



DIREZIONE SANITARIA ATS BRESCIA

L'ATTIVITÀ FISICA COME "FARMACO"

IL COUNSELLING MOTIVAZIONALE BREVE
E LE POSSIBILI RISPOSTE PER I BISOGNI DEI DESTINATARI

CORSO DI FORMAZIONE (N° 3 EDIZIONI)



RIVOLTO A OPERATORI SANITARI E A OPERATORI DI CENTRI DI ATTIVITA' MOTORIA

EDIZIONE 1 - TERRITORIO ASST SPEDALI CIVILI	21/10 - 28/10 - 04/11/21 ore 19,00-21,45
EDIZIONE 2 - TERRITORIO ASST FRANCIACORTA	11/11 - 18/11 - 25/11/21 ore 19,00-21,45
EDIZIONE 3 - TERRITORIO ASST GARDA	16/11 - 23/11 - 30/11/21 ore 19,00-21,45

**Presentazione del sito web del Progetto
"Rete delle Attività Motorie Organizzate per la Salute di Brescia"**

Fulvio Lonati



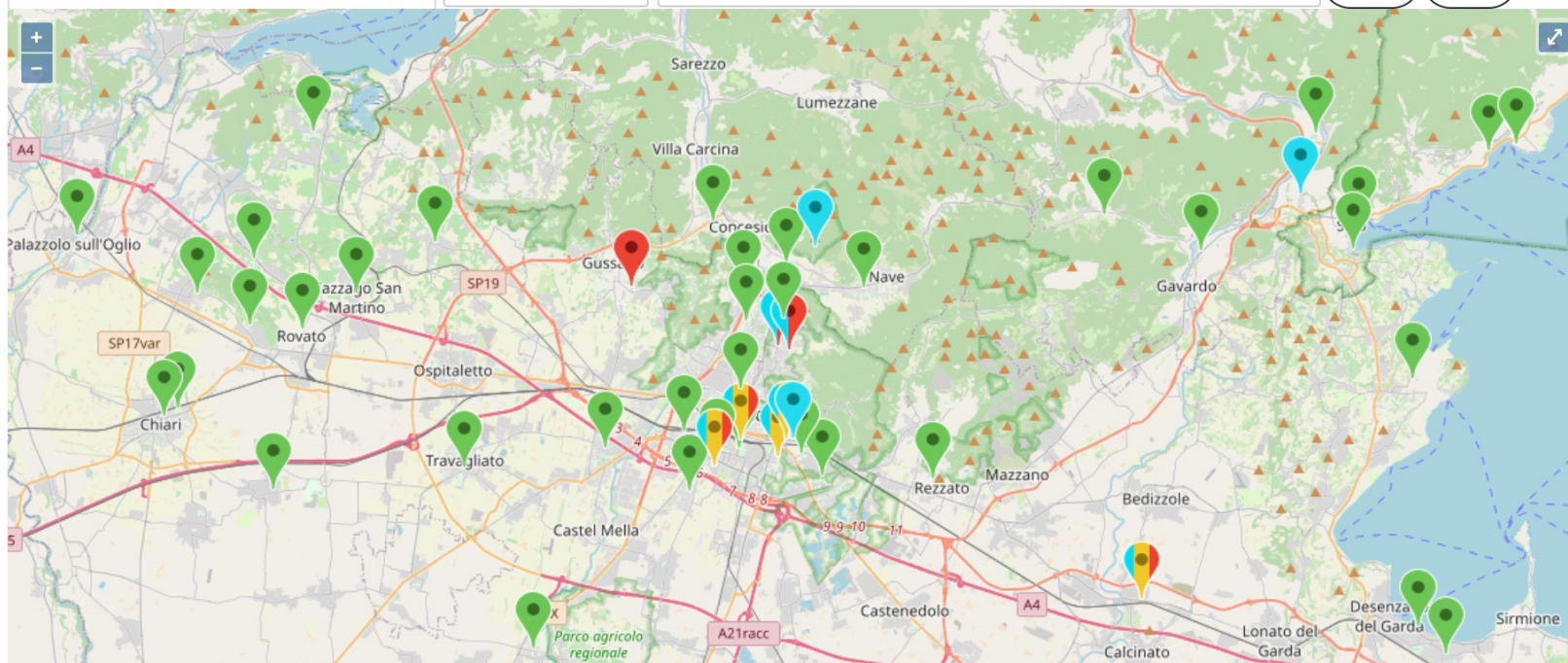
APRIREnetwork

Assistenza PRIMARIA In REte
Salute a Km 0

Home page della mappa dei centri di attività motoria



a supporto del Progetto
promosso dall'ATS di Brescia
AMO Ia Salute
Rete delle Attività Motorie Organizzate per la Salute

[Mappa](#)[Progetto](#)[Segnala](#)[Sito APRIRE](#)[Home](#)[Home](#)**CAP / Indirizzo:****Radius:****Categoria:**

Fulvio Lonati



APRIREnetwork
Assistenza Primaria in REte
Salute a Km 0

Le diverse categorie di centri di attività motoria

CAP / Indirizzo:

Radius:

10km

Categoria:

✓ Tutto

Attività motoria adattata

Attività motoria organizzata

Attività motoria per bambini e adolescenti

Gruppo di Cammino

Cerca

Reset

segnapunto rosso:
Attività Motoria
Adattata (AMA)

segnapunto verde:
gruppo di
cammino

segnapunto arancio:
Attività Motoria per
bambini e adolescenti

segnapunto azzurro:
Attività Motoria
Organizzata

© OpenStreetMap contributors.

Fulvio Lonati

Selezione in base al domicilio dell'assistito

CAP / Indirizzo:

