



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI TORINO



PEERS4FOOD

Insieme per promuovere uno stile di vita sano, divertendosi

Fase 1 - conclusioni

Giovedì 11 novembre, ore 11.00

Salotto delle Idee, Collegio degli Artigianelli, Corso Palestro 14 - Torino

COMUNICATO STAMPA

Dopo cinque settimane di sperimentazione "sul campo" si è chiusa la prima fase di **Peers4Food**, progetto vincitore di una Challenge lanciata dall'Istituto Europeo di Tecnologia, alla ricerca di nuovi metodi e linguaggi per **ridurre la diffusione dell'obesità e del sovrappeso tra i bambini e i ragazzi** dei paesi dell'Unione Europea.

Il progetto vede come capofila il **Dipartimento di Psicologia dell'Università degli Studi di Torino** in collaborazione con **l'Università di Varsavia** e **l'Istituto IMDEA di Madrid**, con il supporto dell'Unione Europea attraverso **EIT Food, Istituto Europeo di Tecnologia**.

Barbara Loera, responsabile scientifico del progetto e professoressa associata di Psicometria, ha condotto per 5 settimane un team di professionisti in un percorso che ha coinvolto un gruppo di 16 ragazzi e ragazze dai 14 ai 17 anni, studenti del centro di formazione professionale **ENGIM Piemonte "Artigianelli" Torino**.

Impiegando un approccio originale, centrato sui destinatari e sul gruppo dei pari (fondamentale in adolescenza), che diventano i protagonisti del loro stesso cambiamento, **Peers4Food** si propone di sollecitare gli adolescenti ad adottare uno stile di vita sano, combinando scelte alimentari salutari ed esercizio fisico, attraverso lo sviluppo delle risorse personali e interpersonali degli stessi ragazzi: autostima, autoefficacia, capacità di interazione, condivisione con l'altro.

In collaborazione con:





Commentando i risultati della prima fase del progetto **Peers4Food**, **Barbara Loera** afferma: *"I dati che abbiamo rilevato confermano quello che abbiamo, in fondo, sempre saputo: che i ragazzi, opportunamente stimolati e seguiti, diventano attivi e propositivi, desiderosi di essere protagonisti della costruzione di un nuovo stile di vita.*

*Peers4Food dimostra che, con un approccio diverso, lo stile di vita corretto, un'alimentazione sana e, soprattutto, lo spirito di gruppo e la solidarietà tra pari per i nostri ragazzi sono obiettivi raggiungibili e, speriamo, duraturi. Inoltre, - continua la **Responsabile scientifica** del progetto, - le risultanze del gruppo di controllo a Varsavia – costituito da un gruppo di ragazzi "omogenei" per età e sesso – rendono l'approccio di **Peers4Food** un modello replicabile in altri contesti culturali, ovviamente adattato alle diverse realtà, tradizioni culinarie e situazioni climatiche."*

*"Il progetto Peers4Food", ha sottolineato **Carlotta Salerno, assessora della Città di Torino con deleghe all'Istruzione e alle Politiche giovanili** "è pienamente in linea con l'attenzione e l'impegno dell'Amministrazione comunale verso i più giovani in tema di educazione alimentare e tutela della salute.*

L'ambito scolastico, sotto questo aspetto, può sicuramente offrire - ha aggiunto l'assessora Salerno - opportunità da non perdere per promuovere e realizzare iniziative di sensibilizzazione sull'adozione di stili di vita corretti, insegnando ad alimentarsi in modo salutare, stimolando la pratica di attività fisica e, nel complesso, orientando gli adolescenti verso comportamenti sani e positivi per la loro crescita.

Desidero ringraziare il centro di formazione professionale ENGIM Piemonte "Artigianelli" Torino, l'Università degli studi di Torino, l'Asl Città di Torino, l'associazione CFS e tutti coloro che, a vario titolo, stanno collaborando alla realizzazione di questo progetto lodevole e importante per l'educazione dei nostri ragazzi e, di fatto, per la loro vita presente e futura".

Peers4Food ha trovato un partner importante in **ENGIM Piemonte "Artigianelli"** Torino, che ha messo a disposizione spazi, risorse e, soprattutto, ha coinvolto i suoi allievi nel progetto, supportando attivamente i ricercatori e i suoi ragazzi.

In collaborazione con:



Secondo **Fabrizio Revello, Responsabile per i corsi O.I. Obbligo d'Istruzione della sede ENGIM**

Piemonte "Artigianelli" Torino: *"É stata un'esperienza che ha realmente coinvolto ed entusiasmato le ragazze e i ragazzi che hanno partecipato. Studenti provenienti da percorsi diversi e con età diverse si sono messi in gioco e hanno affrontato questa sfida, consapevoli di quanto sia importante uno stile di vita sano. Affiancati da uno psicologo, una pediatra, una dietista e un istruttore di educazione fisica, hanno parlato di abitudini alimentari, fatto esercizio fisico, e cercato di trovare il modo migliore per stare in forma. Giorno dopo giorno, imparando a scegliere in modo consapevole".*

I risultati e la ricerca di **Peers4Food** verranno a breve sottoposti a EIT Food per una verifica del raggiungimento degli obiettivi a seguito della quale partirà, si spera, la seconda fase, che coinvolgerà nuovi gruppi di ragazzi e che vedrà i primi protagonisti del progetto diventare mentori dei loro coetanei. Contemporaneamente, dopo un necessario adattamento, partiranno i primi gruppi di adolescenti in Polonia e in Spagna, esportando il modello Peers4Food in Italia e in Europa.

L'equipe di Peers4Food:

- **Barbara Loera** – Responsabile scientifico, Psicologa, Professoressa Associata di Psicometria;
- **Giorgia Molinengo** – Psicologa, Ricercatrice in Psicometria;
- **Filippo Rutto** – Psicologo e psicoterapeuta;
- **Filippo Bernardo e Gian Lorenzo Silvagno** – Personal Trainer;
- **Chiara Menardo** – Social media manager;
- **Manuela Pagano** – Medico pediatra;
- **Marina Spanu** – Dietista;

I partner:

- **ENGIM Piemonte "Artigianelli" Torino** – Corso Palestro 14, Torino;
- **Asl Città di Torino** – Servizio Igiene degli alimenti e della nutrizione;
- **C. F. S. ssd arl.** – Associazione sportiva.

Ufficio stampa e comunicazione

Chiara Menardo

Mobile 380 6919151

ufficiostampa@chiaramenardo.it

www.soloa.it

In collaborazione con: