



A.N.A.P.A.C.A. Onlus

Progetto "Salute e Prevenzione - Interventi per una Comunità che ha Cura di sé"

Oggetto: Aggiornamento situazione a fine Aprile 2015.

Come saprete, l'attività della nostra associazione è sempre stata, sin dalla sua fondazione nel lontano 1989, e rimane, l'assistenza a pazienti affetti da patologie oncologiche e cronico-degenerative.

Nel tempo, a fianco e a supporto di questa, si è sviluppata anche un'attività di diffusione della cultura dell'Aver Cura (di sé, dell'altro e dell'ambiente).

In questo ambito, lo scorso anno abbiamo avviato il progetto "Salute e Prevenzione - Interventi per una Comunità che ha Cura di sé". Il progetto ha la finalità di promuovere tra la popolazione corretti stili di vita (corretta alimentazione ed adeguata attività fisica) quali strumento di prevenzione delle principali malattie cronico-degenerative dei nostri giorni.

Il progetto, che potete trovare sul nostro sito e sul sito del Comune di Pinerolo sotto il capitolo "Salute e benessere", è stato recentemente presentato come esempio di progetto "down to top" al seminario per la costruzione del piano regionale per la prevenzione.

Diverse sono le iniziative che lo costituiscono. Alcune ormai concluse, altre in corso di realizzazione o ancora da realizzare.

Nel mese di maggio 2014 sono state avviate le camminate sulla collina pinerolese, accompagnate da istruttore e volontari e nel mese di ottobre le attività presso la palestra BBC del centro "Le Macine".

Nel mese di ottobre 2014 si è tenuto all'auditorium Baralis il ciclo di incontri con la popolazione con la partecipazione di oltre trenta relatori, specialisti delle diverse discipline mediche. Per due sabati consecutivi, è stata offerta ai cittadini la possibilità di sottoporsi ad un test di valutazione rischio malattie sotto la guida di infermieri ASL (v. copia dépliant allegato).

Il Progetto prevede però ancora:

- la realizzazione di un Percorso Benessere attrezzato in p.za d'Armi per stimolare e favorire l'esercizio fisico;
- l'organizzazione di incontri di approfondimento;
- la formazione di volontari di sostegno a progetti specifici di prevenzione predisposti dall'ASL TO 3 che riguardino l'alimentazione e l'attività fisica.

Purtroppo la raccolta fondi non ha prodotto i risultati sperati. Le uscite per il progetto sono state, fino ad ora, di 10.800,00 Euro contro 5.200,00 di entrate.

Convinti della bontà del progetto, ci siamo rimessi al lavoro per poter concludere entro l'anno. Il costo per una decina di attrezzi per il "percorso benessere" è di 21.000,00 Euro. Per l'acquisto di tre di essi possiamo già contare sulle promesse di ANA, Le Ciaspole e Leo Club Pinerolo.

Per andare in pari con le spese sostenute e per l'acquisto dei rimanenti attrezzi, abbiamo deciso di dare un'accelerata alle attività di raccolta fondi:

- 16 maggio ore 21,00 al Tempio Valdese - concerto di Fredy Merlo
- 22 maggio ore 21,00 al Teatro Incontro - spettacolo concerto "Alpini? Chapeau!" della compagnia CanzonEteatro di Mondovì
- 25 settembre ore 21,00 al Teatro Incontro - spettacolo concerto del gruppo dei maestri Fabio Banchio e Luca Zanetti

- 16 ottobre ore 21,00 al Teatro Incontro - spettacolo concerto del gruppo Voci di Corridoio.

Inoltre saranno devoluti all'Anapaca per il progetto i fondi raccolti da:

- Accademia di Musica - 25 aprile concerto del coro dell'Accademia di Musica presso la sala concerti Patrizia Cerruti
- Centro Danza di R. Bozzalla - 31 maggio balletto "La bella addormentata" al palazzetto dello sport
- Istituto Musicale Corelli - 06 giugno maratona musicale "I venerdì del Corelli" nella sala concerti I.Tajo (chiesa di S.Giuseppe)

A seguito del ciclo di incontri con la popolazione di ottobre scorso seguiranno una serie di approfondimenti.

Per la prevenzione dei problemi correlati ad alcol e fumo sono in programma due serate organizzate dal SERT, con la nostra collaborazione, presso la sala conferenze dell'ASL TO3 (2° piano sopra il CUP):

- 17 aprile ore 20,30 (alcol) con gli interventi dell'avv. M. Priotti e il prof. Paolo Cozzo per Anapaca
- 27 maggio ore 20,30 (fumo) con gli interventi dell'avv. M. Priotti e il dott. Mario Airoidi per Anapaca

Per promuovere l'adozione di stili di vita corretti sin dall'infanzia è in programma una giornata di giochi di movimento in P.za d'Armi per bambini e ragazzi dai 3 ai 13 anni.

- 06 giugno (ore 10 - 18,00)

Dai dati forniti dal sistema di sorveglianza "OKkio alla SALUTE" risulta che soltanto un bambino su dieci fa attività fisica in modo adeguato per la sua età. La scarsa attività fisica e le cattive abitudini alimentari nell'infanzia e adolescenza sono implicate nell'insorgenza di molti disturbi e malattie dell'età adulta.

Questa giornata, divertendo i bambini con semplici giochi di movimento all'aria aperta, vuole sensibilizzare i genitori sull'importanza della nutrizione e attività fisica nella prevenzione delle malattie.

Sempre con l'ASL abbiamo deciso di portare l'iniziativa salute/prevenzione nelle aziende secondo le indicazioni dell'OMS (Organizzazione Mondiale della Sanità) nella rete WHP (Workplace Health Promotion). Inizieremo con due aziende alle quali verrà proposto il seguente programma:

- un intervento informativo per sensibilizzare sull'importanza della prevenzione e fornire conoscenze sugli stili di vita;
- un momento dedicato ad ogni dipendente per la valutazione del rischio metabolico attraverso la compilazione del questionario FINDRISC (validato a livello internazionale) e la misurazione di alcuni parametri.
- gli operatori sanitari forniranno consigli ed indicazioni personalizzate sulla base dei risultati emersi.

Contiamo sulla Vostra disponibilità a sostenere queste nostre iniziative 2015 e, nel ringraziarVi per quanto potrete contribuire, porgiamo i nostri più cordiali saluti.

Elda Priotti
(il presidente)