



# Campagna #bastapoco e Mappa della Salute

SERVIZIO SANITARIO REGIONALI  
EMILIA-ROMAGNA

Regione Emilia-Romagna

## #bastapoco

...e ci guadagni in salute

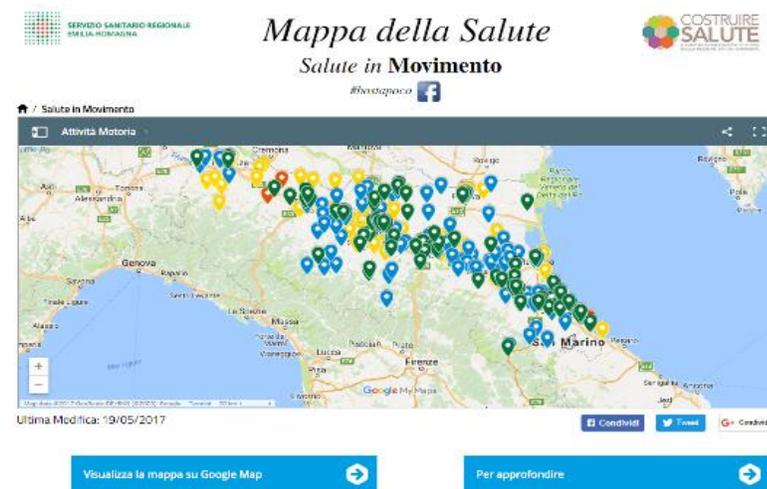
Scopri come su [mappadellasalute.it](http://mappadellasalute.it)

[www.mappadellasalute.it](http://www.mappadellasalute.it)



**#bastapoco** è la Campagna Regionale per promuovere l'attività fisica tra i cittadini: l'invito è di cogliere ogni occasione per essere attivi, nei diversi momenti della giornata.

La campagna è collegata alla **Mappa della salute** che segnala in modo georeferenziato tutte le opportunità di salute realizzate in collaborazione con le Aziende Usl.



# Materiali della Campagna



Locandina

Cartoline

# Campagna Social

## Promozione di Eventi Locali

Eventi in programma  
**Storie Bicipolitane**  
Domenica 11 Giugno  
Imola

- ▶ CACCIA AL TESORO INTERATTIVA per ragazzi e adulti
- ▶ AVVIO DELLA BICIPOLITANA e VISITA AL FABLAB

Ritrovo ore 15.00  
Presso la Pista da Ballo del Parco dell'Osservanza  
Giociamo e costruiamo assieme la Linea zero della Bicipolitana!

GIU 11 CACCIA AL TESORO NEL PARCO L'ADDIABBONATA da Stefan Sofianov  
Dom 15:00 - Parco Dell'osservanza - Imola  
Interessa a Simona e Mario

GIU 15 Bicilettata notturna alla scoperta d...  
Gio 21:00 - Via Giuseppe Bentivogli, 36, 4013...  
Interessa a Simona e 3 amici

GIU 10 Stay Human, Keep Running! Bologn...  
Sab 19:00 UTC+03 - Parco Nord 2017 - Bolo...  
Pina parteciperà

Mostra tutti

Mappa della salute  
@mappadellasaluteER

Home  
Eventi  
Recensioni  
Informazioni  
Video  
Foto  
Post  
Persone a cui piace

Crea una Pagina

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE EMILIA-ROSGARDA  
Regione Emilia Romagna

# #bastapoco

...e ci guadagni in salute

Scopri come su [mappadellasalute.it](http://mappadellasalute.it)

Tutti i video

- Biciclati #bastapoco e ci guadagni in Salute - 2 giugno - 4 mila visualizzazioni
- Oggi siamo qui a Cesena - 24 maggio - 195 visualizzazioni
- Flash mob Piacenza - Attiva il tuo cuore #bastapoco - 20 maggio - 4 mila visualizzazioni
- Ogni giorno puoi muoverti un po' di più e mangiare un po' meglio... - 20 maggio - 18 mila visualizzazioni

## Pillole video e Flash Mob Locali

Mappa della salute

Luana Home

Ti piace Pagina seguita Condividi

Scopri di più Invia messaggio

Comunità 5,0

Comunità

- Invita i tuoi amici a mettere "Mi piace" a questa Pagina
- Piace a 729 persone
- Seguito da 747 persone
- Piace a 75 amici

Informazioni Mostra tutto

- Invia un messaggio
- www.mappadellasalute.it
- Comunità
- Impressum

Condividi la tua opinione su Mappa della salute!

