



2019–2026: dai percorsi alle comunità attive

Risultati del progetto
“FVG in movimento – 10.000 passi di salute”



1985–86/2025–26

DIES

DIPARTIMENTO
DI SCIENZE ECONOMICHE
E STATISTICHE
UNIVERSITÀ DEGLI
STUDI DI UDINE



Laura Pagani

Dipartimento di Scienze Economiche
e Statistiche dell'Università
degli Studi di Udine



Convegno

**Alleanze per la Salute pubblica.
Informare per stare bene e restare attivi.**

FVG IN MOVIMENTO. 10 mila passi di Salute 2019–2026.
Risultati e proposte.

Udine, 25 maggio 2026



Un progetto che cammina insieme ai territori, per costruire ogni giorno comunità più sane, coese e attive.



Il Progetto in 4 parole

S

SOSTENIBILITÀ:

conservazione e tutela del patrimonio culturale, artistico e ambientale attraverso la valorizzazione dei percorsi pedonali

P

PARTECIPAZIONE:

creazione di una rete di soggetti, a diversi livelli di governance: Regione, Federsanità ANCI FVG, Comuni, Associazioni, Cittadini

I

INCLUSIONE:

attivazione di percorsi che non presentano particolari difficoltà, facilmente percorribili ed adatti a tutti

N

NATURALITÀ:

promozione dell'equilibrio e dell'interazione armoniosa tra le persone e l'ambiente naturale circostante



Quanta strada ha fatto il Progetto...



Totale

- 129 Percorsi
- 138 Comuni
- 800 Chilometri

2019

Primo bando

- 30 Percorsi
- 38 Comuni
- 164 Chilometri

2021

Secondo bando

- 33 Percorsi
- 32 Comuni
- 183 Chilometri

2023

Terzo Bando

- 19 percorsi
- 21 Comuni
- 128 Chilometri

2024
2026

Inviti ad aderire

- 47 percorsi
- 47 Comuni
- 325 Chilometri

2019-2026



Un impatto ampio e trasversale sul territorio

La partecipazione coinvolge Comuni e una quota significativa della popolazione residente* —

64%



COMUNI
PARTECIPANTI

87%



RESIDENTI*

86%



RESIDENTI
OVER 65*

88%

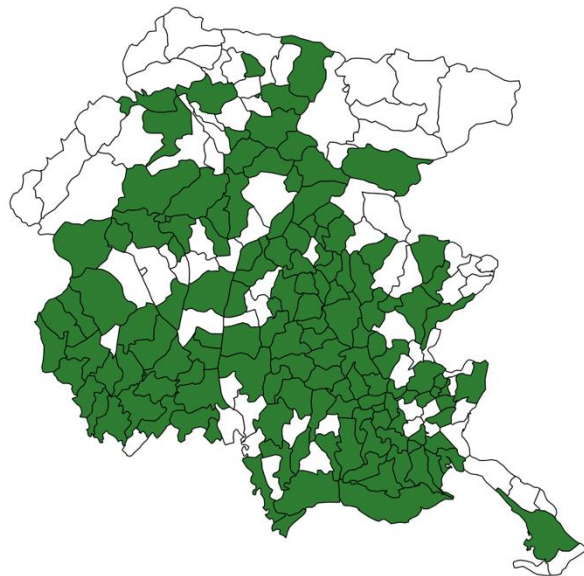


RESIDENTI
UNDER 15*

* Percentuale di popolazione residente nei Comuni aderenti al progetto.

FVG in Movimento - 10.000 passi di salute

Adesioni cumulative: Inviti ad aderire



■ Comune aderente □ Non aderente

Confini comunali: ISTAT 2026; dati adesioni: elaborazione da file Excel

I 129 percorsi...



89%

su terreno misto
(sterrato più asfalto)



51%

ad accesso
facilitato



Tutti consentono
l'accesso agli animali



Si sviluppano per
872 chilometri



Le mappe Google hanno avuto
1.315.339 visualizzazioni.