25100

5km

✓ 10km

25km

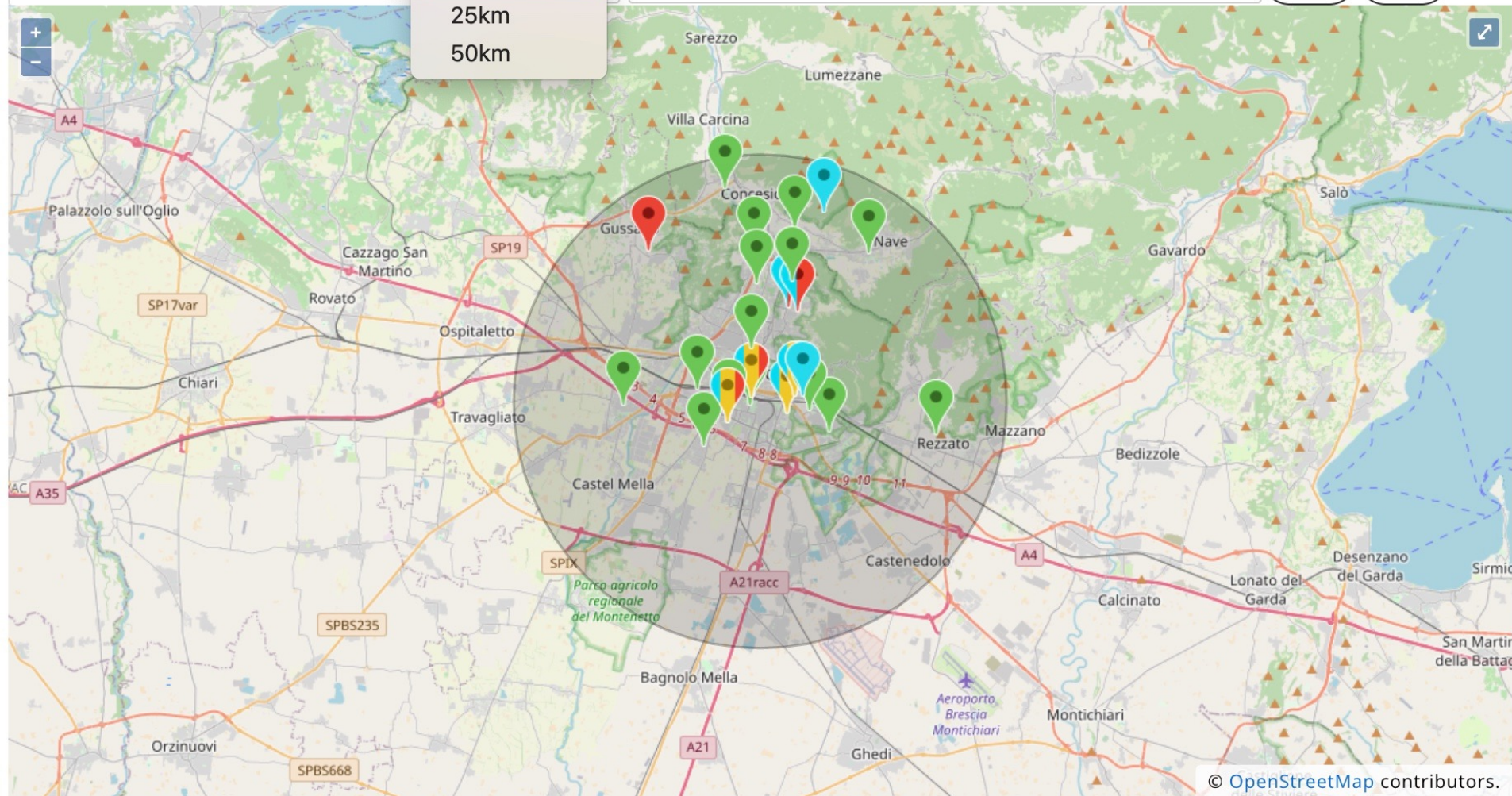
50km

Categoria:

Tutto

Cerca

Reset



Fulvio Lonati

Un box informativo per ogni centro di attività motoria

CAP / Indirizzo:

Enter a location

Radius:

10km

Categoria:

Tutto

Cerca

Reset

Gruppo di Cammino di RONCADELLE

ATTIVITÀ: Camminata salutare in gruppo all'aria aperta di intensità moderata

ORARI: Lunedì e Mercoledì dalle ore 18.30 alle ore 20.00

RITROVO: Davanti al Comune in Via Roma, 50

INFORMAZIONI/ISCRIZIONE: vai su saluteincomune.netGruppoDiCamminoDiRoncadelle

© OpenStreetMap contributors.

Fulvio Lonati

Il progetto



APRIREnetwork
Assistenza PRimaria In REte
Salute a Km 0

a supporto del Progetto
promosso dall'ATS di Brescia
AMO.la.Salute

Rete delle Attività Motorie Organizzate per la Salute

[Mappa](#)

[Progetto](#)

[Segnala](#)

[Sito APRIRE](#)

Il progetto

[Home](#) / [Il progetto](#)

Il [Progetto](#) “*Rete delle Attività Motorie Organizzate per la Salute di Brescia*”, promosso dall’ATS di Brescia ha lo scopo di mettere in rete le realtà che organizzano spazi/momenti di attività motoria, quali ad esempio gruppi di cammino, palestre o gruppi sportivi, secondo criteri di qualità ed accessibilità esplicitati, in modo che risulti agevole per gli operatori sanitari promuovere e/o prescrivere l’attività motoria a fini preventivi/terapeutici, indirizzando i propri assistiti verso le organizzazioni più adatte effettivamente fruibili nel proprio territorio.

Accedi al [progetto](#) e alla [delibera dell’ATS di Brescia](#) che lo ha approvato.

iniziativa sostenuta da:

- Associazione Nazionale Impianti Sport & Fitness - ANIF
- Ente di promozione sportiva CSEN – Centro Sportivo Educazione Sport
- Ente di promozione sportiva CSI – Centro Sportivo Italiano
- Associazione UISP – Unione Italiana Sport per Tutti



Fulvio Lonati



APRIREnetwork
Assistenza PRimaria In REte
Salute a Km 0

Le quattro categorie di attività



1 – Gruppi di Cammino: si ritrovano regolarmente, in un luogo preciso, a cadenza settimanale; si cammina lungo un percorso predefinito, sotto la guida di un istruttore o di un walking leader che accoglie ed orienta ciascun componente, indicando l'attività motoria da svolgere. Oltre ai benefici per la salute, il cammino è una pratica a disposizione di tutti, non richiede particolari abilità né un equipaggiamento specifico, ha poche controindicazioni, presenta un basso rischio di incidenti e di traumi muscolo scheletrici, è economico e promuove relazioni sociali. Sono pubblicati su questo sito i Gruppi di Cammino in rete con ATS Brescia, attivi e pubblicati anche nel sito di ATS Brescia.