- Hai valutato questo luogo
- Scrivi la tua recensione

Pagine che piacciono a questa Pagina

- Regione Emilia... Ti piace
- Bella Mossa Ti piace

Home

## Mappa della salute

@mappadellasaluteER

Home

- Eventi
- Recensioni
- Informazioni
- Video
- Foto
- Post
- Persone a cui piace

Crea una Pagina

Mostra tutto

Mostra tutto

Post

Mappa della salute con Oltre la siepe - La salute mentale è un diritto di tutti: anche il tuo! e altre 2 persone presso Parco Dell'osservanza. 3 ore fa

Arriva la #Bicipolitana! Una CACCIA AL TESORO interattiva in città e per le piste ciclabili. Ti aspettiamo l'11 giugno alle ore 15 al Parco Dell'Osservanza. Un imolese creativo è un imolese felice :) Si consiglia l'iscrizione su: [musei@comune.imola.bo.it](mailto:musei@comune.imola.bo.it) - t. 0542 602609 <http://bit.ly/2t1racT> #GruppiDiCammino #MappaDellaSalute #BastaPoco #storiebicipolitane #Imola Azienda Usi di Imola Oltre la siepe - La salute mentale è un diritto di tutti: anche il tuo!

# La Mappa della salute

Le mappe della salute mirano a "[Rendere facili le scelte salutari](#)" favorendo la costruzione di reti e alleanze per la salute, così come previsto dal [Piano Regionale della Prevenzione 2015-2018 della Regione Emilia Romagna](#).

La costruzione di una "mappa della opportunità" è finalizzata sia a dare visibilità alle reti esistenti sia a facilitare l'accesso dei cittadini alle opportunità del territorio.

La mappa della salute nel corso dell'anno si arricchirà di altri contenuti georeferenziati, a partire dai temi della sana alimentazione e del contrasto al tabagismo e all'abuso di alcol.



# La Mappa della salute



#MUOVERSI INSIEME



#DIVERSAMENTE ABILI E SPORT



#PALESTRE CHE PROMUOVONO SALUTE



Attraverso mappe georeferenziate di tutte le province dell'Emilia-Romagna, da Piacenza a Rimini, propone oggi più di 130 [Gruppi di cammino](#) promossi da tutte le Aziende UsI a livello locale, ma anche tante altre occasioni di attività motoria in gruppo con cadenza almeno settimanale e 181 associazioni sportive che offrono a [persone diversamente abili](#) l'opportunità di praticare attività motorie e sportive.

Le mappe sono consultabili in modo interattivo, basta cliccare su uno dei segnaposto visualizzati e compaiono indirizzi, recapiti telefonici e referenti a cui rivolgersi.

La mappa della salute propone anche l'elenco georeferenziato della palestre e [associazioni sportive che promuovono salute](#), una rete di strutture sportive pubbliche e private certificate dal Servizio sanitario regionale (devono aderire a un codice etico e a determinati requisiti fissati dalla normativa regionale) dove svolgere attività fisica finalizzata alla tutela della salute o prescritta come terapia dai medici del Servizio sanitario a persone con specifici problemi.



SERVIZIO SANITARIO REGIONALI  
EMILIA-ROMAGNA

Regione Emilia-Romagna

**#bastapoco**  
...e ci guadagni in salute

Scopri come su [mappadellasalute.it](http://mappadellasalute.it)

**Mappa della salute: materiali e  
istruzioni per l'uso**



# Materiali

Cartoline e poster stampabili, video, ecc., sono scaricabili liberamente (anche senza account) dalla cartella dropbox:

[materiali campagna #bastapoco](https://www.dropbox.com/sh/av2xp1u2f5cc6tj/AABR1B_h8b4pJTLWldvj1Ya/Cartoline_e_Poster_per_il_web)

<http://bit.ly/2sdtTzk>

The screenshot shows a web browser window displaying a Dropbox folder titled "Cartoline e Poster per il web". The folder is sorted by name and contains several items:

- Two PDF files: "basta poco\_cards web.pdf" and "basta poco\_locandina web.pdf".
- Three image files: "basta posco\_aggregati.jpg" (with text "AGGREGATI!"), "basta posco\_ascensore.jpg" (with text "LASCIAMI PER LE SCALE"), and "basta posco\_autobus.jpg" (with text "PERDI L'AUTOBUS").
- Three more image files: "basta posco\_ballano.jpg" (with text "NON ASPETTARE BALLA"), "basta posco\_bici.jpg" (with text "BICICLATI!"), and "basta posco\_divano.jpg" (with text "METTITI SCOMODO").
- A fourth image file: "DATTI UNA MOSSA" (with text "DATTI UNA MOSSA").

