

Promozione del nordic walking

Destinatari: cittadini adulti

Obiettivi:

organizzare corsi di avvicinamento al *nordic walking* diffusi sul territorio dell'ASL TO 4 e **supportare i gruppi di praticanti** in collaborazione con la **UISP** (Unione Italiana Sport per tutti), **associazioni locali** e le **amministrazioni comunali**.

Riferimento: SSD Medicina dello Sport, SSD Promozione della Salute

Promozione del nordic walking

E' stato organizzato un **corso di avvicinamento al nordic walking**:

Nel **2015-18**

- a **Candia, Chivasso, Ciriè, Cuornè, Fiano, Gassino, Rivara, Samone, San Mauro, San Maurizio Canavese** con **180 partecipanti** complessivi.
- a Ciriè per pazienti del **Centro di Salute Mentale**.
- per **dipendenti** dell'**ASL TO 4** in **4 sedi**: Ivrea, Rivarolo Canavese, Villanova/Ciriè/Borgaro, Settimo Torinese/Volpiano con **140 partecipanti**.

Nel **2019** a **Chivasso e Leinì** con **35 partecipanti in toto** .

Promozione del nordic walking

Dal 2012 a **Ivrea** e dal 2014 a **Rivarolo Canavese**,
in collaborazione con le **amministrazioni comunali**, la **UISP**,
l'**ASD Nordic Walking Andrate**, è aperto un
campus del cammino
dove si pratica **nordic walking** un pomeriggio alla settimana:
a **Ivrea** presso il parco della Polveriera il **venerdì ore 14.30-16.30**;
a **Rivarolo Canavese** presso il parco del Castello Malgrà
il **martedì ore 15.30-17.30 (16.30 -18.30 da aprile a giugno)**.
Vi partecipano complessivamente circa **160 persone/anno**.

Promozione dell'Attività Fisica Adattata (AFA)

Destinatari: cittadini **adulti e anziani**

Tema di salute: i problemi di mobilità articolare dovuti all'invecchiamento e alla sedentarietà.

Obiettivi: organizzare corsi di **Attività Fisica Adattata accessibili** e a **basso costo** in collaborazione con la **UISP** (Unione Italiana Sport per tutti) e le **amministrazioni comunali**, le quali rendono disponibili **spazi** per svolgere **2 incontri settimanali** per **gruppi di 10-12 partecipanti**, gestiti da **istruttori UISP**. Ai partecipanti è richiesto un contributo finanziario per l'assicurazione e il compenso degli istruttori.

Riferimento: SSD Promozione della Salute

Promozione dell'Attività Fisica Adattata (AFA)

Nel **settembre 2017-giugno 2018** sono stati organizzati **72 corsi** di **Attività Fisica Adattata (AFA)** in **26 comuni** e **31 sedi**, di cui due piscine in cui si pratica l'AFA in acqua (**Borgaro e Ciriè**), e vi hanno partecipato **1200 persone**.

Si sono

I comuni coinvolti sono:

Bollengo, Borgaro, Brandizzo, Caluso, Caselle, Castellamonte, Chivasso, Ciriè, Cuornè, Gassino, Germagnano, Ivrea, Lanzo, Leinì, Locana, Maglione, Noasca, Rivarolo Canavese, Robassomero, San Benigno Canavese, San Maurizio Canavese, San Mauro, San Raffaele Cimena, Settimo Torinese, Vico Canavese e Volpiano.

Nel **settembre 2018-giugno 2019** a questi comuni si aggiungono **Borgiallo, Lemie, Mathi, Pertusio e Usseglio**.