

## RASSEGNA STAMPA AGENZIE



### SALUTE: PROGETTO EDUCATIVO 'A SCUOLA INFORMA' IN 8 REGIONI

(ANSA) - ROMA, 28 MAR - Raggiungerà 64 scuole superiori in otto regioni italiane (Lazio, Puglia, Calabria, Campania, Sicilia, Friuli-Venezia Giulia, Emilia Romagna e Piemonte), con la partecipazione di 11.200 studenti di età compresa fra i 13 ai 18 anni, il progetto educativo 'A Scuola InForma', realizzato da **Modavi Onlus** per promuovere stili di vita attivi legati a una corretta alimentazione e alla pratica di attività sportive. Si tratta di una seconda edizione, che ha il rinnovato supporto di **The Coca-Cola Foundation**.

Il 92% degli studenti ha detto, in un sondaggio di verifica a conclusione della prima edizione di 'A Scuola InForma', di "aver appreso il significato di uno stile di vita sano", e il 62% ha cominciato a prestare maggiore attenzione al cibo e ha cambiato le abitudini alimentari in favore di una dieta più sana ed equilibrata. In particolare, il 19% degli studenti che prima non faceva colazione regolarmente ha cominciato a farla, e il 15% ha cominciato a praticare regolare attività fisica. Inoltre, il 73% degli studenti ha dichiarato di aver ridotto il numero di ore trascorse quotidianamente davanti a Pc e Tv.

Per quanto riguarda gli stili alimentari, si evidenzia che il 60% dei giovani intervistati, ha cattive abitudini nutrizionali, con un apporto eccessivo di cibi ricchi di grassi e di e al contempo un consumo insufficiente di frutta e verdura. Gli stili di vita nella maggior parte dei casi sono caratterizzati dalla mancanza di attività fisica: il 76% dei giovani dichiara di camminare meno di mezz'ora al giorno, e il 58% non pratica mai sport, se non nelle ore di educazione fisica a scuola.

Colpisce anche il numero di ore trascorse mediamente davanti a Tc e Pc: il 45% dei giovani intervistati guarda la Tv per più di 2 ore al giorno, mentre il 38% trascorre più di 2 ore di fronte al Pc.

Le linee guida nutrizionali di "A scuola InForma" sono indicate da un apposito Comitato Scientifico, composto da Michele Carruba, professore ordinario di Farmacologia all'Università degli Studi di Milano; Riccardo Dalle Grave, presidente dell'AIDAP (Associazione Italia Disturbi **dell'Alimentazione** e del Peso); Pierpaolo De Feo, presidente dell'Italian Wellness Alliance; Giuseppe Fatati, presidente della Fondazione Adi (Associazione di Dietetica e Nutrizione Clinica); Andrea Poli, direttore scientifico di Nutrition Foundation of Italy.(ANSA).

## RASSEGNA STAMPA SUL WEB



### [A scuola InForma in otto regioni](#)

Mercoledì 28 Marzo 2012 21:00

Raggiungerà 64 scuole superiori in otto regioni italiane (Lazio, Puglia, Calabria, Campania, Sicilia, Friuli-Venezia Giulia, Emilia Romagna e Piemonte), con la partecipazione di 11.200 studenti di età compresa fra i 13 ai 18 anni, il progetto educativo 'A Scuola InForma', realizzato da Modavi Onlus per promuovere stili di vita attivi legati a una corretta alimentazione e alla pratica di attività sportive. Si tratta di una seconda edizione, che ha il rinnovato supporto di The Coca-Cola Foundation. Il 92% degli studenti ha detto, in un

sondaggio di verifica a conclusione della prima edizione di 'A Scuola InForma', di "aver appreso il significato di uno stile di vita sano", e il 62% ha cominciato a prestare maggiore attenzione al cibo e ha cambiato le abitudini alimentari in favore di una dieta più sana ed equilibrata. In particolare, il 19% degli studenti che prima non faceva colazione regolarmente ha cominciato a farla, e il 15% ha cominciato a praticare regolare attività fisica. Inoltre, il 73% degli studenti ha dichiarato di aver ridotto il numero di ore trascorse quotidianamente davanti a Pc e Tv. Per quanto riguarda gli stili alimentari, si evidenzia che il 60% dei giovani intervistati, ha cattive abitudini nutrizionali, con un apporto eccessivo di cibi ricchi di grassi e di zuccheri e al contempo un consumo insufficiente di frutta e verdura. Gli stili di vita nella maggior parte dei casi sono caratterizzati dalla mancanza di attività fisica: il 76% dei giovani dichiara di camminare meno di mezz'ora al giorno, e il 58% non pratica mai sport, se non nelle ore di educazione fisica a scuola. Colpisce anche il numero di ore trascorse mediamente davanti a Tc e Pc: il 45% dei giovani intervistati guarda la Tv per più di 2 ore al giorno, mentre il 38% trascorre più di 2 ore di fronte al Pc. Le linee guida nutrizionali di "A scuola InForma" sono indicate da un apposito Comitato Scientifico, composto da Michele Carruba, professore ordinario di Farmacologia all'Università degli Studi di Milano; Riccardo Dalle Grave, presidente dell'AIDAP (Associazione Italia Disturbi dell'Alimentazione e del Peso); Pierpaolo De Feo, presidente dell'Italian Wellness Alliance; Giuseppe Fatati, presidente della Fondazione Adi (Associazione di Dietetica e Nutrizione Clinica); Andrea Poli, direttore scientifico di Nutrition Foundation of Italy.(ANSA)



