

## BILANCIO DATI DEI PRIMI TRE MESI DI ATTIVITÀ

### Premessa

A tre mesi dal lancio il 18 settembre 2012 del Progetto Pillole di Salute, originale iniziativa lecchese per la promozione dell'attività fisica nella popolazione generale, nata dalla sinergia tra ASL, Associazione Giretto, Assessorato allo Sport della Provincia di Lecco, CONI, Federfarma e ACEL Service, si sono effettuate le prime elaborazioni dei dati sull'adesione ottenuti dal ritorno di coupon consumati restituiti dal 48% delle società aderenti al progetto.

Si tratta in un dato confortante se si considera che dopo il primo mese di distribuzione delle scatolette in farmacia, il periodo di effettivo utilizzo è stato in realtà di circa 70 giorni, comprensivi delle festività di fine anno e i dati risultano sottostimati in quanto relativi alle sole società che avevano inviato i coupon consumati al 27/12/2012.

### 1. Dati statistici primo trimestre “Pillole di Salute”

I dati resi disponibili provengono dai coupon compilati in forma anonima dagli utenti e consegnati alle associazioni e alle società sportive che hanno offerto le ore gratuite di movimento. Occorre premettere che il sistema di monitoraggio delle attività “consumate” è complesso in quanto legato alla sensibilità e attenzione delle società sportive coinvolte. Sappiamo per certo di offerte sportive praticate i cui coupon non sono più rinvenibili. Pertanto bisogna sensibilizzare le società rispetto all'importanza della tracciabilità delle prestazioni.

Dal nucleo originario di 23 associazioni, nel giro di 3 mesi siamo saliti a 28 e il dato è in costante incremento per l'interesse mostrato da molte società all'iniziativa, sia per gli aspetti di promozione che di successiva fidelizzazione ( giovani sportivi iscritti, adulti che si iscrivono ai corsi). I dati di cui alla presente elaborazione sono relativi alla restituzione di coupon da parte di 11 società (evidente sottostima).

Da un primo quadro trimestrale si possono in ogni modo ipotizzare ragioni e conseguenze del trend rilevato al 27/12/2012:

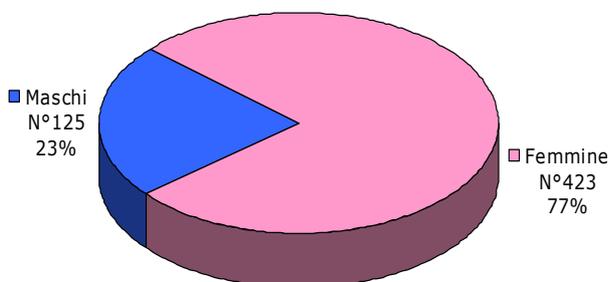
- 584 coupon usufruiti
- 875 ore gratuite di attività fisica praticate

Considerato che risultano distribuite 9.500 scatolette di Pillole, già il 6,1% dei possessori ha già usufruito di prove gratuite di attività fisica.

## 2. Utenti di Pillole di Salute

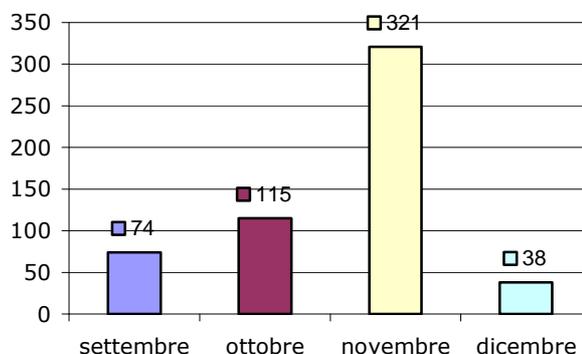
Come sempre le donne dimostrano una maggiore sensibilità alla salute propria e del nucleo familiare.

