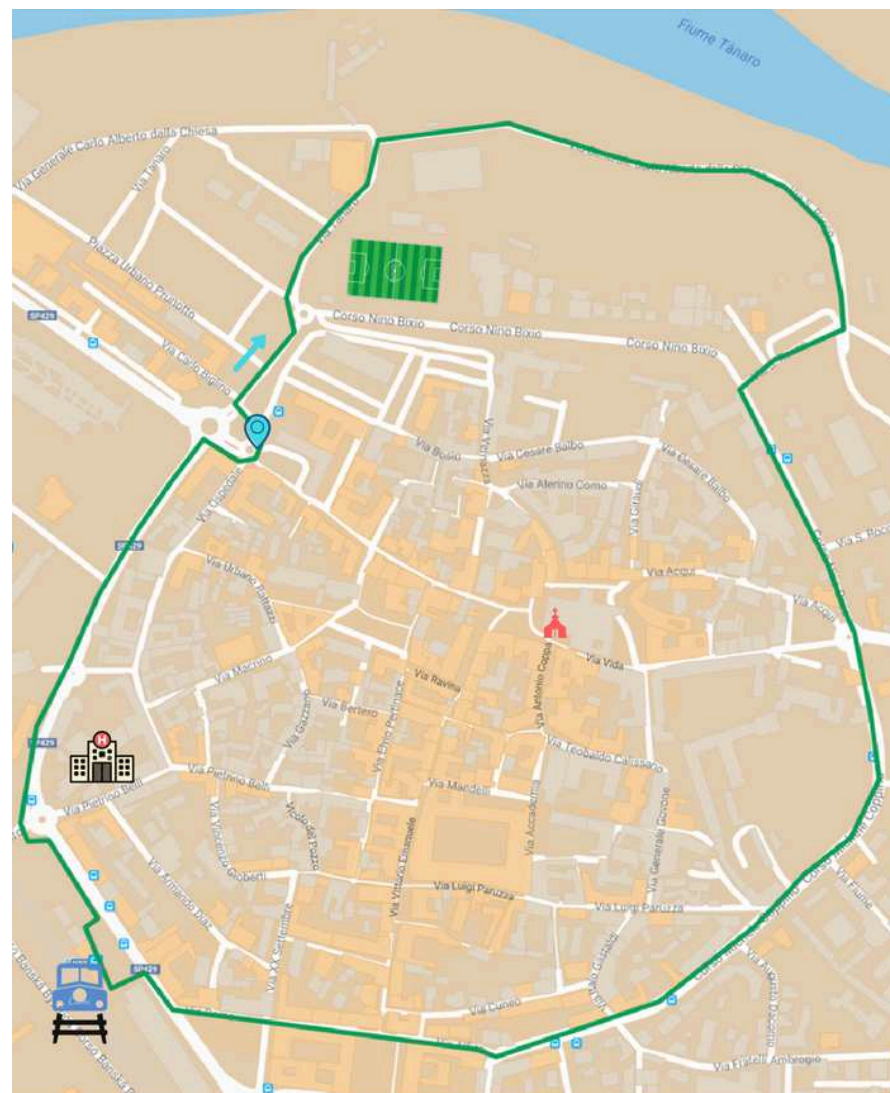
**DARE UN TITOLO O
UN NOME AL GRUPPO o ALL'INIZIATIVA**

.....TITOLO.....