## 28-03-2012 19:39 - A scuola InForma in otto regioni

Raggiungerà 64 scuole superiori in otto regioni italiane (Lazio, Puglia, Calabria, Campania, Sicilia, Friuli-Venezia Giulia, Emilia Romagna e Piemonte), con la partecipazione di 11.200 studenti di età compresa fra i 13 ai 18 anni, il progetto educativo 'A Scuola InForma', realizzato da Modavi Onlus per promuovere stili di vita attivi legati a una corretta alimentazione e alla pratica di attività sportive. Si tratta di una seconda edizione, che ha il rinnovato supporto di The Coca-



Cola Foundation. Il 92% degli studenti ha detto, in un sondaggio di verifica a conclusione della prima edizione di 'A Scuola InForma', di "aver appreso il significato di uno stile di vita sano", e il 62% ha cominciato a prestare maggiore attenzione al cibo e ha cambiato le abitudini alimentari in favore di una dieta più sana ed equilibrata. In particolare, il 19% degli studenti che prima non faceva colazione regolarmente ha cominciato a farla, e il 15% ha cominciato a praticare regolare attività fisica. Inoltre, il 73% degli studenti ha dichiarato di aver ridotto il numero di ore trascorse quotidianamente davanti a Pc e Tv. Per quanto riguarda gli stili alimentari, si evidenzia che il 60% dei giovani intervistati, ha cattive abitudini nutrizionali, con un apporto eccessivo di cibi ricchi di grassi e di zuccheri e al contempo un consumo insufficiente di frutta e verdura. Gli stili di vita nella maggior parte dei casi sono caratterizzati dalla mancanza di attività fisica: il 76% dei giovani dichiara di camminare meno di mezz'ora al giorno, e il 58% non pratica mai sport, se non nelle ore di educazione fisica a scuola. Colpisce anche il numero di ore trascorse mediamente davanti a Tc e Pc: il 45% dei giovani intervistati guarda la Tv per più di 2 ore al giorno, mentre il

38% trascorre più di 2 ore di fronte al Pc. Le linee guida nutrizionali di "A scuola InForma" sono indicate da un apposito Comitato Scientifico, composto da Michele Carruba, professore ordinario di Farmacologia all'Università degli Studi di Milano; Riccardo Dalle Grave, presidente dell'AIDAP (Associazione Italia Disturbi dell'Alimentazione e del Peso); Pierpaolo De Feo, presidente dell'Italian Wellness Alliance; Giuseppe Fatati, presidente della Fondazione Adi (Associazione di Dietetica e Nutrizione Clinica); Andrea Poli, direttore scientifico di Nutrition Foundation of Italy.(ANSA)



## Trani

Comunicazione e informazione culturale, turistica e di servizio



## Adolescenti e stili di vita: torna il progetto "A scuola InForma"

Coinvolte attivamente tre scuole di Trani

giovedì 29 marzo 2012

## Informa

Prosegue anche per quest'anno il progetto educativo "A scuola InForma", realizzato da Modavi onlus per promuovere stili di vita attivi legati a una corretta alimentazione e alla pratica di attività sportive. Grazie al rinnovato supporto di The Coca-Cola Foundation, la seconda edizione di "A scuola InForma" vedrà estendere il programma a 64 scuole superiori in 8 regioni italiane (Lazio, Puglia, Calabria, Campania, Sicilia, Friuli-Venezia Giulia, Emilia Romagna e Piemonte) con la partecipazione di 11.200 studenti di età compresa fra i 13 ai 18 anni. Hanno aderito al progetto tre Istituti tranesi, Bovio (l'audiovisivo e il turistico-aziendale) e Aldo Moro.

Il progetto educativo "A scuola InForma" nasce dalla consapevolezza che obesità e sovrappeso giovanile costituiscono una reale emergenza di salute pubblica, e si propone per questo di favorire l'educazione dei giovani a stili di vita attivi ed equilibrati, attraverso interventi educativi nelle strutture scolastiche da parte di nutrizionisti, psicologi e sport trainer. Il rischio obesità, infatti, è determinato non solo da un eccesso di calorie introdotte rispetto a quelle consumate, ma soprattutto – nell'età giovanile – da stili di vita sedentari, da una mancanza di esercizio fisico, che invece è fondamentale per la salute.

L'intervento previsto dal progetto "A scuola InForma" si struttura in due fasi parallele. Una prima fase pedagogica prevede che ogni classe interessata dal progetto sarà esposta a 3 ore di lezione con un nutrizionista e 3 ore di lezione con uno psicologo per quanto concerne gli aspetti psicologici legati all'alimentazione. Contemporaneamente, una fase ricreativa coinvolge i docenti che si occupano delle attività sportive e gli studenti, in un ciclo di 4 ore di lezioni tenute da sport trainer professionisti. Questa fase è costituita da corsi di sport non abitualmente praticati all'interno delle scuole, come l'atletica e il basket, un importante momento ricreativo, più partecipativo che competitivo, che ben esemplifica il concetto di stile di vita attivo e sano.

