



LA RETE REGIONALE “CITTA’ SANE” FVG

Il **Progetto Città Sane** dell'O.M.S. (Organizzazione Mondiale della Sanità) è un'iniziativa di sviluppo internazionale a lungo termine, che ha come scopo quello di promuovere attraverso le municipalità - in Europa e negli altri continenti e in accordo con i principi ispiratori di sviluppo sostenibile di Agenda XXI Locale - strategie locali e globali d'azione che portino ad un miglioramento della salute e del benessere fisico, psichico e sociale dei cittadini nell'ambiente e nel contesto storico in cui vivono.

Il Progetto rappresenta un importante tentativo di sperimentare nelle città le premesse teoriche della promozione della salute, privilegiando un approccio basato su due principi chiave della strategia “Salute per tutti”, cioè l'azione intersettoriale e la partecipazione comunitaria. Il suo obiettivo principale è promuovere la salute della città e dei suoi abitanti attraverso un'azione globale, basata sull'agire integrato di tutte le componenti della vita cittadina.

La **Rete Città Sane del Friuli Venezia Giulia** è stata costituita in occasione della conferenza regionale sul Progetto "Città Sane" promossa da Federsanità A.N.C.I. – FVG nell'aprile del 1999. tale rete, che attualmente conta 55 comuni in regione ed è presieduta dal Comune di Udine, si propone le seguenti finalità:

- Esprimere l'impegno dei Sindaci ad assumere un ruolo attivo al fine di creare alleanze strategiche per promuovere la Salute per Tutti e lo sviluppo sostenibile per il 21 secolo sia in ambito regionale che locale;
- Promuovere lo scambio di conoscenze ed esperienze sullo sviluppo delle politiche per la salute a livello locale e regionale per perseguire obiettivi di economicità, efficacia ed efficienza;
- Incoraggiare azioni intersettoriali ed interistituzionali per il miglioramento della qualità della vita della comunità;
- Partecipare attivamente a tavoli regionali di pianificazione sui temi della salute e dello sviluppo sostenibile ed assumere posizioni comuni nei confronti delle politiche statali, regionali e provinciali;
- Rafforzare l'impegno per la divulgazione a tutte le realtà regionali dei principi e delle strategie di attuazione del Progetto Città Sane;
- Promuovere l'adesione ai principi ed obiettivi della Salute per Tutti anche da parte delle Aziende per i Servizi Sanitari ed in generale di tutte le istituzioni che si occupano di promozione e sviluppo della salute, dello sviluppo sostenibile e della qualità della vita;
- Stimolare la realizzazione del Profilo e del Piano di Salute delle Città nonché dell'Agenda 21 Locale per lo sviluppo sostenibile;
- Collaborare nell'individuazione, definizione ed elaborazione di indicatori di salute al fine di razionalizzare le iniziative dei singoli Enti;
- Individuare e realizzare congiuntamente servizi che perseguano le finalità di cui agli indirizzi dell'O.M.S. relativi al Progetto Città Sane;
- Definire, promuovere e realizzare congiuntamente campagne di sensibilizzazione ed iniziative di comunicazione e promozione relative al Progetto Città Sane;
- Supportare la realizzazione del Progetto Città Sane nei piccoli Comuni della regione.

Alla Rete Città Sane del Friuli Venezia Giulia possono partecipare tutti i comuni della regione, previa adesione ai principi e agli obiettivi del Progetto Europeo Città Sane; tale adesione deve essere formalizzata attraverso una delibera del proprio Consiglio Comunale.

La Rete, grazie al contributo finanziario della Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia, ha iniziato a lavorare attivamente condividendo progetti e iniziative di promozione della salute a partire dal 2004.