Partecipazione alle attività svolte nell'ambito del progetto



106 percorsi inaugurati con la partecipazione di più di **3.000** persone



Corsi per walking leader:
8 incontri teorico-pratici con la partecipazione di circa **350** persone



Corsi di ginnastica per over 65:
2 edizioni, **35** Comuni, **1.150** partecipanti



Passeggiate della salute:
65 passeggiate, **80** istruttori, circa **3.200** partecipanti





IL PROGETTO È SOCIAL



10.261
FOLLOWER

sulla pagina Facebook
dedicata al progetto



Negli ultimi 60 giorni il profilo ha totalizzato

111.434 VISUALIZZAZIONI

+69,8% rispetto al periodo precedente —
una crescita netta.



I due post più “popolari” hanno avuto
quasi **20.000** VISUALIZZAZIONI
e **130** REAZIONI


10.500




9.300



La pagina si conferma una **preziosa fonte di informazione**
sulle attività del progetto e quelle ad esso collegate,
sia per i follower che per i non follower.



Due indagini, due punti di vista

- Negli ultimi mesi sono state avviate due indagini parallele attraverso la somministrazione di questionari rivolti a due target differenti: amministratori locali/sindaci e cittadini.
- L'indagine rivolta ai sindaci e agli amministratori ha l'obiettivo di approfondire l'atteggiamento verso la promozione della salute e del benessere, la fattibilità delle iniziative territoriali, gli ostacoli incontrati e le prospettive future.
- L'indagine rivolta ai cittadini approfondisce invece attività fisica, benessere percepito, partecipazione alle attività e valutazione del progetto "FVG in movimento – 10.000 passi di salute".
- Entrambe le indagini valutano il progetto da prospettive differenti: quella istituzionale/amministrativa e quella dei cittadini/fruitori.
- Qui vengono presentati alcuni risultati preliminari





Questionario Sindaci/Amministratori

La voce dei territori per promuovere salute e benessere



Iniziata
a gennaio 2026



27
questionari compilati
da sindaci/amministratori.

63%
(17 su 27)

amministra
piccoli comuni
(meno di 5.000
abitanti).



26 su 27

hanno realizzato
nei mesi scorsi
iniziative rivolte alla
promozione della salute



passeggiate



incontri
tematici



corsi di
ginnastica

anche nell'ambito del progetto.



riesce a trasformare in
azioni concrete le idee che
riguardano iniziative legate
ai temi della salute.

Tuttavia, incontra degli **ostacoli**
che riguardano per lo più:



complessità
amministrative



limitate disponibilità
di tempo e/o
di personale



23 su 27

pensano, nei prossimi 12 mesi,
di avviare **almeno un'iniziativa**
che riguarda i temi della salute.



26 su 27

sindaci/amministratori
partecipano al progetto.





Indagine rivolta ai sindaci/amministratori della Regione



QUESTIONARIO COMPILATI

27

sindaci/amministratori

In una scala da 1 (per niente) a 5 (molto), quanto ritiene che, all'interno del suo Comune, il progetto abbia contribuito a:

1 Per niente

2 Poco

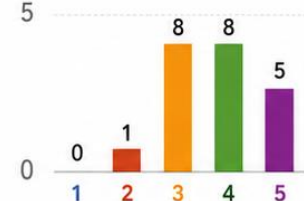
3 Abbastanza

4 Molto

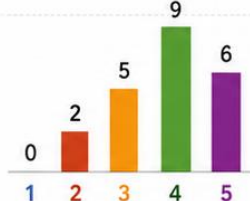
5 Moltissimo



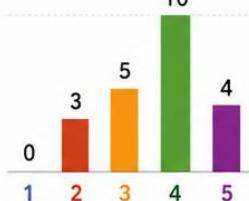
favorire il benessere dei cittadini



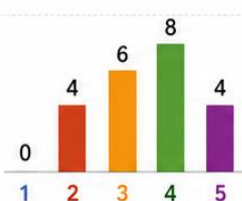
incoraggiare la socialità dei cittadini



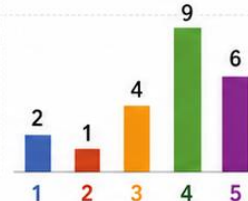
favorire l'inclusione attraverso attività fisica accessibile a tutti