Le linee guida nutrizionali di “A scuola InForma” sono indicate da un apposito comitato scientifico, che periodicamente si riunisce per valutare l'andamento del progetto ed è composto da Michele Carruba (professore ordinario di farmacologia all'università degli studi di Milano), Riccardo Dalle Grave (presidente dell'associazione italiana sui disturbi dell'alimentazione e del peso), Pierpaolo De Feo (presidente dell'Italian wellness alliance), Giuseppe Fatati (presidente della Fondazione Adi che si occupa di dietetica e nutrizione clinica) e da Andrea Poli (direttore scientifico di Nutrition foundation of Italy).

I dati raccolti all'inizio della prima edizione del programma tramite la distribuzione di 10.758 questionari agli studenti e alle loro famiglie sui loro stili di vita e abitudini alimentari, hanno rivelato una forte associazione tra sovrappeso e obesità e abitudini alimentari errate, nonché tra sovrappeso e obesità e stili di vita non attivi. Per quanto riguarda gli stili alimentari, il 60% dei giovani che si erano sottoposti al questionario avevano cattive abitudini nutrizionali, con un apporto eccessivo di cibi ricchi di grassi e di zuccheri e al contempo un consumo insufficiente di frutta e verdura. Gli stili di vita nella maggior parte dei casi erano caratterizzati dalla mancanza di attività fisica: il 76% dei giovani dichiarava di camminare meno di mezz'ora al giorno, e il 58% non praticava mai sport, se non nelle ore di educazione fisica a scuola. Colpiva anche il numero di ore trascorse mediamente davanti a televisione e computer: il 45% dei giovani intervistati guardava la tv per più di 2 ore al giorno, mentre il 38% trascorrevva più di 2 ore di fronte al computer.

Al fine di valutare se a conclusione della prima edizione del programma educativo fossero avvenuti cambiamenti nello stile alimentare e di vita sono state effettuate 1.200 interviste qualitative con gli studenti, che hanno rivelato gli effetti positivi dell'intervento. Il 92% degli studenti ha dichiarato di aver appreso il significato di uno stile di vita sano, e il 62% ha cominciato a prestare maggiore attenzione al cibo e ha cambiato le abitudini alimentari in favore di una dieta più sana ed equilibrata. In particolare, il 19% degli studenti che prima non faceva colazione regolarmente ha cominciato a farla, e il 15% ha cominciato a praticare regolare attività fisica. Inoltre, il 73% degli studenti ha dichiarato di aver ridotto il numero di ore trascorse quotidianamente davanti a computer e tv.



## [Adolescenti e stili di vita: torna il progetto "A scuola InForma"](#)

Publicato il **29 Mar 2012 07:05** Fonte: [Traniweb.it](http://Traniweb.it)



Prosegue anche per quest'anno il progetto educativo "A scuola InForma", realizzato da Modavi onlus per promuovere stili di vita attivi legati a una corretta alimentazione e alla pratica di attività sportive. Grazie al rinnovato supporto di The Coca-Cola Foundation, la seconda edizione di "A scuola InForma" vedrà estendere il programma a 64 scuole superiori in 8 regioni italiane (Lazio, Puglia, Calabria, Campania, Sicilia, Friuli-Venezia Giulia, Emilia Romagna e Piemonte) con la partecipazione di 11.200 studenti di età compresa fra i 13 ai 18 anni. Hanno aderito al progetto tre scuole tranesi, la media Bovio-Palumbo, l'Istituto superiore Bovio e l'Istituto tecnico Aldo Moro. Il progetto educativo "A scuola InForma" nasce dalla consapevolezza che obesità e sovrappeso giovanile costituiscono una reale emergenza di salute pubblica, e si propone per questo di favorire l'educazione dei giovani a stili di vita attivi ed equilibrati, attraverso interventi educativi nelle strutture scolastiche da parte di nutrizionisti, psicologi e sport trainer. Il rischio obesità, infatti, è determinato non solo da un eccesso di calorie introdotte rispetto a quelle consumate, ma soprattutto - nell'età giovanile - da stili di vita sedentari, da una mancanza di esercizio fisico, che invece è fondamentale per la salute. L'intervento previsto dal progetto "A scuola InForma" si struttura in due fasi parallele. Una prima fase pedagogica prevede che ogni classe interessata dal progetto sarà esposta a 3 ore di lezione con un nutrizionista e 3 ore di lezione con uno psicologo per quanto concerne gli aspetti psicologici legati all'alimentazione. Contemporaneamente, una fase ricreativa coinvolge i docenti che si occupano delle attività sportive e gli studenti, in un ciclo di 4 ore di lezioni tenute da sport trainer professionisti. Questa fase è costituita da corsi di sport non abitualmente praticati all'interno delle scuole, come l'atletica e il basket, un importante momento ricreativo, più partecipativo che competitivo, che ben esemplifica il concetto di stile di vita attivo e sano. Le linee guida nutrizionali di "A scuola InForma" sono indicate da un apposito comitato scientifico, che periodicamente si riunisce per valutare l'andamento del progetto ed è composto da Michele Carruba (professore...