**DISTRIBUZIONE PER GENERE**



*Utenti per sesso*

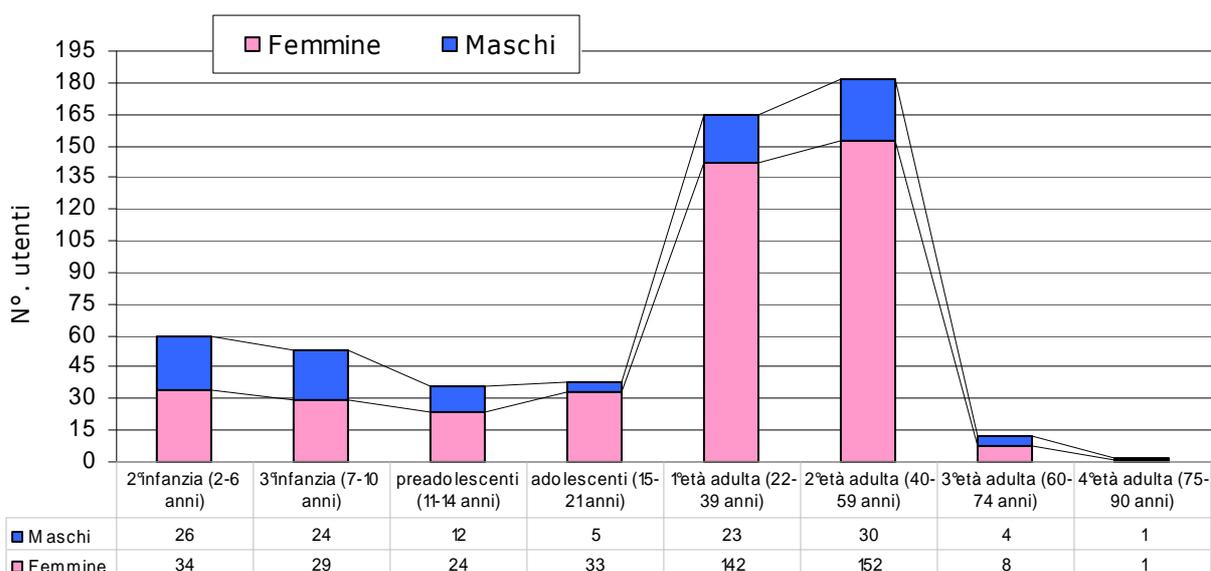
**ANDAMENTO MENSILE UTENTI**



*Numero di utenti per mese*

Come si può notare dal grafico il 77% degli utenti (584 totali) sono femmine, in analogia ai dati di adesione ai gruppi di cammino ( 73%) . L'interesse e la maggior sensibilità della donna alla propria salute è un dato noto. Occorre comprendere se la minor partecipazione dei maschi possa essere messa in relazione con una differente disponibilità di tempo libero. Si potrebbe prevedere un ampliamento dell'offerta in giorni e fasce orarie più accessibili ad utenti impegnati in attività scolastiche o lavorative a tempo pieno nonché alla disponibilità a sperimentare nuove discipline sportive per coloro che non risultano ancora iscritti a corsi di breve/media o lunga durata.

## 3. Utenti per fascia di età



Fascia età	N° utenti	Maschi	Femmine
2° infanzia (2-6 anni)	60	26	34
3° infanzia (7-10 anni)	53	24	29
preadolescenti (11-14 anni)	<u>36</u>	<u>12</u>	<u>24</u>
adolescenti (15-21 anni)	<u>38</u>	<u>5</u>	<u>33</u>
1° età adulta (22-39 anni)	165	23	142
2° età adulta (40-59 anni)	182	30	152
3° età adulta (60-74 anni)	12	4	8
4° età adulta (75-90 anni)	2	1	1
<b>Tot Utenti</b>	<b>548</b>	<b>125</b>	<b>423</b>

Come evidente dalle colonne del grafico sopra riportato, hanno maggiormente usufruito dell'offerta gli adulti dai 22-39 anni ( 28,3%) e dai 40 ai 60 (31,2%); i piccoli sportivi al di sotto dei 10 anni sono stati il 27,9%. I giovani adolescenti sembrano invece meno interessati all'opportunità offerta:

sono il 12,7%, anche se in tale età molti praticano già una attività sportiva agonistica.

