

Workplace Health Prevention

La Corsia della salute

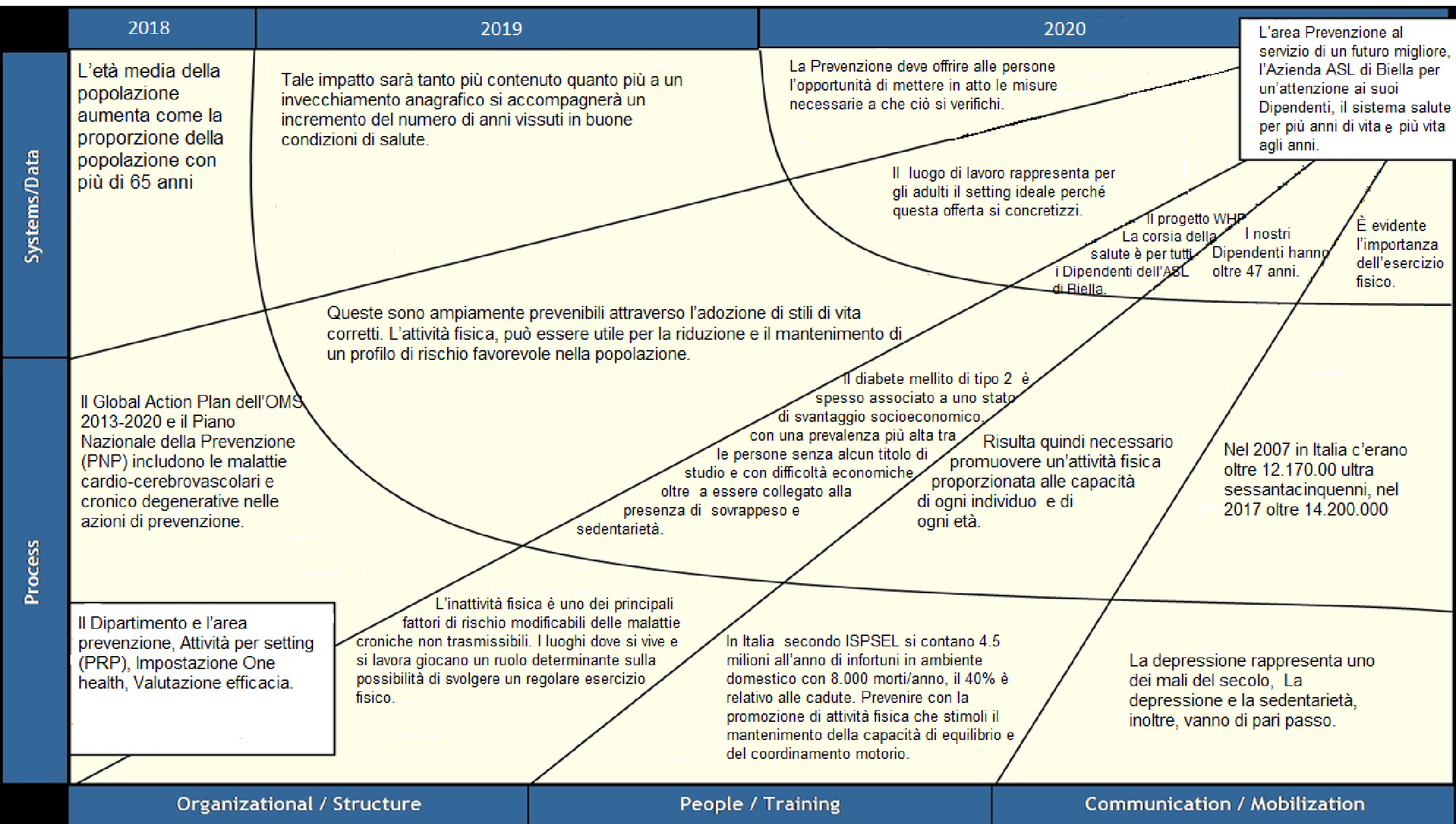
Il Progetto dell'ASL di Biella



L.Sala, G. Graziola, M.Ruggieri, M. Bacchi, F. Ferraris, P. Tempia.
luca.sala@aslbi.piemonte.it

Attività fisica, Sport e Salute

Sala Convegni "Elvo Tempia"
Nuovo Ospedale di Biella
Ponderano, 13 ottobre 2018



L'area Prevenzione al servizio di un futuro migliore, l'Azienda ASL di Biella per un'attenzione ai suoi Dipendenti, il sistema salute per più anni di vita e più vita agli anni.