### **A Trani e Foggia riparte il progetto "A Scuola InForma"**

Il progetto educativo sugli adolescenti e gli stili di vita realizzato da Modavi Onlus

A cura di [Vittorio Cassinesi](#)

Anche la Puglia tra le 8 regioni italiane della II edizione I dati raccolti alla fine della I edizione mostrano il valore di interventi educativi per promuovere alimentazione equilibrata e attività fisica: il 92% dei partecipanti ha appreso il significato di uno stile di vita sano e il 15% ha cominciato a praticare regolare attività fisica.

Roma, 28 marzo 2012 – Prosegue anche nell'A.S. 2011/2012 il progetto educativo "A Scuola InForma", realizzato da Modavi Onlus per promuovere stili di vita attivi legati a una corretta alimentazione e alla pratica di attività sportive. Grazie al rinnovato supporto di The

Coca-Cola Foundation, la seconda edizione di “A Scuola InForma” vedrà estendere il programma a 64 scuole superiori in 8 regioni italiane ( Lazio, Puglia, Calabria, Campania, Sicilia, Friuli-Venezia Giulia, Emilia Romagna e Piemonte) con la partecipazione di 11.200 studenti di età compresa fra i 13 ai 18 anni.

Al fine di valutare se a conclusione della prima edizione del programma educativo fossero avvenuti cambiamenti nello stile alimentare e di vita sono state effettuate 1.200 interviste qualitative con gli studenti, che hanno rivelato gli effetti positivi dell'intervento. Il 92% degli studenti ha dichiarato di aver appreso il significato di uno stile di vita sano, e il 62% ha cominciato a prestare maggiore attenzione al cibo e ha cambiato le abitudini alimentari in favore di una dieta più sana ed equilibrata. In particolare, il 19% degli studenti che prima non faceva colazione regolarmente ha cominciato a farla, e il 15% ha cominciato a praticare regolare attività fisica. Inoltre, il 73% degli studenti ha dichiarato di aver ridotto il numero di ore trascorse quotidianamente davanti a PC e TV.

I dati raccolti all'inizio della prima edizione del programma tramite la distribuzione di 10.758 questionari agli studenti e alle loro famiglie sui loro stili di vita e abitudini alimentari, hanno rivelato una forte associazione tra sovrappeso e obesità e abitudini alimentari errate, nonché tra sovrappeso e obesità e stili di vita non attivi.

Per quanto riguarda gli stili alimentari, si evidenzia che il 60% dei giovani rispondenti al questionario, ha cattive abitudini nutrizionali, con un apporto eccessivo di cibi ricchi di grassi e di zuccheri e al contempo un consumo insufficiente di frutta e verdura.

Gli stili di vita nella maggior parte dei casi sono caratterizzati dalla mancanza di attività fisica: il 76% dei giovani dichiara di camminare meno di mezz'ora al giorno, e il 58% non pratica mai sport, se non nelle ore di educazione fisica a scuola. Colpisce anche il numero di ore trascorse mediamente davanti a TV e PC: il 45% dei giovani intervistati guarda la TV per più di 2 ore al giorno, mentre il 38% trascorre più di 2 ore di fronte al PC.

Il progetto educativo “A Scuola InForma” è infatti nato dalla consapevolezza che obesità e sovrappeso giovanile costituiscono una reale emergenza di salute pubblica, e si propone per questo di favorire l'educazione dei giovani a stili di vita attivi ed equilibrati, attraverso interventi educativi nelle strutture scolastiche da parte di nutrizionisti, psicologi e sport trainer. Il rischio obesità, infatti, è determinato non solo da un eccesso di calorie introdotte rispetto a quelle consumate, ma soprattutto – nell'età giovanile – da stili di vita sedentari, da una mancanza di esercizio fisico, che invece è fondamentale per la salute.

Le fasi del progetto 2011-2012

La seconda edizione estende il programma a 8 regioni italiane: Lazio, Puglia, Calabria, Campania e Sicilia – già raggiunte dalla prima edizione perché regioni dove il problema del sovrappeso e dell'obesità risulta maggiormente diffuso - cui si aggiungono quest'anno Friuli-Venezia Giulia, Emilia Romagna e Piemonte.

Nell'impostare gli interventi educativi di questa seconda edizione, il punto di partenza è stato il feedback raccolto tra studenti, genitori ed insegnanti nel corso della prima edizione di “A Scuola InForma”. Le rilevazioni - effettuate attraverso questionari - confermano la necessità di proseguire con interventi mirati, volti a migliorare le conoscenze dei ragazzi in ambito nutrizionale, fornendo loro linee guida adeguate ed orientandoli verso un'alimentazione corretta e stili di vita attivi.

L'intervento previsto dal progetto "A Scuola InForma" si struttura in due fasi parallele. Una prima fase pedagogica prevede che ogni classe interessata dal progetto sarà esposta a 3 ore di lezione con un nutrizionista e 3 ore di lezione con uno psicologo per quanto concerne gli aspetti psicologici legati all'alimentazione.

