



A.S.L. VC

Azienda Sanitaria Locale
di Vercelli

Corso M. Abbiate, 21 – 13100 VERCELLI
Tel. +39 0161 5931 fax +39 0161 210284
www.aslvc.piemonte.it
Posta certificata: aslvercelli@pec.aslvc.piemonte.it

P.I. / Cod. Fisc. 01811110020

**All'attenzione dei Sindaci e
degli Assessori ai Trasporti e alla Mobilità sostenibile
dei Comuni dell'ASL di VERCELLI**

LORO SEDI

OGGETTO: 6 aprile 2026 - Giornata mondiale dell'attività fisica "Più movimento, più vita!"

Gentili Sindaci e Assessori ai Trasporti e alla Mobilità sostenibile,

il 6 aprile si celebra la **"Giornata mondiale dell'attività fisica",**
"Più movimento, più vita!" è il tema dell'edizione 2026.

Questo appuntamento si unisce alla Giornata Internazionale dello Sport per lo Sviluppo e la Pace (6 Aprile), istituita dall'ONU come riconoscimento al contributo positivo che lo Sport può avere nella concretizzazione degli obiettivi di Sviluppo Sostenibile e sulla piena affermazione dei Diritti umani

Il messaggio chiave della "Giornata mondiale dell'attività fisica" è **"Ogni passo conta, ogni movimento conta, ogni minuto conta"** che, con l'obiettivo di raggiungere il benessere fisico e mentale, sottolinea l'importanza di cogliere tutte le opportunità e le occasioni per essere attivi sin dai primi anni di vita.

Dall'infanzia all'età anziana infatti gli obiettivi di attività fisica dei professionisti della prevenzione e della promozione della salute sono quelli di **far accrescere fra la popolazione la consapevolezza dell'importanza dell'attività fisica, in particolare del cammino**, che è fattore di protezione per il mantenimento dell'invecchiamento in buona salute e del benessere psicofisico.

Il ruolo delle amministrazioni locali in questo contesto dovrebbe essere quello dello **sviluppo delle "Comunità attive"**, comunità che promuovono uno stile di vita sano, integrando attività e servizi che facilitano la vita attiva e il benessere dei cittadini, valorizzando le risorse e le iniziative territoriali per un cambiamento individuale e sociale.

Al fine di fornire documentazione di supporto per sensibilizzare i cittadini sulla tematica della giornata mondiale dell'attività fisica rendiamo disponibili i seguenti file:

- Un'infografica sulla diffusione dell'attività fisica nella popolazione della ASL VC e sui Gruppi di Cammino attivi nei Comuni del territorio della ASL.
- La locandina contenente il decalogo **"E' tempo di muoversi - 10 suggerimenti per riscoprire il piacere del movimento"**, già promossa lo scorso anno, che è possibile stampare, duplicare ed affiggere nelle vostre sedi.
- Il documento sintetico e strategico **"Let's get moving! 100 validi motivi per muoversi di più a piedi e in bicicletta"** (OMS, aprile 2025) che raccoglie 100 valide ragioni per scegliere di camminare e pedalare ogni giorno, che è possibile rendere disponibile in incontri con i cittadini.

Vi ricordiamo che, come precedentemente comunicato con nota prot. 15301 del 17/03/26, abbiamo organizzato un **Corso di formazione per Facilitatori di Gruppi di Cammino** che si terrà in due pomeriggi del mese di aprile p.v., venerdì 10 e venerdì 17, presso la Piastra ambulatoriale della ASL a Vercelli, in Largo Giusti 13, come da programma allegato.

Disponibile per eventuali chiarimenti, si inviano cordiali saluti

dott.ssa Antonella Barale
Coordinatore Piano Locale di Prevenzione
S.D.U. Osservatorio Epidemiologico
(firmato digitalmente)