An overlay window titled "Materiali Campagna #BastaPoco e ci Guadagni in Salute" is visible in the foreground, showing a folder structure with sub-folders for "Cartoline e Poster per il web", "Cornici da adattare a p...otografia", "Facebook Cover e img profilo", and "Per la St...".



Sito  
[www.mappadellasalute.it](http://www.mappadellasalute.it)

- Video promozionale
- Breve testo
- Cartoline
- Link alla mappa



GUADAGNARE IN SALUTE È PIÙ SEMPLICE DI QUANTO TU CREDI.

Durante la tua giornata, se ci fai caso, ci sono tante piccole attenzioni e opportunità per combattere la pigrizia e la cattiva alimentazione. In casa, in ufficio, in città: ogni giorno puoi muoverti un pò di più e mangiare un pò meglio. Basta poco.



Campagna della Regione Emilia-Romagna per promuovere l'attività fisica e stili di vita sani



# La Mappa della salute

La mappa della salute della Regione Emilia-Romagna nasce come progetto del [Piano regionale della prevenzione](#).

Attraverso mappe georeferenziate di tutte le province dell'Emilia-Romagna, da Piacenza a Rimini, propone oggi più di 130 [Gruppi di cammino](#) promossi da tutte le Aziende Usl a livello locale, ma anche tante altre occasioni di attività motoria in gruppo con cadenza almeno settimanale e 181 associazioni sportive che offrono a [persone diversamente abili](#) l'opportunità di praticare attività motorie e sportive.

Le mappe sono consultabili in modo interattivo, basta cliccare su uno dei segnaposto visualizzati e compaiono indirizzi, recapiti telefonici e referenti a cui rivolgersi.

La mappa della salute propone anche l'elenco georeferenziato della palestre e [associazioni sportive che promuovono salute](#), una rete di strutture sportive pubbliche e private certificate dal Servizio sanitario regionale (devono aderire a un codice etico e a determinati requisiti fissati dalla normativa regionale) dove svolgere attività fisica finalizzata alla tutela della salute o prescritta come terapia dai medici del Servizio sanitario a persone con specifici problemi.

La mappa della salute nel corso dell'anno si arricchirà di altri contenuti georeferenziati, a partire dai temi della sana alimentazione e del contrasto al tabagismo e all'abuso di alcol.



## Mappa

Georeferenziazione di:



Attività sportive per disabili



Palestre Attività Motoria Adattata



Palestre che promuovono salute



Gruppi di cammino e altre attività gratuite (se continuative nel tempo)

www.positivoallasalute.it/saluteinmovimento

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE EMILIA-ROMAGNA

# Mappa della Salute

## Salute in Movimento

#bastapoco

↑ / Salute in Movimento

Attività Motoria

- Diversamente abili e sport
  - Tutti gli elementi
- Palestre Attività Motoria Adattata
  - Tutti gli elementi
- Muoversi insieme
  - Tutti gli elementi
- Palestre che Promuovono ...
  - Tutti gli elementi

Ultima Modifica: 19/05/2017

Condividi tramite Google+  
Condividi tramite Facebook  
Condividi tramite Twitter  
Condividi via email  
Incorpora sul mio sito

Condividi Tweet Condividi

Visualizza la mappa su Google Map

Per approfondire



## Mappa

La mappa può essere condivisa tramite Google+, Facebook, Twitter

Oppure incorporata su un sito aziendale o personale

Ultima Modifica: 19/05/2017

Condividi Tweet Condividi

Visualizza la mappa su Google Map



Per approfondire





## Mappa

Cliccando su un segnaposto, vengono mostrate le informazioni relative

The screenshot shows a mobile application interface for a hiking group. The top bar is red with a back arrow and the text "Gruppo di cammino Villa Minozzo". Below this is a list of details for the selected location, "Villa Minozzo". To the right is a map showing several blue location pins, with one pin at Villa Minozzo highlighted by a white circle and a blue arrow pointing from the text on the left.