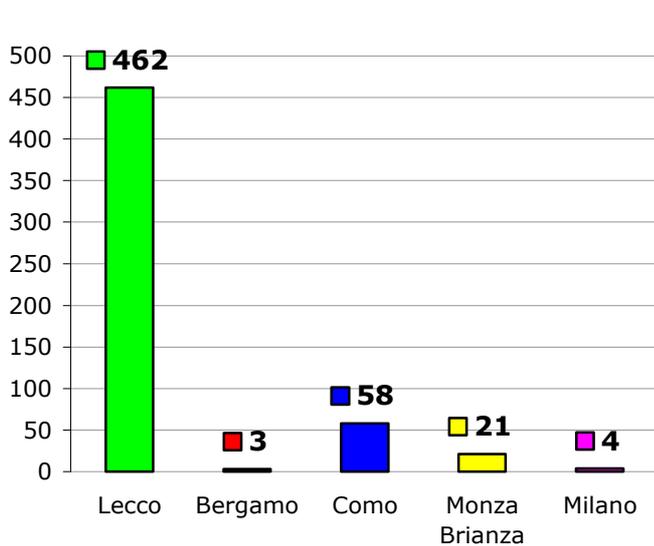
Tale interpretazione deve essere verificata in quanto una limitata partecipazione nella fascia d'età della preadolescenza e adolescenza potrebbe essere dovuta invece al fenomeno della sedentarietà che caratterizza proprio questa fascia. Per prevenire comportamenti sedentari e contrastarne le conseguenze negative sui giovani, urge una più attenta analisi dell'offerta sportiva per comprendere se sia possibile prospettare interventi mirati di sensibilizzazione di fascia d'età.

Alcune ipotesi di lavoro:

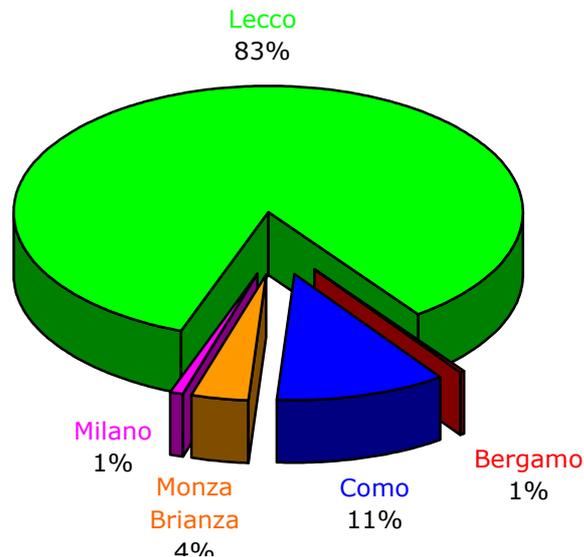
- Verificare se la mancanza di partecipazione giovanile è dovuta al fatto che già praticano attività sportiva ( magari a livello agonistico), con regolare e costante impegno settimanale.
- Considerare gli impegni scolastici e la disponibilità di un adulto che possa accompagnare il minore nelle strutture sportive dislocate nel territorio, in giorni e fasce orarie compatibili (problema dei minori ad accedere alle strutture).
- Chiedere alle Associazioni coinvolte di offrire ore sportive dedicate alla fascia d'età dei giovani e non mix con adulti.
- Organizzare eventi sportivi per fasce omogenee di giovani: 11-14, 15-17, 18-21 anni.

#### 4. Utenti per Provincia

Un dato interessante che ci ha sorpreso è che le pillole sono un prodotto di esportazione: piacciono anche nelle province confinanti. Hanno infatti usufruito dell'offerta lecchese ben 86 persone residenti nelle province di Como, Monza Brianza, Milano e Bergamo. Merito anche dell'iniziativa Pillole in Tour a Civate di domenica 25 novembre 2012, che ha registrato una significativa rappresentanza di residenti dei comuni della vicina provincia di Como.



