

## Scheda di progetto<sup>1</sup>

<b>TITOLO</b>	Promuovere stili di vita corretti: il buon esempio parte da noi!
<b>ASL/ASO</b> (proponente, se progetto Aziendale, o capofila, se progetto inter-Aziendale)	ASL ALESSANDRIA

### Abstract

#### Descrizione sintetica del progetto

(max 1 pagina su: contesto di partenza, destinatari, obiettivi, metodologia, attività, valutazione e strumenti)

#### CONTESTO DI PARTENZA

Da anni all'interno dell'ASL AL (ex ASL 21) - territorio di Casale Monferrato -, si sono instaurate **alleanze tra i vari servizi al fine di promuovere la salute nella collettività**. Questo progetto, che vede la collaborazione tra S.I.A.N. (Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione) e G.E.S. (Gruppo per l'Educazione alla Salute ), nasce dall'esigenza di promuovere stili di vita 'sani', consapevoli e duraturi nell'ambito di un setting finora mai coinvolto ovvero quello dell'**ambiente di lavoro aziendale** in cui operano gli stessi servizi assieme ad altri servizi territoriali, e in particolare si prefigge di **promuovere l'adozione, durante la pausa pranzo, di pasti bilanciati e di attività motoria** ("percorso attivo tragitto - lavoro mensa") **per combattere sedentarietà e sovrappeso**. Nell'ambito di tale collaborazione precedentemente sono stati condotti due progetti: "A Scuola con gusto", che ha partecipato al Bando Regionale progetti di Promozione della Salute 2004-2005 con assegnazione del relativo finanziamento nell'ambito del Programma Regionale Nutrizione Piemonte, e "La salute è servita a scuola. Percorsi scolastici tra salute e territorio alla scoperta di frutta e verdura. Scuole sane 2007-2008" in collaborazione anche con il servizio della Pubblica Istruzione del Comune di Casale Monferrato. Entrambi i progetti si sono posti l'obiettivo di intervenire sul miglioramento della refezione scolastica e sull'attività fisica dei bambini delle scuole partecipanti.

#### DESTINATARI

**Operatori sanitari e non del Distretto Sanitario n°1:** medici, veterinari, tecnici della prevenzione, assistenti sanitari e sociali, infermieri, amministrativi che accedono alla mensa.

#### OBIETTIVI

Il progetto ha lo scopo di facilitare, nei dipendenti della ex ASL 21 (limitatamente al Distretto n°1 di Via Palestro - Casale M.to) che usufruiscono del servizio di mensa aziendale, una corretta scelta giornaliera degli alimenti proposti dal Dietetico Ospedaliero offrendo, sulla base dei piatti del giorno, una proposta di **menù equilibrato** e di incentivare il movimento attraverso la possibilità di percorrere un itinerario a piedi per recarsi a mensa dal posto di lavoro ("**percorso attivo tragitto - lavoro mensa**").

#### METODOLOGIA - ATTIVITÀ - STRUMENTI

Il progetto si sviluppa attraverso:

- **consultazione dei destinatari e analisi dei bisogni** attraverso un gruppo di discussione per il confronto, negoziazione e condivisione della proposta progettuale;
- **momenti informativi** per esplicitare le finalità ed i benefici legati ai comportamenti salutari proposti con il progetto;
- **esperienza diretta dei partecipanti** mediante la possibilità di sperimentare i comportamenti salutari proposti attraverso l'offerta della mensa e la costituzione di un "percorso attivo" (tragitto lavoro-mensa).

#### Attività

- **Presentazione** formale del **progetto** alla direzione generale - incontro con il Direttore Sanitario del presidio ospedaliero, con il responsabile della Ditta appaltatrice e con gli addetti alla distribuzione per facilitare l'adesione - presentazione del progetto ai Dirigenti delle SOC del Distretto da coinvolgere;
- acquisizione del dietetico ospedaliero sulla cui base **predisporre un menù giornaliero** di tipo

<sup>1</sup> La presente scheda è stata elaborata da DoRS nell'ambito del Piano Regionale Sorveglianza e Prevenzione dell'obesità nei luoghi di lavoro: Laboratorio di progettazione partecipata. La scheda ha come riferimento quella prodotta per i Bandi della Regione Piemonte "Progetti di Promozione della Salute" 2004-2005 e 2005-2006 e pertanto i riferimenti teorici sono: la carta di Ottawa per la Promozione della Salute (1986) e il modello di progettazione PRECEDE-PROCEED (LW. GREEN, MW. KREUTER, 1991).

**equilibrato;**

- incontro con i partecipanti (presentazione progetto e **analisi dei bisogni**);
- **elaborazione e somministrazione questionari** (per sondare **abitudini alimentari, conoscenze, disponibilità al cambiamento, gradimento**);
- **elaborazione cartelloni, opuscoli/pieghevoli informativi - allestimento** dello spazio antistante la mensa con **cartellonistica** fissa inerente gli abbinamenti equilibrati tra primi e secondi piatti, opuscoli/pieghevoli informativi e locandina giornaliera del menù equilibrato;
- sondaggio sulla disponibilità a effettuare, andata/ritorno, un tratto di percorso a piedi dal Distretto n°1 alla sede della mensa aziendale quantificabile in 15 minuti di cammino ("percorso attivo") - analisi e fattibilità a favorire il percorso a piedi da parte della Direzione Generale - **sperimentazione** da parte di un gruppo di operatori (soggetti disponibili) del "**percorso attivo**".

**Strumenti**

- **Questionari** su: conoscenze, disponibilità al cambiamento (motivazione e autoefficacia), gradimento;
- **cartellonistica, locandine, opuscoli, pieghevoli informativi**;
- **diario giornaliero di monitoraggio** (per monitorare consumi alimentari e attività motoria);
- **registro presenze "percorso attivo"**.

**VALUTAZIONE**

Dopo tre mesi di sperimentazione, al fine di **verificare l'efficacia della sperimentazione e l'interesse suscitato**, valutazione attraverso:

- **analisi dati diario giornaliero di monitoraggio**;
- **analisi dati questionari** (conoscenze, abitudini,...) **pre - post intervento**;
- **analisi dati registro presenze "percorso attivo"**;
- **analisi dati gradimento** sia per i partecipanti al progetto sia per gli altri fruitori del servizio mensa appartenenti all'ASL.