Presidente della Rete: Prof. Furio Honsell, Sindaco di Udine
Coordinatore Tecnico Scientifico: Dott.ssa Gianna Zamaro

Per informazioni:

Ufficio Integrato - Progetto O.M.S. "Città Sane"

Vicolo Sottomonte, 34 – 33100 Udine

Tel. 0432 229525 - 271384 - 271387

fax: 0432 271386

e – mail: healthy.cities@comune.udine.it

2004/05

PROGETTO DI EDUCAZIONE ALIMENTARE E SENSIBILIZZAZIONE AL GUSTO

“MELANCH'IO”

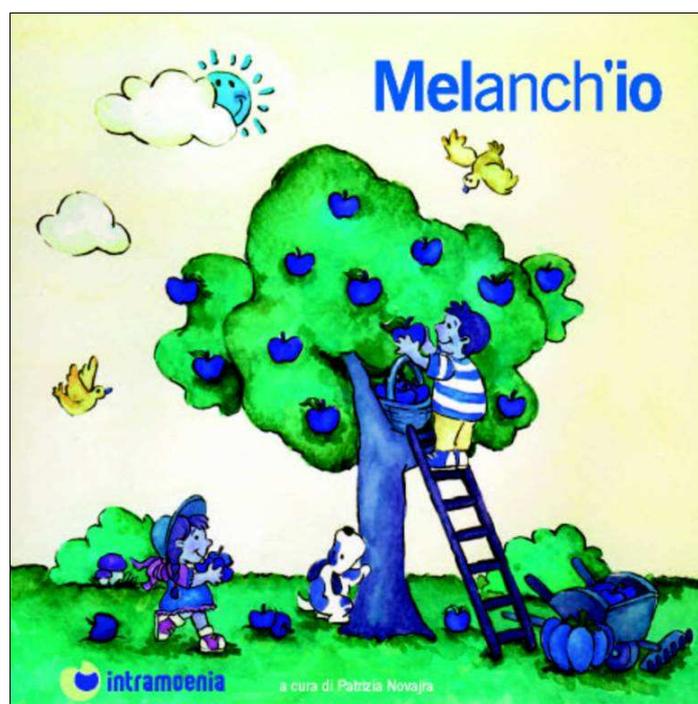
Per quanto riguarda le attività della rete, è stato scelto per l'anno 2004/05, grazie alla sua facile replicabilità su tutto il territorio regionale, il progetto di educazione alimentare e sensibilizzazione al gusto “Melanch'io”, che ha coinvolto i comuni di: Bertolino, Codroipo, Cormons, Fagagna, Martignacco, Mortegliano, Pasiano di Pordenone, Pavia di Udine, Pozzuolo del Friuli, Pradamano, Precenicco, Tarvisio, Tolmezzo, Zoppola.

Il progetto era indirizzato ai bambini delle scuole materne (specificatamente alla fascia d'età 4-6 anni) e gestito sul territorio in collaborazione con l'Associazione “Intramoenia” e con l'aiuto di esperti in tecnologia alimentare e specialisti della comunicazione. L'obiettivo principale è stato quello di avvicinare e sensibilizzare i bambini a gusti semplici e naturali, come può essere quello della mela, e di educarli a un'alimentazione corretta e a sani stili di vita attraverso un approccio allegro e divertente. Il progetto ha previsto infatti la distribuzione nelle scuole di un libro operativo a schede, redatto in cinque lingue quante sono quelle parlate nella nostra regione, sulla base del quale sono state poi sviluppate le attività con i bambini nelle classi.

Le idee portanti di quest'iniziativa sono state:

- L'educazione al gusto in età precoce, lavorando principalmente su tre concetti, ovvero il contatto visivo, olfattivo e tattile con alimenti freschi ed alimenti trasformati; l'assaggiare/distinguere, in particolare frutti; il fare, ad esempio lo yogurt, il succo, la polpa, il frullato in classe, etc.;
- Il coinvolgimento dei genitori;
- Il coinvolgimento degli insegnanti;
- La cultura della differenza, differenze di cibi, di frutta (sono stati utilizzati 8 diversi tipi di mele) e di lingue.

Si è voluto, in sintonia con i dettami dell'O.M.S., promuovere l'idea di una progettazione partecipata che, coinvolgendo genitori e insegnanti, settore pubblico e privato, permettesse di “fare rete” e di lavorare assieme per rendere l'azione veramente efficace.



