A.S.L. TO5
Azienda Sanitaria Locale
di Chieri, Carmagnola, Moncalieri e Nichelino

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
DIREZIONE
via San Domenico 21 -10023 CHIERI (TO)
tel. 01194294656 Fax 0110469227
e-mail: prevenzione@aslto5.piemonte.it
pec: protocollo@cert.aslto5.piemonte.it

Sede Legale – Piazza Silvio Pellico, 1 – 10023 Chieri (To) – tel. 011 94291 – C.F. e P.I. 06827170017

Data,
Prot. n.
(*) Segnatura di protocollo riportata nei metadati del protocollo informatico in uso

Ai Comuni del territorio dell'ASL TO5

Oggetto: "CAMMINARE è SALUTE" CORSO PER FACILITATORI DI GRUPPI DI CAMMINO – 22 Novembre 2024 – Centro di formazione ASL TO5 sede Moncalieri

La programmazione del Piano Locale della Prevenzione – programma PP2 "Comunità attive" per l'anno 2025 sarà all'insegna della prevenzione e del benessere grazie a diverse iniziative che l'ASLTO5 desidera sostenere e favorire al fine di promuovere la cultura dell'active living (vivere in modo attivo).

A tal fine, in data **22 Novembre 2024** presso il **Centro di Formazione dell'ASL TO5 in via Mirafiori n. 11- Moncalieri**, verrà organizzato un corso per facilitatori di gruppi di cammino (in allegato la locandina dell'evento formativo).

Per Gruppo di cammino si intende: un momento di attività fisica organizzata, in cui un gruppo di persone si ritrova, settimanalmente, con continuità, ad un orario concordato, per camminare per almeno 30 minuti, con velocità proporzionale alle caratteristiche dei partecipanti, lungo un percorso prestabilito, urbano o extraurbano, sotto la guida di un facilitatore appositamente formato.

Camminare rappresenta il modo più semplice, economico e alla portata di tutti per preservare il benessere psicofisico e per contrastare le malattie croniche correlate a stili di vita non salutari.
Promuovere i gruppi di cammino sul territorio è un'azione strategica non solo dal punto di vista sanitario, significa infatti favorire le reti sociali, promuovere la mobilità attiva e la valorizzazione del patrimonio ambientale.

Il corso è rivolto a tutti gli interessati ad avviare un gruppo di cammino nel territorio dell'ASL TO5 e si propone**,** attraverso il coinvolgimento attivo della comunità, di diffondere la pratica del cammino come pratica di tutela della salute.

Il corso è gratuito ma necessita di iscrizione entro e non oltre il 20 Novembre, inviando richiesta all'e-mail promozionedellasalute@aslto5.piemonte.it, la stessa e-mail potrà essere utilizzata per eventuale richiesta informazioni.

Il numero di posti è limitato a **35 partecipanti**, pertanto, in caso di soprannumero di iscritti si valuterà la possibilità di programmare una II edizione.

Si fa preghiera di massima diffusione presso i vostri Enti.

Si ringrazia per la collaborazione e si coglie l'occasione per porgere cordiali saluti.

Il Direttore del dipartimento di Prevenzione
dott.ssa Margherita GULINO
(firmato digitalmente ai sensi di legge)