

Bando
Oscar della Salute 2016
Premio Nazionale Rete Città Sane – OMS
MODULO PRESENTAZIONE PROGETTO

<p>Titolo del progetto</p>	<div style="text-align: center;">  </div> <p style="text-align: center;">Orbassano “Orbis sanus” = Mondo sano Progetto SPORT, MOVIMENTO, BEN-ESSERE</p>
<p>Ente proponente</p>	<p>Comune di Orbassano</p>
<p>Referente del progetto</p>	<p>Ludovica Martinengo Indirizzo Via dei Mulini 1 tel 0119036284 fax 0119037329 e-mail politichesociali@email.it</p>
<p>Città in cui ha avuto luogo il progetto</p>	<p>Orbassano</p>
<p>Durata del progetto:</p>	<p>12</p>
<p>Descrizione di sintesi del progetto:</p>	<p>La Carta di Toronto per l'attività fisica, redatta nel maggio 2010, e testo di riferimento a livello mondiale per la promozione dell'attività fisica, afferma che l'attività fisica “promuove il benessere, la salute fisica e mentale, previene le malattie e migliora le relazioni sociali e la qualità della vita, produce benefici economici e contribuisce alla sostenibilità ambientale”.</p> <p>La promozione dell'attività fisica è importante in ogni fase della vita delle persone: importantissimo il movimento per il bambino per il suo sviluppo psicofisico, dalla prima infanzia, fino all'età scolare quando la sedentarietà legata alla frequenza scolastica e ad abitudini di gioco legate all'uso massiccio di videogiochi disabitua ad attività motorie.</p> <p>L'attività fisica, non intesa necessariamente come la pratica di uno sport o l'effettuazione di faticosi allenamenti, ma anche, più semplicemente, come un'attività moderata, purché costantemente ripetuta, non può che giovare all'adulto, in una società frenetica sempre più virtuale e con poche occasioni di socialità e di movimento.</p> <p>L'invecchiamento della popolazione è inevitabilmente associato a una crescente prevalenza di malattie cronico-degenerative, come le patologie cardiovascolari, il diabete, alcune forme tumorali (colon, mammella, endometrio), la diminuzione delle capacità cognitive e lo stato di depressione e a frequenti “incidenti di percorso” come le</p>

	<p>cadute e conseguenze fratture.</p> <p>L'esercizio fisico moderato e regolare è in grado di ritardare o ridurre l'insorgenza di stress, ipertensione, osteoporosi, diabete, sovrappeso, colesterolo, trigliceridi.. Inoltre, il movimento riduce i fattori di rischio legati alle cadute e alle fratture, aumentando la forza muscolare e migliorando l'equilibrio, diminuisce il livello di ansia e depressione e il conseguente utilizzo di psicofarmaci, favorisce la socializzazione e aumenta il senso di sicurezza e di autostima, la forza di volontà e la fiducia in se stessi. Per tutti questi motivi l'attività fisica, accanto al mantenimento della socialità, ad abitudini alimentari sane e alla pratica di attività che mantengono il cervello "sotto sforzo", ha un effetto positivo sulla qualità di vita dell'anziano e per quello che viene oggi definito "l'invecchiamento di successo".</p> <p>Con questo progetto, già collaudato per alcuni aspetti, e potenziato per altri, l'Amministrazione vuole creare, in concerto con Associazioni e agenzie educative locali, situazioni, spazi fisici, formativi e culturali per promuovere, valorizzazione e incentivare l'attività fisica in generale e la pratica sportiva in particolare, rivolta a tutti i target di età, anche tenendo conto che per l'anno 2016 la Città di Orbassano ha ricevuto il riconoscimento di Comune Europeo dello Sport.</p>
<p>Obiettivi del progetto</p>	<p>Le politiche di pianificazione urbana adottate dall'Amministrazione comunale vanno nella direzione di creare spazi in cui sia possibile vivere all'aperto, fare attività fisica individualmente o in gruppo e promuovere l'aggregazione contrastando il problema della solitudine, soprattutto negli anziani.</p> <p>Il progetto "Facciamo sport insieme" propone in particolare un insieme di esperienze che consentono di:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> rispondere al grande bisogno di movimento dei bambini; <input type="checkbox"/> promuovere un'azione educativa e culturale della pratica motoria perché diventi abitudine di vita; <input type="checkbox"/> riscoprire il valore educativo del gioco nei suoi aspetti, motorio, socializzante e comportamentale; <input type="checkbox"/> favorire l'integrazione dell'educazione motoria nell'ambito del curriculum didattico, considerando il movimento al pari di altri linguaggi, totalmente integrato nel processo di maturazione dell'autonomia personale; <input type="checkbox"/> fornire ai ragazzi momenti di confronto con coetanei per favorire lo sviluppo di un corretto concetto di competizione, definendone l'importanza in un ambito educativo e limitandone, nello stesso tempo, le degenerazioni che purtroppo caratterizzano molte manifestazioni sportive a livello giovanile. <p>Il sostegno dell'Amministrazione alle associazioni sportive locali si traduce nell'erogazione di contributi</p>