2005/06

PROGETTO DI PROMOZIONE DELLA MOBILITÀ ED EDUCAZIONE ALLA SICUREZZA STRADALE

“STRADA FACENDO” e “LA STRADA INFINITA”

I temi centrali delle attività della rete per il 2005/06 sono stati la mobilità e la sicurezza stradale.

La progettualità scelta dall'Assemblea dei Sindaci della rete si è articolata in due fasi: la prima, incentrata sulla mobilità scolastica, si è concretizzata nel progetto "**Strada Facendo**", mentre la seconda, focalizzata sull'educazione alla sicurezza stradale, è stata promossa attraverso il progetto "**La Strada Infinita**".



Il progetto "**Strada facendo**", promosso dall'Associazione La Città Possibile F.V.G., si è posto come obiettivi generali la sensibilizzazione e l'informazione sulla condizione dei bambini negli spazi e nei tempi della città, sui rischi da inquinamento, sull'importanza del gioco e delle risorse giovanili e, infine, sull'infanzia come unità di riferimento della qualità della vita. ha voluto inoltre fornire informazioni utili sulle tecniche di moderazione del traffico e sicurezza stradale per una strategia comune volta a far fronte all'alto numero di incidenti stradali. Obiettivi specifici del progetto sono stati la costituzione in ogni Comune di un "Comitato Mobilità Scolastica" con un suo "Regolamento" interno, la costituzione di un "Archivio Buone Pratiche" e la stipula di un protocollo d'intesa.

Concretamente il progetto si è sviluppato attraverso incontri di lavoro (1 gruppo di lavoro per ogni provincia) e seminari di informazione e formazione. Sono stati inoltre promosse le seguenti iniziative:

- BIMBIMBICI nel maggio 2006 - iniziativa promossa a livello nazionale dalla FIAB (Federazione italiana Amici della Bicicletta) - il cui tema fondamentale è stato "Via le auto davanti alle scuole";
- SETTIMANA EUROPEA DELLA MOBILITA' dal 16-22 settembre 2006, evento che si è integrato con le altre iniziative organizzate sul territorio dalle singole amministrazioni.

Il progetto "**La strada infinita: prima e dopo il punto limite**" ha invece coinvolto gli studenti delle scuole superiori delle "Città Sane" del F.V.G., i loro genitori e i loro insegnanti, con l'obiettivo di contribuire alla formazione globale della personalità del giovane, permettendogli di acquisire maggiori conoscenze in merito ai fattori che possono causare pericoli e danni alla circolazione stradale (farmaci che agiscono sui riflessi, droga, alcol, stanchezza, ecc.), alle conseguenze prodotte dall'inquinamento dell'aria e acustico, e di sviluppare maggior consapevolezza delle proprie capacità e dei propri limiti e un maggior rispetto per la propria vita e per la vita altrui.

Sono state sviluppate due iniziative fondamentali: la rappresentazione teatrale "Quattro giorni di assoluto silenzio" e il Convegno "I Giovani e i pericoli della strada". Per valutarne l'efficacia si è ritenuto opportuno attuare un monitoraggio dell'iniziativa attraverso una scheda di rilevazione del gradimento dello spettacolo teatrale distribuita agli studenti subito dopo la rappresentazione.

Entrambi i progetti hanno voluto promuovere su tutto il territorio regionale l'educazione della comunità a una nuova cultura della strada e stimolare riflessioni e cambiamenti comportamentali in merito ai concetti di mobilità scolastica, educazione al senso del limite, cultura del movimento e della relazione.

2006/07

PROGETTO DI EDUCAZIONE ALIMENTARE E LOTTA ALL'OBESITÀ

“MERENDE PER TUTTI”

Per l'anno 2006/07 la Rete Regionale ha previsto l'implementazione di un nuovo progetto di educazione alimentare, denominato “**Merende per Tutti**”, come iniziativa finalizzata a promuovere la salute dei cittadini e lo sviluppo del territorio in conformità con gli obiettivi e i principi generali contenuti nel Piano Sanitario Nazionale 2003-2005, le Linee annuali per la gestione del Servizio Sanitario Regionale 2006, e le priorità definite dall'O.M.S. per quanto attiene la prevenzione dell'obesità.

