



## “ColtiviAmo BenEssere: Promozione di stili di vita sani e sostenibili”

*Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali. Avviso 2/2020 ai sensi dell'articolo 72 del decreto legislativo 3 luglio 2017, n. 117 e s.m.i. - Anno 2021*

L'8 settembre 2023, alle ore 12.00, presso la Sala Stampa della Camera dei Deputati, si terrà la Conferenza Stampa conclusiva del Progetto " ColtiviAmo BenEssere: Promozione di stili di vita sani e sostenibili" Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali. Avviso 2/2020 ai sensi dell'articolo 72 del decreto legislativo 3 luglio 2017, n. 117 e s.m.i. - Anno 2021, nel corso della quale verranno illustrate l'attività svolta e i risultati raggiunti mediante la realizzazione di tale iniziativa.

I risultati progettuali verranno presentati dalla dott.ssa Eleonora Ceralli (Coordinatore Nazionale progettuale), dal dottor **Francesco Piemonte** (Consigliere Nazionale del MO.D.A.V.I. APS –RA). Interverranno: la Professoressa **Claudia Vetrani**, Cattadra UNESCO della Federico II di Napoli, il Viceministro del Lavoro e Politiche Sociali Onorevole **Maria Teresa Bellucci**.

### **DESCRIZIONE PROGETTUALE**

Il progetto “ColtiviAmo BenEssere: Promozione di stili di vita sani e sostenibili” **ha fornito un approccio completo al tema della promozione degli stili di vita sani e sostenibili**, per sé stessi, per gli altri e per la natura che ci circonda.

L'iniziativa ha coinvolto bambini dai 5 ai 10 anni e giovani dagli 11 ai 25 anni in un percorso diversificato che ha promosso l'adozione di stili di vita sani e sostenibili a partire proprio dalla conoscenza del proprio territorio e delle tradizioni. Per garantire il più alto standard qualitativo delle attività promosse, è stato istituito un Comitato scientifico composto da esperti di settore, il quale si è occupato di supervisionare la qualità delle attività educative e di sensibilizzazione sia *online* che *offline* per garantirne l'efficacia e l'adeguatezza scientifica.

---

MO.D.A.V.I. APS - RA

Via Carlo Poma, 2 - 00195 Roma - Tel. 06/84242188

Website: [www.modavi.it](http://www.modavi.it) - E-mail: [info@modavi.it](mailto:info@modavi.it) - P. IVA: 07421421004 - C.F.: 97136080583

*Core activity* progettuale è rappresentata dai **laboratori**. Si tratta di incontri educativi realizzati per mezzo delle metodologie del gioco cooperativo e dell'educazione non formale, al fine di poter attivare processi *peer to peer* e stimolare una maggiore partecipazione diretta ai processi educativi.

Gli incontri hanno toccato tre macro aree principali: Alimentazione sana (informazioni generali); Salute (dipendenze e rischi collegati a scorretti stili di vita, alla vita sedentaria *et similia.*); Sostenibilità (stagionalità dei prodotti, specificità regionali, impatto ambientale dei consumi).

Al fine di estendere l'iniziativa a livello Nazionale, sono state coinvolte **19 Regioni** (Valle d'Aosta, Piemonte, Lombardia, Trentino Alto Adige, Veneto, Friuli Venezia Giulia, Liguria, Toscana, Emilia Romagna, Marche, Umbria, Lazio, Abruzzo, Campania, Basilicata, Puglia, Calabria, Sicilia, Sardegna) e **32 province** (Aosta, Torino, Milano, Trento, Verona, Trieste, Udine, Gorizia, Genova, Savona, Firenze, Pistoia, Bologna, Macerata, Perugia, Roma, Viterbo, Rieti, Frosinone, Latina, L'Aquila, Chieti, Napoli, Salerno, Potenza, Andria (BAT), Lecce, Reggio Calabria, Vibo Valentia, Palermo, Catania, Cagliari.)

Di seguito, le principali attività realizzate nell'arco dei 24 mesi:

- Indagine conoscitiva: in tutte le Regioni coinvolte è stato somministrato un questionario di indagine elaborato *ad hoc* per la rilevazione dei dati relativi alle abitudini alimentari dei bambini e giovani, volto ad indagare e valutare abitudini e comportamenti relativi agli stili di vita. È stato coinvolto un campione complessivo di 2141 (bambini dai 6 ai 10 anni e giovani dagli 11 ai 25).
- Interventi educativi nelle scuole primarie di primo grado: sono stati realizzati 47 laboratori in 11 province italiane che hanno coinvolto complessivamente 531 bambini di età compresa tra i 6 e i 10 anni.
- Workshop: sono stati realizzati 66 incontri in 22 province italiane che hanno approfondito le tematiche relative alle eccellenze territoriali, alla promozione del KM 0, la dieta mediterranea ponendo l'attenzione altresì alla prevenzione dei disturbi alimentari. Nei workshop sono stati coinvolti complessivamente 2.010 giovani di età compresa tra gli 11 e i 25 anni.

- Workshop di approfondimento rivolti ai genitori dei bambini e giovani: incontri formativi focalizzati sulla promozione del benessere, degli stili di vita sani e incentrati sulle attività di prevenzione relativamente ai disturbi alimentari con il coinvolgimento di 60 genitori.
- Campus Coltiviamo Benessere: un evento nazionale di due giorni che ha visto il susseguirsi di attività informative volte alla promozione dei corretti stili di vita sani. A conclusione dei 32 eventi locali di sensibilizzazioni e promozione progettuale è stato realizzato, nei locali della stazione di Bruscianno (Napoli), il Campus, che ha visto la realizzazione di *corner* con approfondimenti tematici realizzati da medici e professionisti ed *infopoint* di prevenzione con la possibilità di usufruire di *screening* gratuiti.
- Contest Nazionale “CuciniAmo insieme”: un concorso per la valorizzazione di ricette tradizionali e dei prodotti a km 0 che si è realizzato attraverso l’invio di video e foto di ricette regionali, per mezzo di video e foto esplicative, che hanno coinvolto bambini e giovani del territorio.
- Libro di ricette “In Cucina con Romoletto”: un libro illustrato rivolto ai bambini che riporta le 19 ricette selezionate promuovendo l’educazione alla salute e lo sviluppo sostenibile attraverso le ricette tradizionali, l’utilizzo di prodotti cosiddetti a km 0, il rispetto della stagionalità.

In aggiunta, è stato creato un portale digitale ed interattivo: l’*Academy* sul sito [www.coltiviamobenessere.it](http://www.coltiviamobenessere.it)

Si tratta di uno spazio digitale che ha coinvolto direttamente i destinatari attraverso la diffusione materiali testuali, audio-visivi formativi ed informativi.

Grazie alla collaborazione degli studenti dell’IPSSEO (Istituto Professionale Statale Servizi per l’Enogastronomia e l’Ospitalità Alberghiera) “Amerigo Vespucci” di Roma, sono stati inoltre realizzati 19 video relativi alle ricette selezionate per ciascuna regione.

La scelta delle sopracitate ricette è stata affidata ad un Nutrizionista esperto che ha avuto il compito di selezionare 19 ricette in rappresentanza di ciascuna regione coinvolta nell’iniziativa, al fine di valorizzare il concetto di alimentazione sana e sostenibile, conferendo attenzione alle eccellenze di ciascun territorio.