Numero utenti per provincia



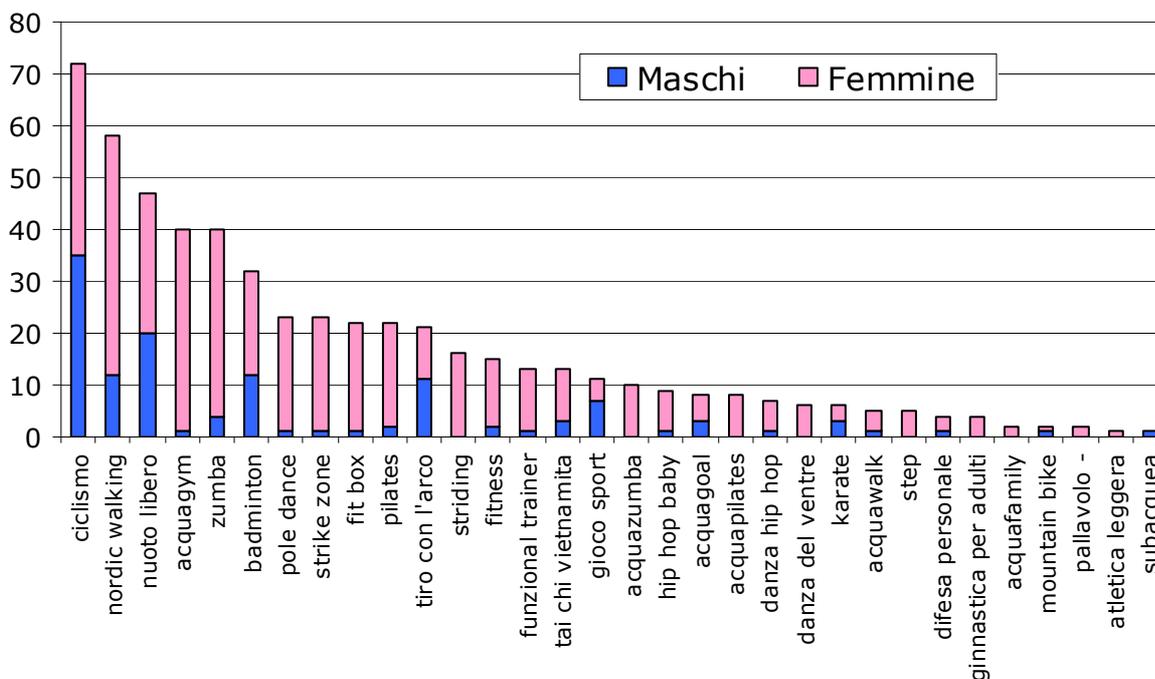
Percentuale utenti per provincia

Come si evince dai grafici, l'83% dell'utenza che ha già utilizzato i coupon, risiede in provincia di Lecco.

L'11% arriva dalla provincia di Como, ma anche altre provincie hanno avuto loro rappresentanti. Le Associazioni coinvolte nel progetto hanno infatti deciso di estendere l'offerta anche a utenza fuori provincia.

## 5. Analisi delle attività prescelte

Ciclismo, nordic walking e nuoto hanno avuto le adesioni più elevate.



Attività	N° utenti	Maschi	Femmine
ciclismo gimkana	72	35	37
nordic walking	58	12	46
nuoto libero	47	20	27
acquagym	40	1	39
zumba	40	4	36
badminton	32	12	20
pole dance	23	1	22
strike zone	23	1	22
fit box	22	1	21
pilates	22	2	20
tiro con l'arco	21	11	10
striding	16	0	16
fitness	15	2	13
funzional trainer	13	1	12
tai chi vietnamita	13	3	10
gioco sport	11	7	4
acquazumba	10	0	10
hip hop baby	9	1	8
acquagoal	8	3	5
acquapilates	8	0	8
danza hip hop	7	1	6
danza del ventre	6	0	6
karate	6	3	3
acquawalk	5	1	4
step	5	0	5
difesa personale	4	1	3
ginnastica per adulti	4	0	4
acquafamily	2	0	2
mountain bike	2	1	1
pallavolo - minivolley	2	0	2
atletica leggera	1	0	1
subacquea ricreativa	1	1	0
<b>Tot Utenti</b>	<b>548</b>	<b>125</b>	<b>423</b>