e nella concessione gratuita di spazi e servizi, oltre a: assistenza da parte dell'ufficio competente, alle società/associazioni sportive assegnatarie relativamente ad eventuali problemi di gestione organizzazione, coordinamento, risoluzione delle problematiche relative a manifestazioni non direttamente gestite dal Comune (logistica, richiesta attrezzature, servizi tecnici-audio-luci ecc.). Dal canto loro, molte associazioni danno la loro disponibilità per **inserire gratuitamente nella loro pratica sportiva minori segnalati dai servizi sociali.**

La terza **Festa dello Sport Città di Orbassano e Il Festival della danza**, coordinate dall'ufficio Sport in collaborazione con le associazioni sportive del territorio e non solo, perseguono gli obiettivi di:

- a) promuovere la pratica sportiva con particolare attenzione alle discipline paraolimpiche e agli sport minori
- b) far conoscere le varie forme di danza nei vari target di età
- c) favorire la collaborazione tra le associazioni locali
- d) valorizzare l'eccellenza sportiva della Città di Orbassano

Il progetto di "**Gruppi di cammino**", attivato nell'anno 2013 e via via potenziato nella sua partecipazione, principalmente rivolta alla popolazione anziana, ha l'obiettivo generale di promuovere stili di vita sani attraverso l'incremento dell'attività fisica quotidiana e di contribuire a ridurre la solitudine soprattutto della persone anziane creando occasioni di socializzazione. Gli iscritti ai gruppi di cammino sono attualmente 130

I "**Martedì della salute**" sono un'iniziativa che la Città di Orbassano Assessorato alla Cultura ha realizzato, a partire dal mese di marzo e per tutto il 2015, un Progetto che conteneva numerosi appuntamenti dedicati alla salute, al benessere, alla cura di sé, per ampliare la cultura della prevenzione in ambito socio-sanitario alla cittadinanza. Incontri che, grazie alla partecipazione di esperti, professionisti e specialisti, hanno fornito informazioni su come raggiungere, e mantenere, il benessere fisico e psicologico in diversi ambiti. Il progetto viene riproposto nell'anno 2016 arricchito da alcuni momenti intergenerazionali e interculturali per condividere conoscenze e valorizzare i "saperi" delle persone.

"Comuni Liberi dal Fumo" è un patto sottoscritto dai Comuni di: Beinasco, Bruino, Orbassano, Piosasco, Rivalta di Torino e Volvera, per promuovere la