**Nome**  
Gruppo di cammino Villa Minozzo

**Città**  
Villa Minozzo

**Provincia**  
Reggio nell'Emilia

**Punto di ritrovo**  
Corso Prampa, 58

**Giorno e Orari**  
Dal 10 giugno tutti i sabati alle 9.00

**Informazioni utili**  
Per informazioni UISP 0522.267211 |  
Assessore Lucia Manicardi - cell 349  
0081049 Sede della Croce verde



# Cosa trovo e come è costruita la mappa?

**Un'opportunità concreta utile nel migliorare il proprio benessere e la propria salute**

Ispirate dal motto di **Guadagnare Salute**: "Rendere facili le scelte salutari", le mappe sono pensate innanzitutto per dare visibilità ad opportunità concrete utili nel migliorare il proprio benessere e la propria salute. Le mappe rappresentano opportunità, non sanitarie, continuative e non sporadiche, che possono contribuire a rendere facili alla cittadinanza, le scelte salutari. Le iniziative sono realizzate da diversi soggetti (soggetti pubblici, volontari, associazioni di volontariato e soggetti privati "no profit" e "for profit"), accomunati dal fatto di operare in rete con il Servizio Sanitario Regionale. Le informazioni presenti nelle mappe sono tratte da elenchi istituzionali o da elenchi forniti dai **referenti delle Aziende USL territorialmente competenti**.

SERVIZIO SANITARIO REGIONALI  
EMILIA-ROMAGNA

Regione Emilia-Romagna

**#bastapoco**  
...e ci guadagni in salute

Scopri come su [mappadellasalute.it](https://mappadellasalute.it)



# Cosa trovo e chi contattare per aggiungere nuove attività?

<http://www.positivoallasalute.it/per-chi-perche>

Tipo di attività	Criteri per l'inclusione	Fonte
<p>Muoversi insieme</p> 	<p>Occasioni per la pratica di attività fisica in gruppo che presentano le seguenti caratteristiche:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- gratuite o accessibili dietro pagamento di una quota simbolica;</li> <li>- si svolgono con frequenza almeno settimanale e continuativamente nel tempo;</li> <li>- sono in relazione con l'azienda USL territorialmente competente;</li> <li>- non richiedono iscrizione preventiva</li> </ul>	<p>Elenchi forniti dall'Azienda USL territorialmente competente</p>
<p>Diversamente abili e sport</p> 	<p>Associazioni che offrono forme di attività fisica per le persone diversamente abili (legge 104) e che sono in relazione con le aziende USL, direttamente o attraverso il Comitato Italiano Paralimpico o enti di promozione sportiva.</p>	<p>Elenchi forniti dall'Azienda USL territorialmente competente</p>
<p>Palestre che promuovono salute</p> 	<p>Palestre e associazioni sportive che promuovono salute, soggetti privati (Palestre e associazioni sportive), riconosciuti formalmente ed inseriti negli elenchi regionali previsti dalla D.G.R. n. 2127/2016. Si caratterizzano per operare in Rete con il Sistema Sanitario Regionale per azioni di promozione della Salute</p>	<p>Elenco Regionale delle Palestre e della Associazioni sportive che promuovono salute</p>
<p>Palestre che Promuovono salute e Attività Motoria Adattata</p> 	<p>Palestre e associazioni sportive che promuovono salute e Attività Motoria Adattata, soggetti privati (Palestre e associazioni sportive), riconosciuti formalmente ed inseriti negli elenchi regionali previsti dalla D.G.R. n. 2127/2016. Sono Palestre che Promuovono Salute che si caratterizzano per il fatto di essere anche in grado di accogliere persone, affette da Patologie Croniche, cui il personale del Sistema Sanitario prescrive forme specifiche di attività fisica.</p>	<p>Elenco Regionale delle Palestre e Associazioni Sportive che promuovono Salute e Attività Motoria Adattata. Alcune informazioni (protocolli di Attività Motoria Adattata offerti, orari e modalità di prenotazione) sono integrati a cura dell'<b>AziendaUSL territorialmente competente</b>.</p>

# #bastapoco

[mappadellasalute@regione.emilia-romagna.it](mailto:mappadellasalute@regione.emilia-romagna.it)