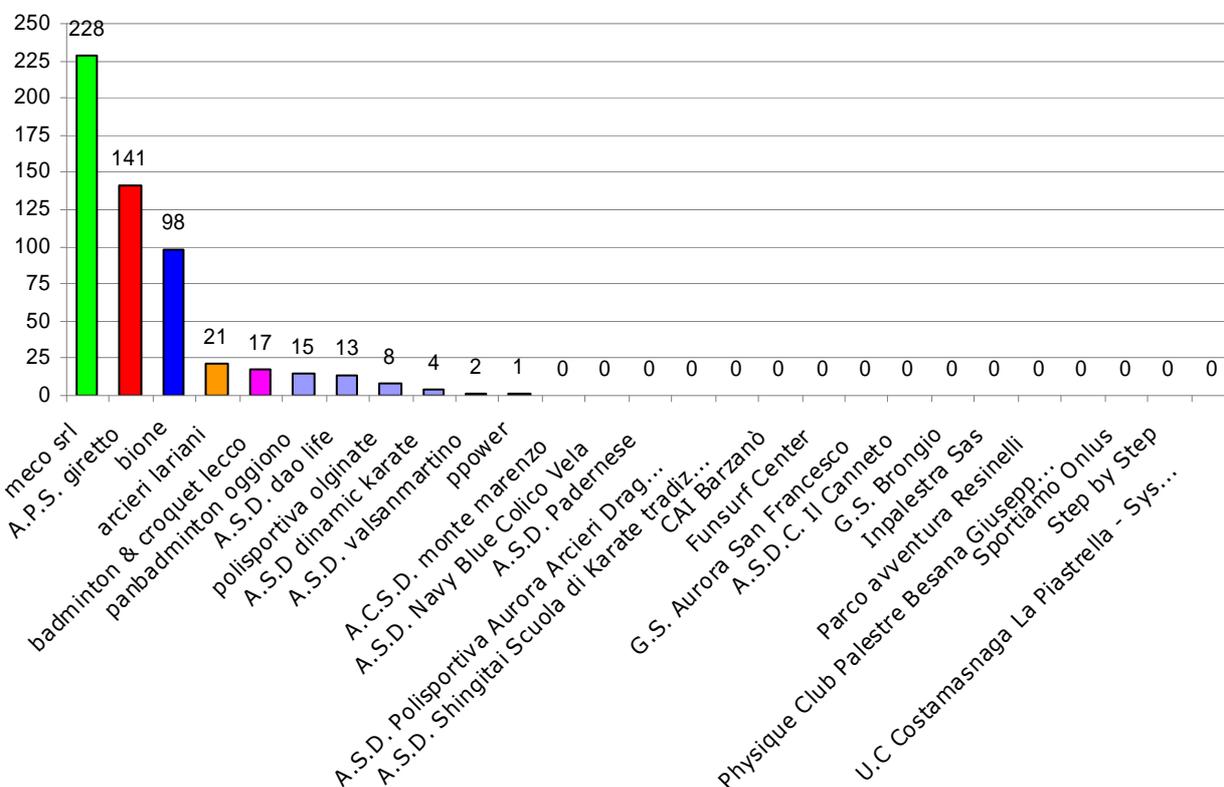
NB: subacquea ricreativa attività sportiva di recente acquisizione.

Le prime due attività, ciclismo e nordic walking, si svolgono all'aria aperta e nonostante la stagione invernale, hanno comunque registrato ben 130 adesioni ( 23.7%). Numerose altre attività prescelte si praticano all'interno di strutture sportive coperte; risulta notevole l'offerta diversificata garantita da Pillole.

Con il progressivo avvicinarsi della stagione climaticamente più favorevole, in considerazione anche della varietà e ricchezza paesaggistica del nostro territorio( colline, laghi, montagne), prevediamo l'ampliarsi di opportunità organizzate per attività all'aperto, potendo praticare quasi tutti gli sport.