Contemporaneamente, una fase ricreativa coinvolge i docenti che si occupano delle attività sportive e gli studenti, in un ciclo di 4 ore di lezioni tenute da sport trainer professionisti. Questa fase è costituita da corsi di sport non abitualmente praticati all'interno delle scuole, come l'atletica e il basket, un importante momento ricreativo, più partecipativo che competitivo, che ben esemplifica il concetto di stile di vita attivo e sano.

Le linee guida nutrizionali di "A scuola InForma" sono indicate da un apposito Comitato Scientifico, che periodicamente si riunisce per valutare l'andamento del progetto ed è composto da: Michele Carruba, Professore Ordinario di Farmacologia all'Università degli Studi di Milano; Riccardo Dalle Grave, Presidente dell'AIDAP (Associazione Italia Disturbi dell'Alimentazione e del Peso); Pierpaolo De Feo, Presidente dell'Italian Wellness Alliance; Giuseppe Fatati, Presidente della Fondazione ADI (Associazione di Dietetica e Nutrizione Clinica); Andrea Poli, Direttore Scientifico di Nutrition Foundation of Italy.

"Sovrappeso e obesità sono fattori di rischio per numerose patologie croniche, e dal momento che nella maggior parte dei casi gli adolescenti obesi saranno in conflitto con la bilancia anche da adulti, è importante educarli a stili di vita sani fin da subito. – ha spiegato Michele Carruba, Professore Ordinario di Farmacologia all'Università degli Studi di Milano – La scuola è il luogo ideale per le iniziative di educazione alimentare, in quanto luogo principe della formazione dei ragazzi, luogo in cui trascorrono molte ore al giorno. Grazie ad un intervento capillare e diffuso negli istituti scolastici contiamo di migliorare la situazione, infondendo nei ragazzi l'importanza di una sana alimentazione abbinata ad una adeguata attività fisica nel quotidiano."

Riccardo Dalle Grave, Presidente dell'AIDAP (Associazione Italia Disturbi dell'Alimentazione e del Peso), ha dichiarato "L'adolescenza è un momento critico per l'acquisizione di stili di vita disfunzionali e per lo sviluppo di problemi psicologici come i disturbi dell'immagine corporea, i disturbi dell'alimentazione, la bassa autostima e la depressione. Gli adolescenti in eccesso di peso sono i più a rischio perché subiscono con maggiore frequenza episodi di bullismo e canzonature per il loro aspetto fisico e hanno più difficoltà a sviluppare relazioni interpersonali soddisfacenti che contribuiscono allo sviluppo di una funzionale valutazione di sé. E' quindi molto apprezzabile che l'iniziativa "A scuola InForma" preveda il supporto di psicologi in questo progetto, poiché al benessere fisico derivante da una corretta alimentazione e da una regolare attività fisica, deve accompagnarsi anche un benessere psicologico ed emotivo dei ragazzi."

Pierpaolo De Feo, Presidente dell'Italian Wellness Alliance, ha aggiunto: "L'iniziativa "A Scuola InForma" è in linea con le direttive dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, la recente delibera delle Nazioni Unite (New York Settembre 2011) e l'impegno dell'Italian Wellness Alliance per contrastare l'impressionante incremento a livello mondiale della malattie croniche quali obesità, diabete e malattie cardiovascolari. Un intervento di prevenzione è più significativo quanto più precoce e per questo promuovere nelle scuole la corretta alimentazione, l'esercizio fisico e più attenzione a sani stili di vita è un dovere delle famiglie e dei docenti, responsabili in prima battuta del futuro dei nostri ragazzi."

Giuseppe Fatati, Presidente della Fondazione ADI (Associazione di Dietetica e Nutrizione Clinica) ha commentato: “Tra le principali cause di sovrappeso e obesità c’è uno stile di vita sedentario che, unito ad errate abitudini alimentari, purtroppo caratterizza sempre più giovani. L’aumento di peso è il risultato di uno sbilanciamento tra le calorie assunte e quelle bruciate, e vi si può incorrere anche in presenza di una dieta non eccessivamente calorica, se il dispendio energetico è scarso. Nell’impostare una corretta educazione alimentare è importante ricordare che tutti gli alimenti e le bevande, in porzioni appropriate, possono essere consumati nell’ambito di uno stile di vita attivo, che combini una dieta equilibrata e bilanciata con attività fisica regolare.”

Il Direttore Scientifico di Nutrition Foundation of Italy, Andrea Poli, ha aggiunto: “Il progetto “A scuola InForma” ha lo scopo di educare i più giovani a degli stili di vita attivi, che permettano di migliorare le loro abitudini e il loro stato di salute anche in maniera divertente e ricreativa. Siamo particolarmente lieti di rinnovare l’iniziativa “A scuola InForma”, forti dei risultati ottenuti nelle regioni pilota in cui il progetto si è sviluppato lo scorso anno scolastico. Siamo convinti, infatti, che solo con un impegno continuativo sia possibile contribuire a prevenire fenomeni di alimentazione scorretta e incoraggiare sempre più un’attività motoria salutare e socializzante.”