Il progetto WHP. La corsia della salute è per tutti i Dipendenti dell'ASL di Biella.

I nostri Dipendenti hanno oltre 47 anni.

È evidente l'importanza dell'esercizio fisico.

Nel 2007 in Italia c'erano oltre 12.170.000 ultra sessantacinquenni, nel 2017 oltre 14.200.000

La depressione rappresenta uno dei mali del secolo, La depressione e la sedentarietà, inoltre, vanno di pari passo.

Siamo partiti dai dati raccolti per il progetto EMP-H e dal confronto fra Pazienti, Familiari e Dipendenti è emerso che le nostre Performance, le nostre abitudini per quanto riguarda gli stili di vita non sono in linea di massima ottimali. Abbiamo quindi deciso di organizzarci per un intervento di promozione della salute più mirato alle nostre esigenze.

Attività fisica, sport e salute

Sala Convegni "Elvo Tempia"
Nuovo Ospedale di Biella
Ponderano, 13 ottobre 2018

Una seconda valutazione ci ha spinto a considerare che tutti noi siamo direttamente coinvolti anche nella promozione e divulgazione di stili di vita salutari per quanto concerne la prevenzione della salute.

Attività fisica, sport e salute

Sala Convegni “Elvo Tempia”
Nuovo Ospedale di Biella
Ponderano, 13 ottobre 2018

Il progetto, “La Corsia della salute” prevede il coinvolgimento del più alto numero possibile di Dipendenti per quanto concerne la prevenzione primaria, si propone pertanto di agire in una prima fase sul fattore “sedentarietà”, promuovendo comportamenti virtuosi e creando ambienti e condizioni facilitanti rispetto al cambiamento.

Attività fisica, sport e salute

Sala Convegni “Elvo Tempia”
Nuovo Ospedale di Biella
Ponderano, 13 ottobre 2018

La disseminazione dell'offerta a tutti i Dipendenti ASL Biella tramite la rete informatica aziendale, l'individuazione di un primo gruppo di utenti con adesione volontaria, la formazione e informazione a piccoli gruppi con interventi frontali, provvedimenti ambientali da calendarizzare secondo priorità e economicità, una cartellonistica incentivante movimento e attività fisica, il lancio di pillole informative rispetto all'andamento del progetto, la revisione in corso d'opera e confronto dell'efficacia coi dati di partenza.

Attività fisica, sport e salute

Sala Convegni "Elvo Tempia"

Nuovo Ospedale di Biella

Ponderano, 13 ottobre 2018

Per quanto concerne la prevenzione secondaria, si sta lavorando per una partnership con l'Università del Piemonte Orientale e si prevede di adottare una griglia di profilazione per i soggetti che presentano particolari situazioni di rischio per i quali è prevista una presa in carico e la condivisione di un percorso terapeutico/riabilitativo.

Attività fisica, sport e salute

Sala Convegni "Elvo Tempia"

Nuovo Ospedale di Biella

Ponderano, 13 ottobre 2018

Si prevede che sia realizzato un parcheggio per le biciclette, la distribuzione agli aderenti di device per la misurazione dell'attività fisica sul luogo di lavoro, promuovere la creazione di gruppi di cammino, la stipula dove non già attivate, di convenzioni con palestre e piscine, spazi all'interno del perimetro aziendale incentivanti e dove potere praticare attività fisica e movimento.

Attività fisica, sport e salute

Sala Convegni "Elvo Tempia"

Nuovo Ospedale di Biella

Ponderano, 13 ottobre 2018

Il parere degli Esperti sul progetto

Maria Ruggieri, Roberta Rossi, Fabrizio Ferraris

Attività fisica, sport e salute

Sala Convegni “Elvo Tempia”

Nuovo Ospedale di Biella

Ponderano, 13 ottobre 2018