



PILLOLE di SALUTE PLUS- Prove gratuite di movimento. Proposta di collaborazione

Premessa

Il progetto di promozione dell'attività fisica Pillole di Salute nasce nel 2012 in provincia di Lecco, da una idea condivisa tra ASL di Lecco e A.P.S. Giretto di Bulciago, in partnership con l'Amm.ne Provinciale-Ass.to allo Sport, CONI Point, Federfarma Lecco, Accl Service, rilevando la necessità di offrire alla famiglie (adulti e bambini) opportunità di pratica gratuita di prove di attività sportiva o ludico-motoria. Occorre considerare che, pur a fronte di una offerta sportiva molto radicata nel territorio che coinvolge i giovani fino ai 12 anni, parallelamente all'offerta scolastica, nell'età adolescenziale la maggior parte dei giovani non prosegue l'attività agonistica e interrompe anche quella ludico-motoria.

La sedentarietà interessa 22 milioni di italiani (38% della popolazione di età > di 3 anni); 16,5 milioni dichiarano un'attività fisica; 19,2 milioni praticano sport anche saltuariamente. La stima di mortalità attribuibile è di 30 mila morti all'anno. Secondo l'OMS l'inattività fisica si colloca al 4° posto tra i fattori di rischio nei paesi sviluppati nella graduatoria dei DALYs (anni di vita in buona salute persi).

Anche i dati relativi al recente studio Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) dimostrano una scarsa propensione all'attività fisica nei giovani lombardi: solo il 10% dei maschi e il 5% delle femmine dagli 11 ai 15 anni pratica l'ora di regolare attività fisica al giorno consigliata dall'OMS in tale età. Nel territorio dell'ATS Brianza si stimano in 470.000 i sedentari. Una regolare attività fisica, almeno 30 minuti al giorno di intensità moderata, rappresenta un fattore protettivo per le malattie cardio-vascolari e il diabete sia in termini di mortalità che di morbilità e per alcuni tumori.

IL PROGETTO

Gli obiettivi primari del Progetto Pillole di Salute erano dunque: la lotta alla sedentarietà avvicinando alla pratica sportiva anche attraverso discipline meno conosciute quanti abitualmente non svolgono una regolare attività fisica e la promozione dei servizi sportivi locali

Si è cercata l'alleanza con Società sportive e Associazioni ricreative ludico-motorie per una ricognizione di quelle offerte gratuite già presenti, utili per sperimentare una pratica sportiva o accedere a corsi o sedute in palestra e piscina. Si è ricevuta così la disponibilità di oltre 40 società e costruito un prodotto originale per pubblicizzare l'iniziativa, secondo metodologia di marketing sociale, scegliendo una **scatoletta simil farmaco** distribuita in 10.000 esemplari in tutte le farmacie della provincia. Ogni scatoletta conteneva 35 coupon di accesso gratuito a strutture sportive e un bugiardino esplicativo sui benefici dell'attività motoria.

Oltre ad una importante campagna pubblicitaria, il progetto era sostenuto da un portale web dedicato: www.pilloledisalute.com ove erano presentate le società aderenti e le relative tipologie d'offerta. Anche le iniziative di **Pillole di Salute in Tour** con weekend presso strutture della Rete in cui affluivano anche altre società aderenti per dimostrazioni e offerte di pratica sportiva, molto gradite dagli utenti.



La campagna ha avuto un enorme successo e risonanza a livello nazionale, nonché l'interessamento degli Ass.ti regionali alla Salute e allo Sport per una estensione della positiva esperienza.

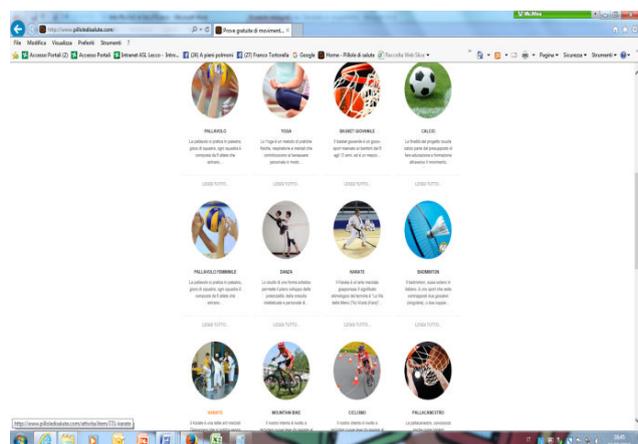
Ha consentito nel primo anno ad oltre **1645** persone di praticare almeno 1 attività sportiva (dato sottostimato in quanto restituito dal 41% delle società aderenti). Numerose le testimonianze di apprezzamento da parte delle famiglie, testimoniato anche dalle fasce d'età di adesione:

- 53,7% dai 20 ai 60 anni (22,6% dai 21-39 anni, 31% dai 40 ai 60);
- 31% sotto i 10 anni (i bambini sono stati i maggiori fruitori)

Il progetto costituisce un'opportunità di equità di offerta e affronta la problematica delle disuguaglianze in un periodo di recessione economica.

Anche il grado di soddisfazione degli erogatori è stato rilevante. Innanzitutto un'importante pubblicità associata all'immagine di salute e di impegno sociale garantita dal Portale. Un incremento di iscrizioni a corsi o leve giovanili in considerazione che il **6,1%** dei fruitori dei coupon ha poi proseguito regolarmente l'attività proposta. Alcuni sport hanno visto raddoppiare le leve giovanili.

L'attività di Pillole negli anni successivi è proseguita grazie al potenziamento del Portale che consente ad ogni utente interessato di individuare l'offerta aggiornata di prove gratuite e scaricare il relativo coupon per poi prendere contatti con la società e concordare le date. Al momento attuale risultano aver fruito delle opportunità offerte da Pillole **4987** persone, prevalentemente residenti nella provincia di Lecco.





LA PROPOSTA 2016

In considerazione del know-how ormai acquisito dall'Ass.ne Giretto in questi anni per il modello organizzativo e della possibilità di realizzare le alleanze che hanno concretizzato il progetto anche in altri territori, in coerenza con l'ambito di competenza della nuova ATS Brianza è nostra intenzione, adeguando il portale per le relative georeferenziazioni dell'offerta, estendere il progetto anche nel territorio della provincia di Monza Brianza, proponendo alle Società sportive e Associazioni ricreative interessate di aderire al Pillole di Salute, offrendo opportunità gratuite di attività motoria e pubblicizzandosi sul portale dedicato.

Nella speranza che possiate condividere la proposta e aderire con la Vs Società/Associazione al progetto, porgiamo cordiali saluti.

ATS BRIANZA
S. Medicina Preventiva di Comunità
Dott. Franco Tortorella

APS Giretto Bulciago
Presidente Gianluigi Maggioni

Per qualsiasi necessità di chiarimento o approfondimento, potete contattarci:

ATS BRIANZA
Dott. Franco Tortorella, tel. 0341/482272
mail franco.tortorella@ats-brianza.it

Giretto – Associazione di promozione Sociale:
Pres. Gianluigi Maggioni, tel. 348/ 2406134
mail: info@giretto.it

o visitare il sito: www.pilloledisalute.com