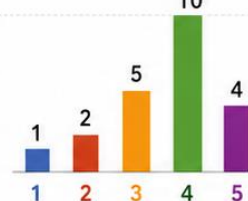
agevolare l'attività delle associazioni presenti sul territorio



valorizzare il territorio dal punto di vista turistico



contribuire alla manutenzione del territorio



GIUDIZIO MEDIANO

4 per tutti gli aspetti indagati



I sindaci/amministratori riconoscono al progetto un **impatto positivo** su tutti gli ambiti considerati.



Indagine rivolta ai sindaci/amministratori della Regione

Punti di forza del Progetto: il progetto viene percepito non solo come iniziativa orientata all'attività fisica, ma anche come strumento di socializzazione, valorizzazione del territorio e promozione del benessere

Punti di debolezza del Progetto: sostenibilità organizzativa, coinvolgimento della cittadinanza e continuità delle iniziative

RISULTATI PRELIMINARI DEL QUESTIONARIO

Partecipanti ai percorsi e alle attività del progetto



Aviato:
aprile 2026



Questionari pervenuti:
141



Analisi su partecipanti
n=85
(conoscono il progetto
e partecipano alle attività)

1 PROFILO DEI PARTECIPANTI



82,4%

DONNE



66%

LAUREATI



55%

CONIUGATI/E



51

ETÀ MEDIA
(ANNI)

2 COME HANNO CONOSCIUTO IL PROGETTO



Pagina
Facebook



Passaparola



3 SODDISFAZIONE MEDIA (scala da 1 a 10)



FRUIZIONE
DEI PERCORSI



PASSEGGIATE
DELLA SALUTE



CORSI DI GINNASTICA
PER OVER 65



4 IMPATTO SUL TERRITORIO E SUL BENESSERE



55%

dei partecipanti si è fermato
dopo le attività per prendere
un caffè, fare colazione,
pranzare o visitare i luoghi
circostanti



SPESA MEDIA
circa **6 €**

33%



ha percepito un
miglioramento nel
suo stato di salute

35%



ha percepito un
miglioramento nel
suo stato di benessere emotivo



INSIEME PER UN FVG SEMPRE PIÙ ATTIVO, SANO E CONNESSO

Il progetto promuove movimento, socialità, benessere e valorizzazione del territorio, generando un impatto positivo sulle persone e sulle comunità.



CONTINUIAMO A FARE INSIEME
I NOSTRI 10.000 PASSI DI SALUTE!

Indagine rivolta ai cittadini della Regione

- L'analisi degli 8 item di efficacia percepita suggerisce due dimensioni principali (analisi fattoriale): una dimensione di attivazione/comunità e una dimensione di miglioramento percepito di salute e benessere emotivo.
- Emergono tre profili (analisi cluster): partecipanti coinvolti e attivati, partecipanti occasionali/engagement leggero, e attivi autonomi con benefici percepiti più limitati.
- Questi profili non vanno interpretati come classificazioni rigide, ma come strumenti per orientare comunicazione, accompagnamento, inclusione e consolidamento delle comunità attive



1 PARTECIPANTI COINVOLTI E ATTIVATI

n 34
(40.00%)

Profilo più rappresentato

Profilo più vicino all'idea di comunità attiva

Efficacia media (1-5): **3,78** (★★★★☆)

Engagement medio (0-100): **89,70** (8 icons)

Partecipazione media (0-4): **2,97** (2.97 icons)

✓ Partecipazione elevata, engagement alto e benefici percepiti più forti.