2 – Attività Motorie Organizzate: sono attività che incentivano al movimento attraverso una disciplina ludico-sportiva, svolta in palestra o all'aperto, come ad esempio, nordic walking, avviamento alla corsa, ginnastica per adulti, ginnastica per anziani, ballo, nuoto. Sono ammesse alla pubblicazione su questo sito le attività ludico-sportive di centri/organizzazioni aderenti alle [Associazioni che sostengono il progetto](#).



3 – Attività Motorie Adattate (AMA): sono programmi di esercizi fisici non sanitari, svolti in gruppo sotto forma di corsi o individualmente, appositamente predisposti per persone affette da patologie muscolo-scheletriche e neuro-muscolari o da patologie croniche. Questi programmi mirano ad un mantenimento delle funzionalità o alla gestione della patologia cronica. Vengono guidate da professionisti specializzati. Sono ammesse alla pubblicazione su questo sito le attività ludico-sportive di centri/organizzazioni aderenti alle [Associazioni che sostengono il progetto](#).



4 – Attività Motorie per bambini e adolescenti

Fulvio Lonati

Organizzazioni che sostengono il progetto

- **Già aderenti:**

- **ANIF:** Associazione Nazionale Impianti Fitness
- **CSEN:** Centro Sportivo Educativo Nazionale
- **CSI:** Centro Sportivo Italiano
- **UISP:** Unione Italiana Sport per Tutti

- **Nuove adesioni:**

Tutti i soggetti che nel territorio di ATS Brescia promuovono attività motoria sono invitati a partecipare al progetto: l'obiettivo è di diffondere quante più informazioni sulle iniziative in atto al fine di facilitare operatori sanitari e cittadini nell'orientamento e nella scelta dell'attività motoria più adatta.

Pertanto si invitano anche altre organizzazioni a segnalare la propria disponibilità ad aderire e sostenere il progetto inviando l'**apposito modulo** a **segreteria@aprirenetwork.it**; la richiesta sarà esaminata dalla "Commissione Ammissione" nominata dal Comitato Scientifico del Progetto che valuterà l'ammissione alla partecipazione al Progetto, dopo aver accertato la sussistenza di una delle seguenti condizioni:

- essere un enti di promozione sportiva, federazione o di discipline associate (con statuto registrato e attribuzione di codice fiscale) a livello provinciale o regionale o nazionale;
- essere iniziative/centri attivate/i da: ASST e/o da Strutture Sanitarie Private Accreditate e/o da Enti Locali.

Fulvio Lonati

La segnalazione dei Centri di attività motoria



Mappa

Progetto

Segnala

Sito APRIRE

Segnala

[Home](#) / [Segnala](#)

In questa sezione, i centri affiliati a [organizzazioni che sostengono il progetto](#) possono segnalare le attività che svolgono.

Cognome e Nome di chi segnala (deve essere autorizzato ad effettuare questa segnalazione)

In qualità di (ad es.: responsabile legale; coordinatore dell'attività; ...)

E-mail di chi segnala

Telefono di chi segnala

iniziativa sostenuta da:

- Associazione Nazionale Impianti Sport & Fitness - ANIF
- Ente di promozione sportiva CSEN – Centro Sportivo Educazione Sport
- Ente di promozione sportiva CSI – Centro Sportivo Italiano
- Associazione UISP – Unione Italiana Sport per Tutti



vai al sito:

[ATS Brescia](#)

[Salute in comune](#)

[APRIREnetwork](#)

Fulvio Lonati