La Presidente Nazionale del Modavi Onlus, Irma Casula, ha aggiunto: “Crediamo molto nel valore dell’educazione, che porta ad una interiorizzazione spontanea: lo stile di vita sano deve essere naturalmente capito e fatto proprio dagli adolescenti e dai giovani. “A Scuola InForma” lavora in questa direzione e sta dando ottimi risultati.”

Il progetto “A scuola InForma” è reso possibile grazie al contributo non condizionato di The Coca-Cola Foundation, organizzazione nata nel 1984 che sostiene e supporta diverse iniziative e associazioni in tutto il mondo.

“The Coca-Cola Foundation è orgogliosa di rinnovare per il secondo anno il proprio supporto al progetto “A Scuola InForma”, ha dichiarato Ingrid Saunders Jones, Chairperson, The Coca-Cola Foundation and Senior Vice-President, The Coca-Cola Company – “La partnership con Modavi Onlus si è rivelata una risorsa importante per raggiungere in maniera capillare gli studenti e le loro famiglie nell’ambito dell’alimentazione equilibrata, della nutrizione e degli stili di vita attivi.”

#### Modavi Onlus

Il Mo.d.a.v.i Onlus contribuisce da quasi quindi anni alla rimozione del disagio sociale e delle sue cause più profonde, per il raggiungimento di una società migliore, attraverso una rete di affiliazioni nazionali ed internazionali. E’ un ente no-profit che promuove quotidianamente il valore della cittadinanza attiva e partecipativa tramite iniziative concrete di solidarietà e promozione umana. Nel concreto il Mo.d.a.v.i. Onlus gestisce e coordina molteplici progetti locali e nazionali: sportelli d’ascolto nelle scuole, azioni di prevenzione e informazione sulle tossicodipendenze, servizi alla persona, attività di sostegno all’associazionismo ed al volontariato, corsi di formazione per operatori sociali, organizzazione di esercitazioni di protezione civile. Dal 2007 O.N.G. con una base costante di sostenitori e volontari, opera in tutto il territorio italiano e in diversi paesi dell’Africa, America Latina, Europa dell’Est e Medio Oriente. In Argentina, a Campana Di Palo Villa Bordeu - Bahia Blanca gestisce una mensa per bambini di strada, in Afghanistan un centro odontoiatrico, nel Sahara Occidentale ha inviato un desalinatore per il popolo Saharawi, in Romania ha collaborato alla creazione di un Centro destinato all’accoglienza



di bambini orfani, in Israele invia mensilmente volontari italiani nelle strutture del Ministero degli Affari Sociali e nei kibbutzim.

The Coca-Cola Foundation

Dalla sua nascita, The Coca-Cola Foundation ha donato oltre 494 milioni di dollari per sostenere iniziative a carattere comunitario in tutto il mondo: dalla gestione delle risorse idriche al riciclo, dagli stili di vita sani e attivi alla formazione. Per maggiori informazioni su The Coca-Cola Foundation:

[http://www.thecoca-colacompany.com/citizenship/foundation\\_coke.html](http://www.thecoca-colacompany.com/citizenship/foundation_coke.html).

newsGargano.com

## Trani e Foggia: riparte "A Scuola InForma", progetto educativo sugli adolescenti e gli stili di vita

Mercoledì 28 Marzo 2012 14:06 Ufficio Stampa



**Roma** – Prosegue anche nell’A.S. 2011/2012 il progetto educativo “A Scuola InForma”, realizzato da Modavi Onlus per promuovere stili di vita attivi legati a una corretta alimentazione e alla pratica di attività sportive. Grazie al rinnovato supporto di The Coca-Cola Foundation, la seconda edizione di “A ScuolaInForma” vedrà estendere il programma a 64 scuole superiori in 8 regioni italiane ( Lazio, Puglia, Calabria, Campania, Sicilia, Friuli-

Venezia Giulia, Emilia Romagna e Piemonte) con la partecipazione di 11.200 studenti di età compresa fra i 13 ai 18 anni.

Al fine di valutare sea conclusione della prima edizione del programma educativo fossero avvenuti cambiamenti nello stile alimentare e di vita sono state effettuate 1.200 interviste qualitative con gli studenti, che hanno rivelato gli effetti positivi dell’intervento. Il 92% degli studenti ha dichiarato di aver appreso il significato di uno stile di vita sano, e il 62% ha cominciato a prestare maggiore attenzione al cibo e ha cambiato le abitudini alimentari in favore di una dieta più sana ed equilibrata. In particolare, il 19% degli studenti che prima non faceva colazione regolarmente ha cominciato a farla, e il 15% ha cominciato a praticare regolare attività fisica. Inoltre, il 73% degli studenti ha dichiarato di aver ridotto il numero di ore trascorse quotidianamente davanti a PC e TV.

I dati raccolti all'inizio della prima edizione del programma tramite la distribuzione di 10.758 questionari agli studenti e alle loro famiglie sui loro stili di vita e abitudini alimentari, hanno rivelato una forte associazione tra sovrappeso e obesità e abitudini alimentari errate, nonché tra sovrappeso e obesità e stili di vita non attivi.