Pertanto le azioni di accompagnamento del Progetto, in accordo con le Società che lo sostengono, prevederanno di sfruttare il periodo invernale per organizzare eventi sportivi in palestra. Poi, in primavera, si inizieranno ad organizzare eventi pubblici all'aria aperta di lancio dell'attività fisica con la contemporanea presenza di prove per differenti sport.

## 6. Utenti per singola associazione sportiva



**Coupon non prevenuti:** Parco Avventura Resinelli, Impalestra

**Associazioni di nuova acquisizione:** Sportiamo Onlus, G.S. Aurora San Francesco, Ppower

**Attività sportive stagionali:** U.C. costamasnaga, Il Canneto, Funsurf Cener, Navy blue Colico Vela,

Delle 28 associazioni sportive aderenti al progetto, solo 11 ci hanno restituito i coupon: questo in parte dovuto anche alla stagionalità di molte attività che verranno svolte nel periodo primaverile ed estivo.

In attesa di un pieno sviluppo di tutte le pratiche motorie proposte nel progetto, si ipotizzano alcune azioni di miglioramento:

- Sensibilizzare le associazioni a conservare i coupon, senza sottovalutare l'importanza della restituzione ai fini della registrazione e della tabulazione dei dati statistici trimestrali.
- Aiutare le associazioni a promuovere le proprie attività sportive attraverso eventi ad hoc.
- Verificare la motivazione ed il sostegno al progetto da parte delle farmacie impegnate nella distribuzione gratuita delle "Pillole".

- Verificare attraverso interviste il quadro di distribuzione sul territorio delle “Pillole di Salute” della rete delle farmacie. Sono infatti emerse differenze territoriali rispetto al grado di conoscenza del progetto.
- Le 28 associazioni non coprono in modo omogeneo l’offerta territoriale. Pertanto occorrerà ricercare nuove alleanze con società sportive nelle aree risultate carenti.

## Conclusioni

L’analisi di questi primi dati consente alcune considerazioni.

Il livello di gradimento delle Pillole pur nel limitato periodo e nella parziale ricognizione di adesioni, ha riscosso un notevole successo nella popolazione generale e soprattutto nella fascia target di adulti( dai 22 ai 60 anni) non ordinariamente raggiunta dalle altre iniziative provinciali di promozione dell’attività fisica ( Piedibus, Gruppi di Cammino)

Possiamo già pensare ad azioni di miglioramento “in corsa”:

- prevedere un ampliamento dell’offerta in giorni e fasce orarie più accessibili ad utenti impegnati in attività scolastiche o lavorative a tempo pieno
- chiedere alle Associazioni coinvolte di offrire ore sportive dedicate al target adolescenti/giovani, non mix con adulti, per fasce omogenee: 11-14, 15-17, 18-21 anni. Questo potrebbe coincidere anche con gli interessi delle Società sportive di potenziare eventuali leve delle loro squadre agonistiche.
- pubblicizzare il successo del Progetto presso le Società/ Associazioni sportive e ricreative, considerato che, in un periodo di recessione economica, una piccola offerta gratuita è opportunità di conoscenza tra la società e un futuro potenziale “cliente”, come è già successo per molte realtà che hanno aderito fin dall’inizio a Pillole.
- valutare l’opportunità d’iniziativa di richiamo presso le farmacie per aggiornare l’attuale aumentata offerta di prove gratuite e l’utilizzo del portale web <http://www.pilloledisalute.giretto.it/> per scaricare i nuovi coupon.
- cercare nuove alleanze nei territori meno coperti dall’offerta ( meratese, valsassina e alto lago), prevedendo poi eventi in loco di lancio
- incentivare la raccolta e conservazione dei coupon anche attraverso premi alle Società che renderanno il maggior numero di adesioni.

C’è grande interesse sia a livello regionale che nazionale sul progetto “Pillole di salute”: questi primi risultati confermano la bontà della scelta operata e costituiscono stimolo per continuare sulla strada intrapresa.

Il Gruppo di Progetto