Facendo riferimento all'esperienza positiva realizzata nelle Scuole di Udine con il Progetto “Il Contratto della Merenda”, il Progetto “Merende per tutti” si è posto l'obiettivo di favorire lo sviluppo di una “cultura condivisa” di promozione della salute tra scuola, famiglia, territorio e strutture sanitarie, al fine di attivare alleanze e collaborazioni affidabili e competenti nell'educazione alimentare, in particolare dei bambini delle scuole primarie.

Al progetto, gestito sul territorio in collaborazione con l'Azienda per i Servizi Sanitari n. 4 “Medio Friuli”, hanno aderito 14 comuni: Buttrio, Capriva del Friuli, Cormòns, Codroipo, Fagagna, Fontanafredda, Gorizia, Martignacco, Mortegliano, Pavia di Udine, Pradamano, Remanzacco, Sacile e Zoppola.

Nello specifico, il progetto ha voluto affrontare il tema dell'educazione alimentare tra i bambini attraverso un approccio integrato e condiviso tra tutti i soggetti coinvolti nel processo di promozione della salute, ovvero operatori dell'Azienda sanitaria, dell'Amministrazione, dell'Università, ma anche Scuola e Famiglia.

Tale coinvolgimento si è esplicitato attraverso incontri di condivisione e approfondimento dei contenuti e degli aspetti organizzativi con le Amministrazioni e con i Dirigenti Scolastici e l'offerta alle scuole di un'attività di formazione/informazione con un numero rappresentativo di insegnanti per l'avvio di un percorso di integrazione dei linguaggi, dei criteri e dei metodi dell'educazione alla salute nella scuola. Sono stati infatti organizzati 2 Laboratori di Formazione per insegnanti ed operatori sanitari, finalizzati a condividere i riferimenti concettuali, strategici e metodologici che possono consentire di svolgere efficacemente il ruolo di educatori alla salute.

Infine i Comuni e le Direzioni Didattiche hanno organizzato la “Settimana della merenda ideale” per le Scuole primarie che avevano aderito (15 plessi) e per alcune Scuole dell'Infanzia (5 plessi), coinvolgendo più di 3000 bambini con gli insegnanti e le relative famiglie. L'iniziativa è nata dall'osservazione degli insegnanti dell'abitudine dei bambini a consumare una merenda di metà mattina spesso troppo abbondante, e dalla consapevolezza che la collaborazione dei genitori era determinante per migliorare la sua composizione. Si è concretizzata nell'offerta ai bambini di merende a base di frutta fresca, o yogurt, o pane speciale, ed in una varietà di iniziative collaterali di coinvolgimento degli adulti e di supporto ai bambini.

Il consenso e lo spirito di collaborazione cresciuti intorno a queste iniziative hanno sostenuto la proposta dei Comuni di adozione di Protocolli d'intesa tra Comune, Direzioni Didattiche/Istituti Comprensivi ed ASS per “elaborare ed avviare programmi/progetti condivisi per l'attuazione di iniziative annuali e/o pluriennali in tema di educazione a sani stili di vita, mettendo a disposizione le competenze le risorse umane e finanziarie disponibili.” L'intesa ha previsto altresì che le azioni siano condotte nell'ottica di un processo partecipato, condiviso ed interistituzionale, atto a sviluppare una modalità di lavoro in rete e prevedendo il coinvolgimento dei soggetti pubblici e privati interessati del territorio.



2006/07

PROGETTO DI PROMOZIONE DELLA SICUREZZA STRADALE

“MESSA IN SICUREZZA DELLE AREE SCOLASTICHE IN AMBITO URBANO E DEI PERCORSI CASA-SCUOLA NEI COMUNI DI UDINE, CORMÒNS E SACILE”

Il progetto “**Messa in sicurezza delle aree scolastiche in ambito urbano e dei percorsi casa-scuola nei comuni di Udine, Cormòns e Sacile**” è stato finanziato e promosso dalla Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia, Direzione Centrale Pianificazione Territoriale, Energia, Mobilità e Infrastrutture di Trasporto, che ha assegnato alla Rete Regionale Città Sane FVG l’incarico di realizzare un intervento pilota di analisi del contesto e delle criticità delle aree urbane, adottando un processo integrato che coinvolgesse non solo le istituzioni, ma anche le scuole. L’obiettivo è stato quello di elaborare un modello replicabile ed esportabile di interventi che consentissero una maggiore sicurezza in prossimità dei plessi scolastici o nei percorsi atti a raggiungerli.