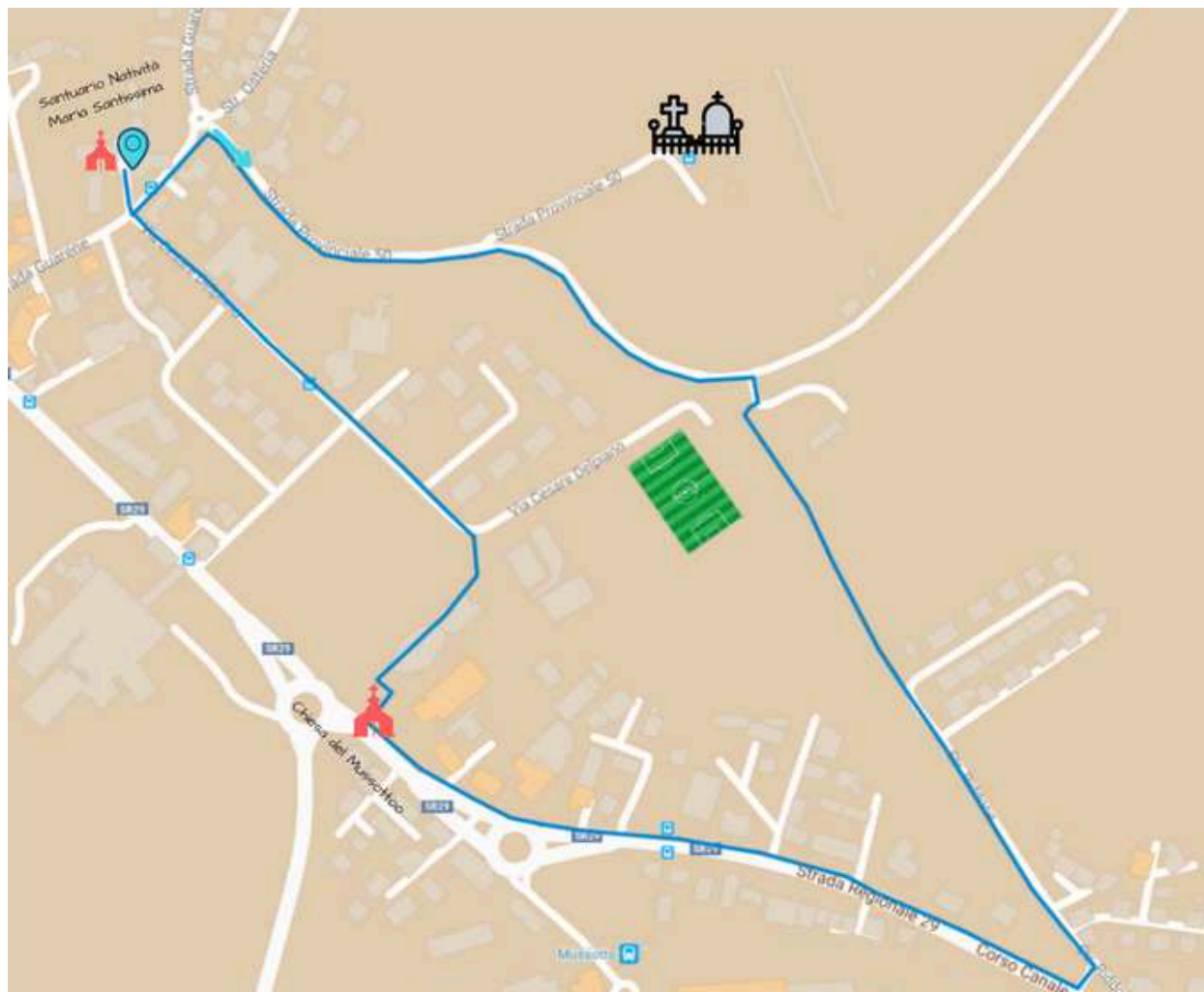


Un esempio:
I percorsi di
ARGENTO ATTIVO

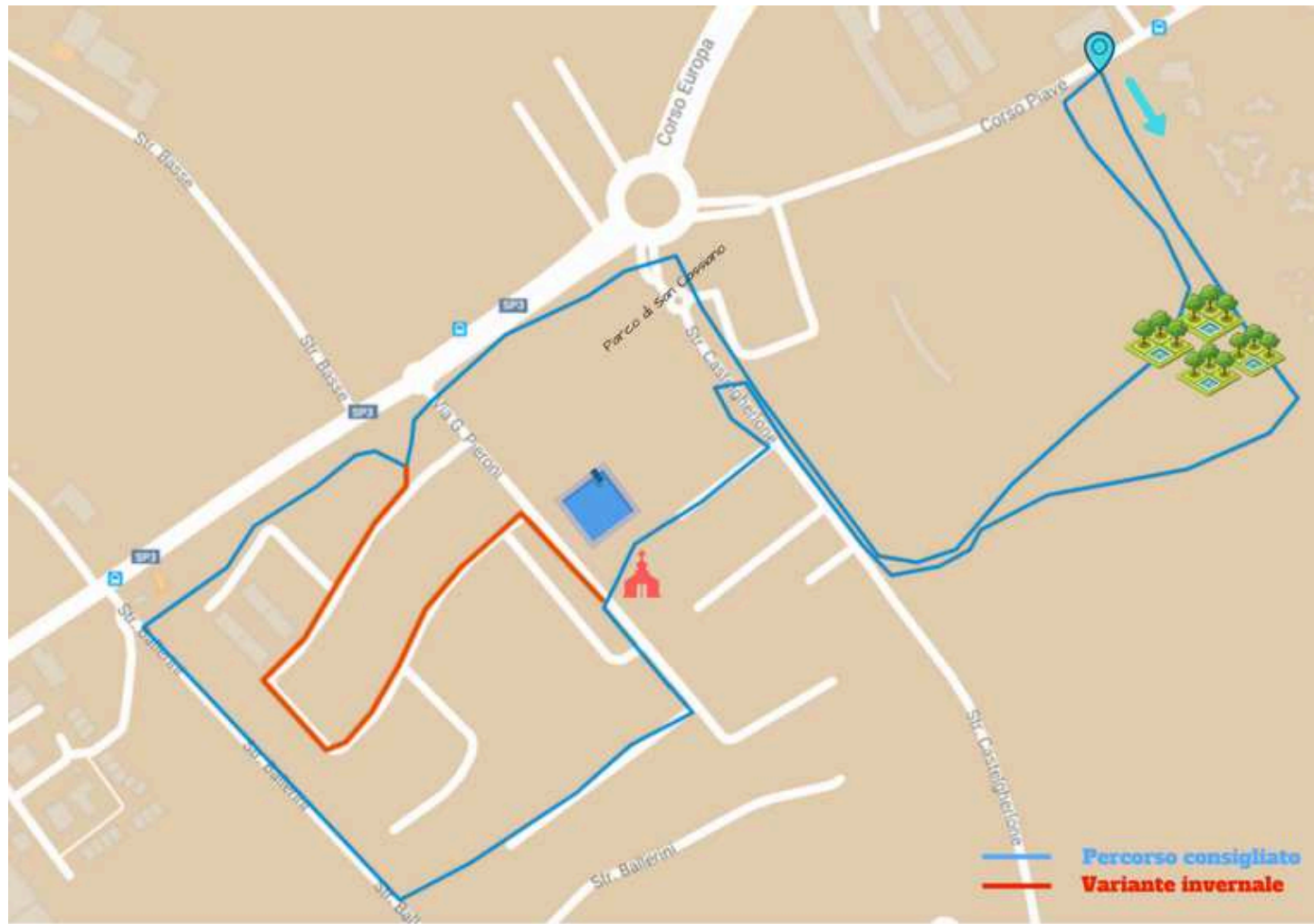
PROVARE IL
PERCORSO PRIMA DI
PROPORLO



Identificare punti di riferimento



Considerare Varianti di Stagione



UN PERCORSO DA DEFINIRE INSIEME

LAVORARE IN GRUPPO per CREARE UN GRUPPO

- INCONTRO PER FACILITATORI
 - Venerdì 12 Luglio ore 10.00
 - Giovedì 18 Luglio ore 14.00
-

**In conclusione:
MEGLIO SOLI O (BEN) ACCOMPAGNATI?**