Per quanto riguarda gli stili alimentari, si evidenzia che il 60% dei giovani rispondenti al questionario, ha cattive abitudini nutrizionali, con un apporto eccessivo di cibi ricchi di grassi e di zuccheri e al contempo un consumo insufficiente di frutta e verdura.

Gli stili di vita nella maggior parte dei casi sono caratterizzati dalla mancanza di attività fisica: il 76% dei giovani dichiara di camminare meno di mezz'ora al giorno, e il 58% non pratica mai sport, se non nelle ore di educazione fisica a scuola. Colpisce anche il numero di ore trascorse mediamente davanti a TV e PC: il 45% dei giovani intervistati guarda la TV per più di 2 ore al giorno, mentre il 38% trascorre più di 2 ore di fronte al PC.

Il progetto educativo "A Scuola InForma" è infatti nato dalla consapevolezza che obesità e sovrappeso giovanile costituiscono una reale emergenza di salute pubblica, e si propone per questo di favorire l'educazione dei giovani a stili di vita attivi ed equilibrati, attraverso interventi educativi nelle strutture scolastiche da parte di nutrizionisti, psicologi e sport trainer. Il rischio obesità, infatti, è determinato non solo da un eccesso di calorie introdotte rispetto a quelle consumate, ma soprattutto – nell'età giovanile – da stili di vita sedentari, da una mancanza di esercizio fisico, che invece è fondamentale per la salute.

## **Le fasi del progetto 2011-2012**

La seconda edizione estende il programma a 8 regioni italiane: Lazio, Puglia, Calabria, Campania e Sicilia – già raggiunte dalla prima edizione perché regioni dove il problema del sovrappeso e dell'obesità risulta maggiormente diffuso - cui si aggiungono quest'anno Friuli-Venezia Giulia, Emilia Romagna e Piemonte.

Nell'impostare gli interventi educativi di questa seconda edizione, il punto di partenza è stato il feedback raccolto tra studenti, genitori ed insegnanti nel corso della prima edizione di "A Scuola InForma". Le rilevazioni - effettuate attraverso questionari - confermano la necessità di proseguire con interventi mirati, volti a migliorare le conoscenze dei ragazzi in ambito nutrizionale, fornendo loro linee guida adeguate ed orientandoli verso un'alimentazione corretta e stili di vita attivi.

L'intervento previsto dal progetto "A Scuola InForma" si struttura in due fasi parallele. Una prima fase pedagogica prevede che ogni classe interessata dal progetto sarà esposta a 3 ore di lezione con un nutrizionista e 3 ore di lezione con uno psicologo per quanto concerne gli aspetti psicologici legati all'alimentazione.

Contemporaneamente, una fase ricreativa coinvolge i docenti che si occupano delle attività sportive e gli studenti, in un ciclo di 4 ore di lezioni tenute da sport trainer professionisti. Questa fase è costituita da corsi di sport non abitualmente praticati all'interno delle scuole, come l'atletica e il basket, un importante momento ricreativo, più partecipativo che competitivo, che ben esemplifica il concetto di stile di vita attivo e sano.

Le linee guida nutrizionali di "A scuola InForma" sono indicate da un apposito Comitato Scientifico, che periodicamente si riunisce per valutare l'andamento del progetto ed è composto da: Michele Carruba, Professore Ordinario di Farmacologia all'Università degli Studi di Milano; Riccardo Dalle Grave, Presidente dell'AIDAP (Associazione Italia Disturbi dell'Alimentazione e del Peso); Pierpaolo De Feo, Presidente dell'Italian Wellness Alliance; Giuseppe Fatati, Presidente della Fondazione ADI (Associazione di Dietetica e Nutrizione Clinica); Andrea Poli, Direttore Scientifico di Nutrition Foundation of Italy.

"Sovrappeso e obesità sono fattori di rischio per numerose patologie croniche, e dal momento che nella maggior parte dei casi gli adolescenti obesi saranno in conflitto con la bilancia anche da adulti, è importante educarli a stili di vita sani fin da subito. – ha spiegato Michele Carruba, Professore Ordinario di Farmacologia all'Università degli Studi di Milano – La scuola è il luogo ideale per le iniziative di educazione alimentare, in

quanto luogo principe della formazione dei ragazzi, luogo in cui trascorrono molte ore al giorno. Grazie ad un intervento capillare e diffuso negli istituti scolastici contiamo di migliorare la situazione, infondendo nei ragazzi l'importanza di una sana alimentazione abbinata ad una adeguata attività fisica nel quotidiano."

Riccardo Dalle Grave, Presidente dell'AIDAP (Associazione Italia Disturbi dell'Alimentazione e del Peso), ha dichiarato: "L'adolescenza è un momento critico per l'acquisizione di stili di vita disfunzionali e per lo sviluppo di problemi psicologici come i disturbi dell'immagine corporea, i disturbi dell'alimentazione, la bassa autostima e la depressione. Gli adolescenti in eccesso di peso sono i più a rischio perché subiscono con maggiore frequenza episodi di bullismo e canzonature per il loro aspetto fisico e hanno più difficoltà a sviluppare relazioni interpersonali soddisfacenti che contribuiscono allo sviluppo di una funzionale valutazione di sé. E' quindi molto apprezzabile che l'iniziativa "A scuola InForma" preveda il supporto di psicologi in questo progetto, poiché al benessere fisico derivante da una corretta alimentazione e da una regolare attività fisica, deve accompagnarsi anche un benessere psicologico ed emotivo dei ragazzi."