	<p>partecipazione consapevole e il coinvolgimento attivo del territorio, in particolare per favorire la sensibilizzazione dell'intera cittadinanza sul problema fumo di tabacco.</p> <p>Tale iniziativa, inserita all'interno dei Profili e Piani di Salute (PePS) dell'Asl TO3 - Distretto di Orbassano, definisce l'impegno dei sei Comuni nella lotta al fumo di sigaretta e stabilisce le strategie da adottare per aumentare il numero delle persone che smettono di fumare, diminuire il numero di chi inizia a fumare e ridurre l'esposizione dei non fumatori al fumo passivo. Il progetto è stato sviluppato in collaborazione con:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ufficio Promozione della Salute - Asl TO3 - Centro per il Trattamento del Tabagismo sede di Beinasco - Asl TO3 - Centro di riferimento per l'epidemiologia e la prevenzione oncologica in Piemonte (CPO Piemonte) - Centro Nazionale per la Prevenzione ed il Controllo delle Malattie (CCM)- Regione Piemonte <p>-</p> <p>Nel 2014, su esempio dell'omonimo progetto della Regione Piemonte, è nato il progetto "Orbassano: Città si*cura", nella doppia accezione di sicurezza e di "prendersi cura" che vede la collaborazione degli uffici di Polizia locale, Politiche sociali e culturali e Pari Opportunità. Il progetto si sviluppa per attuare interventi sulla città per la sicurezza, sia reale sia percepita, delle donne e delle persone più vulnerabili, anziani, bambini, disabili. Hanno aderito al progetto 15 Volontari che indossano una pettorina della Città di Orbassano.</p> <p>Le funzioni dei volontari sono:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ costituire una presenza rassicurante per le persone che vivono la città, dissuadendo i malintenzionati e prevenendo episodi di violenza ▪ essere un punto di riferimento cui chiedere informazioni ▪ invitare le persone a rispettare le regole di convivenza civile e a un corretto utilizzo dei luoghi pubblici, senza sostituirsi in alcun modo alla polizia locale.
Azioni realizzate	<p>"Facciamo sport insieme": Interventi di presentazione della pratica sportiva nelle scuole di ogni ordine e grado in orario scolastico, a cura delle associazioni sportive locali per un monte ore complessivo di 960 ore (minimo 4 ore per disciplina).</p> <p>Realizzazione della Festa dello Sport e del Festival della danza presso il Palatenda Erminio Macario</p>

Organizzazione di due **gruppi di cammino** che si incontrano ogni lunedì e giovedì mattina. Alcune persone, individuate tra i volontari in Servizio civico e preparate dagli operatori dell'ASL che sono stati i fautori della nascita dei gruppi di cammino, in collaborazione con l'ufficio, hanno la funzione di accompagnamento e coordinamento ai due gruppi di cammino attivi sul territorio (uno al Parco del Podista e uno in Piazza della Pace).

Realizzazione degli incontri de “I martedì della salute”

Le azioni previste nel progetto **“Comuni liberi dal fumo”** hanno riguardato: l'aumento dell'informazione sui divieti, le campagne di comunicazione per la dissuasione dal fumo, i progetti di prevenzione nelle scuole, gli interventi per aiutare le persone a smettere di fumare, la promozione di ambienti liberi dal fumo.

Allestimento di giardini: (Vedere video collegato <https://youtu.be/JSI-k6Tidcg>)

Parco Nebiolo o Parco del podista: un'area con un anello irregolare di 400 m. completo di piazzole laterali dotate di attrezzi ginnici e una pista in Tartan da 100 m. per gli scatti di velocità (ultimato nell'anno 2013)

Parco botanico-didattico Vanzetti (Strada Volvera), un'area di circa 8000 mq, di cui si prevede l'ultimazione per l'estate

Realizzazione Pista ciclabile (tra il Sangone e Tetti Valfrè): sono in corso la piantumazione e la cartellonistica nell'ambito del progetto Regionale “Corona verde”

Parco dell'Orsa Minore

Sono finanziati da bilancio 2016 il Nuovo Parco al PEC Arpini e il nuovo Parco “Galileo Galilei”.

E' inoltre finanziato da inserire a bilancio 2016 con la proprietà delle aree il Nuovo Parco “Avventura” (zona Parco Ilenia Giusti)

Nel dicembre 2015 sono stati acquistati molti arredi urbani, fra panchine, staccionate, pavimentazione gommosa e giochi bimbi di vario tipo

Beneficiari finali del progetto e numero	Elencare la/le categorie di beneficiari finali dell'iniziativa, indicandone il numero (se disponibile, o una stima) Alunni totali dei 9 plessi scolastici: 3660
--	--