2 PARTECIPANTI OCCASIONALI / ENGAGEMENT LEGGERO

n 23
(27.10%)

Partecipazione più contenuta

Percezione positiva degli effetti quando il contatto avviene

Efficacia media (1-5): **3,43** (★★★☆☆)

Engagement medio (0-100): **66,50** (6.65 icons)

Partecipazione media (0-4): **1,04** (1.04 icons)

✓ Partecipazione più contenuta alle attività strutturate, ma percezione positiva degli effetti quando il contatto con il progetto avviene.

3 ATTIVI AUTONOMI CON BENEFICI LIMITATI

n 28
(32.90%)

Buon livello di attività fisica

Profilo funzionale / autonomo

Efficacia media (1-5): **1,64** (★☆☆☆☆)

Engagement medio (0-100): **81,10** (8.11 icons)

Partecipazione media (0-4): **1,71** (1.71 icons)

✓ Buon livello di attività fisica e conoscenza del progetto, ma benefici percepiti e socialità più deboli: profilo funzionale/autonomo.

CARATTERISTICHE INDIVIDUALI DEI PROFILI

PROFILO CLUSTER	PERSONE	ETÀ MEDIA (anni)	DONNE (%)	FREQUENTA Percorsi (%)	PARTECIPA ATTIVITÀ (%)	PARTECIPA PASSEGGIATE (%)	PARTECIPA GINNASTICA (%)	N. ATTIVITÀ MEDIE (0-4)
1 Partecipanti coinvolti e attivati	34	59,12	85,30%	100,00%	97,10%	76,50%	23,50%	2,15
2 Partecipanti occasionali / engagement leggero	23	50,04	87,00%	81,80%	13,00%	13,00%	0,00%	0,22
3 Attivi autonomi con benefici limitati	28	48,32	75,00%	85,70%	57,10%	25,00%	3,60%	0,89

OBIETTIVO COMUNE

Conoscere questi profili ci aiuta a valorizzare i punti di forza e a progettare strategie mirate per coinvolgere sempre più persone.



DIVERSI MODI DI PARTECIPARE, UN UNICO OBIETTIVO: PROMUOVERE SALUTE, BENESSERE E COMUNITÀ ATTIVE



Indagine rivolta ai cittadini della Regione

- Tra chi conosce e partecipa al progetto, emerge come questo riesca, oltre al semplice camminare, ad attivare motivazione, routine di movimento e occasioni di socialità.
- Accanto a un nucleo di partecipanti fortemente coinvolti, si osservano profili più occasionali o autonomi: questo indica che il progetto, pur essendo in grado di sviluppare dei gruppi di persone fortemente motivate ed attive, offre ancora margini per rafforzare continuità, inclusione e senso di appartenenza.

Conclusioni

- Una rete regionale in movimento. I percorsi attivati sull'intero territorio regionale hanno promosso passeggiate, incontri ed eventi che hanno coinvolto migliaia di persone, sempre più interessate al movimento, alla socialità e alla scoperta del territorio.
- Salute, benessere e comunità attive. Il progetto ha favorito nuove occasioni di benessere, relazioni umane, inclusione e contatto con la natura, contribuendo alla crescita di comunità più attive e partecipative.
- Il ruolo centrale dei Comuni e delle associazioni. Grazie alla collaborazione tra Regione, Comuni, associazioni e volontari, si sono sviluppate reti territoriali e nuove "alleanze per la salute e l'invecchiamento attivo".
- Un patrimonio da valorizzare. "FVG in movimento – 10.000 passi di salute" rappresenta oggi un esempio concreto di promozione della salute e partecipazione territoriale, un patrimonio regionale sul quale continuare a investire.

Grazie per l'attenzione!

QR code per link al questionario



Sindaci



Cittadini

laura.pagani@uniud.it