Pierpaolo De Feo, Presidente dell'Italian Wellness Alliance, ha aggiunto: "L'iniziativa "A Scuola InForma" è in linea con le direttive dell'Organizzazione Mondiale della Sanità, la recente delibera delle Nazioni Unite (New York Settembre 2011) e l'impegno dell'Italian Wellness Alliance per contrastare l'impressionante incremento a livello mondiale delle malattie croniche quali obesità, diabete e malattie cardiovascolari. Un intervento di prevenzione è più significativo quanto più precoce e per questo promuovere nelle scuole la corretta alimentazione, l'esercizio fisico e più attenzione a sani stili di vita è un dovere delle famiglie e dei docenti, responsabili in prima battuta del futuro dei nostri ragazzi."

Giuseppe Fatati, Presidente della Fondazione ADI (Associazione di Dietetica e Nutrizione Clinica) ha commentato: "Tra le principali cause di sovrappeso e obesità c'è uno stile di vita sedentario che, unito ad errate abitudini alimentari, purtroppo caratterizza sempre più giovani. L'aumento di peso è il risultato di uno sbilanciamento tra le calorie assunte e quelle bruciate, e vi si può incorrere anche in presenza di una dieta non eccessivamente calorica, se il dispendio energetico è scarso. Nell'impostare una corretta educazione alimentare è importante ricordare che tutti gli alimenti e le bevande, in porzioni appropriate, possono essere consumati nell'ambito di uno stile di vita attivo, che combini una dieta equilibrata e bilanciata con attività fisica regolare."

Il Direttore Scientifico di Nutrition Foundation of Italy, Andrea Poli, ha aggiunto: "Il progetto "A scuola InForma" ha lo scopo di educare i più giovani a degli stili di vita attivi, che permettano di migliorare le loro abitudini e il loro stato di salute anche in maniera divertente e ricreativa. Siamo particolarmente lieti di rinnovare l'iniziativa "A scuola InForma", forti dei risultati ottenuti nelle regioni pilota in cui il progetto si è sviluppato lo scorso anno scolastico. Siamo convinti, infatti, che solo con un impegno continuativo sia possibile contribuire a prevenire fenomeni di alimentazione scorretta e incoraggiare sempre più un'attività motoria salutare e socializzante."

La Presidente Nazionale del Modavi Onlus, Irma Casula, ha aggiunto: "Crediamo molto nel valore dell'educazione, che porta ad una interiorizzazione spontanea: lo stile di vita sano deve essere naturalmente capito e fatto proprio dagli adolescenti e dai giovani. "A Scuola InForma" lavora in questa direzione e sta dando ottimi risultati."

Il progetto "A scuola InForma" è reso possibile grazie al contributo non condizionato di The Coca-Cola Foundation, organizzazione nata nel 1984 che sostiene e supporta diverse iniziative e associazioni in tutto il mondo.

"The Coca-Cola Foundation è orgogliosa di rinnovare per il secondo anno il proprio supporto al progetto "A Scuola InForma", ha dichiarato Ingrid Saunders Jones, Chairperson, The Coca-Cola Foundation and Senior Vice-President, The Coca-Cola Company – "La partnership con Modavi Onlus si è rivelata una risorsa importante per raggiungere in maniera capillare gli studenti e le loro famiglie nell'ambito dell'alimentazione equilibrata, della nutrizione e degli stili di vita attivi."

### **Modavi Onlus**

Il Mo.d.a.v.i Onlus contribuisce da quasi quindi anni alla rimozione del disagio sociale e delle sue cause più profonde, per il raggiungimento di una società migliore, attraverso una rete di affiliazioni nazionali ed internazionali. E' un ente no-profit che promuove quotidianamente il valore della cittadinanza attiva e

partecipativa tramite iniziative concrete di solidarietà e promozione umana. Nel concreto il Mo.d.a.v.i. Onlus gestisce e coordina molteplici progetti locali e nazionali: sportelli d'ascolto nelle scuole, azioni di prevenzione e informazione sulle tossicodipendenze, servizi alla persona, attività di sostegno all'associazionismo ed al volontariato, corsi di formazione per operatori sociali, organizzazione di esercitazioni di protezione civile. Dal 2007 O.N.G. con una base costante di sostenitori e volontari, opera in tutto il territorio italiano e in diversi paesi dell'Africa, America Latina, Europa dell'Est e Medio Oriente. In Argentina, a Campana Di Palo Villa Bordeu - Bahia Blanca gestisce una mensa per bambini di strada, in Afghanistan un centro odontoiatrico, nel Sahara Occidentale ha inviato un desalinatore per il popolo Saharawi, in Romania ha collaborato alla creazione di un Centro destinato all'accoglienza di bambini orfani, in Israele invia mensilmente volontari italiani nelle strutture del Ministero degli Affari Sociali e nei kibbutzim.