	<p>n. associazioni sportive del territorio: 40 Popolazione over 60: 6957 Popolazione totale come fruitori dei giardini: 23.265</p>
Risultati attesi	<p>Promuovere e far conoscere le discipline sportive presso almeno il 90% degli alunni delle scuole orbassanesi Coinvolgere almeno l'80% delle associazioni sportive locali nella realizzazione della Festa dello Sport 2016 e delle associazioni di danza nella realizzazione del Festival della danza Incrementare i partecipanti dei gruppi di cammino Incrementare la partecipazione ai Martedì della salute. Incrementare i luoghi e i tempi presidiati dai volontari di Orbassano Città si*cura</p>
Risultati raggiunti	<ul style="list-style-type: none"> - Maggiore presenza di persone, soprattutto anziani e bambini, in luoghi aperti, soprattutto il Parco del podista è tantissimo frequentato in ogni ora del giorno. - Partecipazione del 100 % delle scuole al progetto "Facciamo sport insieme" - Inseriti n. 10 ragazzi con disagio socio-economico segnalati dai Servizi Sociali nelle attività svolte dalle associazioni aderenti alla Consulta Sportiva per l'anno sportivo 2015-16 - Aumento del 40% dei partecipanti ai gruppi di cammino rispetto all'anno precedente - Aumento del 20% dei volontari per Città si*cura - Partecipazione di una ventina di associazioni alla Festa dello Sport - Aver divulgato ad un grande pubblico informazioni fondamentali per il benessere e la prevenzione a cura di esperti competenti (che hanno messo gratuitamente a disposizione del progetto la loro professionalità)
Apprendimenti nella realizzazione del progetto	<ul style="list-style-type: none"> - Il consolidamento del progetto e la rete attivata per il progetto "Facciamo sport insieme" ha determinato la partecipazione della totalità delle classi all'iniziativa. - I gruppi di cammino hanno costituito un'occasione di socializzazione importante, che a sua volta, ha determinato una maggior partecipazione soprattutto degli anziani ad iniziative culturali e ricreative (concerti, cinema, teatro, eventi, ecc...) proposte dal Comune
Costo totale del	Contributi ad associazioni e "Facciamo sport insieme": €

progetto (euro)	64.000 Costo Parco Nebiolo o Parco del podista: € 382.318,00 Costo Parco Vanzetti € 250.000 ,00 Costo Parco Orsa Minore € 185.346,00 Costo Nuovo parco al Costo al PEC Arpini € 230.000 Costo nuovo Parco “Galileo Galilei € 250.000 Costo Nuovo Parco Avventura € 230.000 I “martedì della salute € 3.500,00 Costo Festa dello Sport € 4.500,00 Costo Festival della danza € 4.000,00 Acquisto arredi € 100.000,00 Costo totale: 1.703.664,00
Finanziamenti ottenuti	Risorse di compensazione per il termovalorizzatore: 599.664,00 Risorse proprie del Comune: € 1.104.000,00
Sostenibilità del progetto	Le iniziative contenute nel progetto proseguiranno entrando a far parte dell'attività ordinaria del Comune
Strumenti di comunicazione utilizzati	I mezzi utilizzati per la promozione delle iniziative si diversificano a seconda delle attività: comunicazioni mirate mail e cartacee con le scuole invio di una news letter per le associazioni a cura degli uffici materiale cartaceo (manifesti, locandine, pieghevoli) produzione di fotografie e video promozionali uso di social network (pagina Facebook del Comune https://it-it.facebook.com/cittadiorbassano e Servizio civico Orbassano, pagina Facebook dell'associazione Sonic, Pagina Facebook SonicTv Orbassano blog di associazioni) sito internet del Comune www.comune.orbassano.to.it giornalino comunale a diffusione bimensile (Orbassano Notizie) App del Comune My Orbassano
Punti di forza del progetto	La rete consolidata tra Comune, Istituti scolastici e Terzo settore Attenzione dell'Amministrazione alla vita associativa del territorio
Problematicità sorte durante l'attuazione del progetto	Non sono sorte particolari criticità nella realizzazione dei progetti
Parole Chiave per descrivere il progetto (massimo 5)	Prendersi cura del territorio e dei cittadini Orbassano “Comune europeo dello Sport 2016” Movimento fisico e benessere
Allegati (da inviare sempre in formato elettronico alla mail indicata)	<ul style="list-style-type: none"> - Materiale promozionale per i martedì della salute - Foto Orbassano cammina - video parchi:

	<ul style="list-style-type: none">- https://youtu.be/JSI-k6Tidcg- video attività associazioni sportive locali- https://youtu.be/eAqmZyqcYSw- video festa dello sport: https://youtu.be/ZOGpwLOJmBM- https://youtu.be/EoU8rxNdqbg
--	--