

Crespi d'Adda: incontro estivo 2011



13 GIUGNO 2011

Cammino
Day

Raduno h.14.00

PIAZZA DEL MERCATO

CAPRIATE SAN GERVASIO (BG) - 24042

INCONTRO E CULTURA GRUPPI DI CAMMINO DELLA PROVINCIA DI BERGAMO

programma della giornata

14.30 - 15.30 camminata in pineta

15.45 - 16.45 visita guidata al Villaggio di Crespi

COME ARRIVARE:

Milano-Bergamo: uscire al casello di

Capriate (2,5 km da Crespi) proseguire seguendo le indicazioni CENTRO percorrendo Via Vittorio Veneto (ca 1.7 Km—4 min)



PRESENTAZIONE PROGETTO

“GRUPPI DI CAMMINO” NELL’ASL DI BERGAMO

LUNEDI’ 13 GIUGNO 2011
CRESPI D’ADDA - BG

Nati a Bergamo nel 2009 i “Gruppi” fanno parte del progetto “**Stili di Vita Sana**” che coinvolge, a livello nazionale, Asl, Amministrazioni Comunali, settori del privato sociale e organizzazioni di volontariato, mirando, all’interno di una comunità, sia alla promozione della cultura della salute sia raggiungendo obiettivi di natura socio-sanitaria.

L’aumento dell’aspettativa di vita avvenuto nella popolazione contemporanea nonché i conseguenti anni di vita “guadagnati” hanno determinato problematiche nuove influenzate da una scarsa condizione di salute delle persone, correlate a patologie cronico - degenerative e altri fattori negativi che determinano, viziosamente, un carico economico notevole a livello farmaceutico, sociale e sanitario sul sistema di welfare nazionale.

La prevenzione delle cronicità è divenuta pertanto, in tale ottica, un obiettivo di primaria importanza; ridurre il carico di cronicità e di inabilità nella popolazione, migliorando conseguentemente il livello di salute della collettività, favorisce, *in primis*, un cambiamento stabile dei comportamenti collettivi determinando, in secondo luogo, non solo ripercussioni favorevoli su patologie croniche quali il diabete, l’ipertensione, il sovrappeso e l’obesità, ma, di riflesso, influenzando positivamente complicanze osteoarticolari e stati psicologici come la depressione.

Ad oggi il progetto “Gruppi di cammino” ha coinvolto circa **50 comuni** della Provincia di Bergamo per un totale di **70 Gruppi** ed un numero complessivo stimato in circa **2000 persone** (generalmente over 60, senza distinzione di genere, religione o nazionalità) che svolgono attività fisica “moderata” su un percorso mirato alle potenzialità dei camminatori secondo una frequenza bisettimanale della durata media di circa 30–40 minuti.

Il gruppo di cammino, inoltre, ha come peculiarità il favorire direttamente la condivisione sociale fra i suoi protagonisti, accrescendo le conoscenze degli stessi “camminatori” e stimolandoli ad una partecipazione viva ed entusiasta all’interno di un processo che è totalmente condiviso in termini sia tempistici che partecipativi. La creazione delle molteplici relazioni e dei rapporti fiduciosi fra le persone coinvolte e le istituzioni territoriali interessate avviene per mezzo di figure chiave, i cosiddetti *walking leader*, ruoli presenti all’interno dei Gruppi di Cammino ed interessati, fin dalle

prime battute, all'identificazione, alla progettazione e alla valutazione dello scenario operativo degli stessi, attori fondamentali sempre attenti allo sviluppo del progetto garantendo in ultima analisi la longevità del gruppo.

Ad oggi i soggetti coinvolti nel progetto sono:

Amministrazioni comunali: Garantiscono l'organizzazione locale e quindi la continuità nel tempo attraverso la rete locale delle organizzazioni di volontariato. Partecipano alla progettazione e alla verifica dei risultati.

Associazioni di volontariato coinvolte dall'Amministrazione Comunale forniscono soggetti che dopo breve formazione da parte dell'ASL- animano i gruppi, svolgendo un ruolo attivo nella sensibilizzazione dei cittadini e nella rilevazione dei dati relativi all'attività svolta e ai relativi risultati.

Cittadini sono sensibilizzati in una prima assemblea promossa dall'Amministrazione locale anche attraverso le organizzazioni di volontariato. Sono coinvolti in incontri periodici (almeno 2 volte l'anno) su temi di salute soprattutto connessi con la promozione dell'attività fisica. Ricevono periodicamente informazioni sull'andamento e sui risultati dell'attività in termini di salute.

Il raduno di **Crespi d'Adda del 13 Giugno p.v.** nasce con l'intento di essere un'occasione per tutti i camminatori di conoscersi e di conoscere le ricchezze culturali e naturalistiche del territorio orobico condividendo esperienze, vissuto e competenze personali all'interno di una rete sociale che è continuante in espansione.

Il raduno si pone finalità ambiziose come estendere l'adesione allo stesso di nuovi camminatori, rafforzando i legami e le relazioni del gruppo stesso con la comunità di appartenenza, potenziando o estendendo lo scenario operativo e ampliando il ventaglio di attività siano esse di tipo cultural-culinario che ludico-ricreative migliorando progressivamente la visione e l'adesione al sistema salute da parte dei cittadini.

Info e contatti:

Giuliana Rocca, grocca@asl.bergamo.it - 335/7238417

Paolo Brambilla, pbrambilla@asl.bergamo.it - 338/8310157