A tal fine sono stati individuati tre Comuni della Regione che rappresentassero diverse tipologie urbane (comune di grandi, medie e piccole dimensioni) ed una diversificata caratterizzazione dei plessi scolastici.

La scelta dei comuni di Udine, Cormòns e Sacile, presso i quali è stato sviluppato il progetto, è stata motivata principalmente da due fattori:

- le tre realtà erano accomunate da precedenti significative esperienze sulla sicurezza e l’autonomia degli studenti nei percorsi casa-scuola;
- la varietà delle situazioni oggetto di studio ha reso la sperimentazione metodologica ed applicativa sufficientemente esaustiva rispetto alle situazioni riscontrabili in ambito regionale.

La caratteristica più significativa del progetto è data dal fatto che il modello è stato elaborato attraverso l’integrazione di un’analisi prettamente tecnica delle aree considerate con i dati emersi da un’analisi di tipo sociale sulla percezione di rischio e sull’esperienza quotidiana sulla strada da parte di bambini e genitori (dati raccolti attraverso questionari). Il risultato finale è stato l’elaborazione di uno studio di fattibilità, con le proposte di intervento per la messa in sicurezza delle aree in prossimità delle scuole e dei percorsi atti a raggiungerle, l’ordine di priorità e una stima dei costi.

Sulla base di una convenzione sottoscritta dai cinque soggetti coinvolti (Regione, Rete Città Sane, tre comuni), la Regione ha deciso di avviare una seconda fase volta alla realizzazione delle opere previste dallo studio di fattibilità, suddivise per lotti.

I primi interventi, che dovranno essere realizzati entro la fine del 2008, riguardano:

- per il Comune di Udine l’“Area PEEP Est: Primaria A. Friz, Via xxv Aprile, n. 1 e Secondaria di 1° grado Bellavitis, Via XXV Aprile, n. 3” con un finanziamento di pari a € 311.815,00=;
- per il Comune di Sacile l’“Area San Giovanni del Tempio” con un finanziamento pari a € 168.984,00=;
- per il Comune di Cormòns l’“Area Polo Scolastico” con un finanziamento pari a € 170.665,00=;

Al termine dei lavori è prevista una fase di monitoraggio, sempre finanziata dalla Regione e a cura della Rete Regionale Città Sane – FVG, con l’obiettivo di valutare l’efficacia degli interventi realizzati e del modello precedentemente elaborato.

REGIONE AUTONOMA FRIULI VENEZIA GIULIA
Direzione Centrale Pianificazione Territoriale, Energia, Mobilità e Infrastrutture di Trasporto

RETE REGIONALE CITTÀ SANE FVG
Città di Udine, Cormòns e Sacile

COMUNE DI UDINE
COMUNE DI CORMÒNS
COMUNE DI SACILE

PRESENTAZIONE DEL PROGETTO:
messa in sicurezza delle aree scolastiche in ambito urbano e dei percorsi casa-scuola nei comuni di Udine, Cormòns e Sacile

Il progetto “Messa in sicurezza delle aree scolastiche in ambito urbano e dei percorsi casa-scuola nei comuni di Udine, Cormòns e Sacile” è stato promosso dalla Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia, Direzione Centrale Pianificazione Territoriale, Energia, Mobilità e Infrastrutture di Trasporto, che ha assegnato alla Rete Regionale Città Sane FVG l’incarico di realizzare un intervento pilota di analisi del contesto e delle criticità delle aree urbane, adottando un processo integrato che coinvolgesse non solo le istituzioni, ma anche le scuole. L’obiettivo è stato quello di elaborare un modello replicabile ed esportabile di interventi che consentissero una maggiore sicurezza in prossimità dei plessi scolastici o nei percorsi atti a raggiungerli.

La scelta dei comuni di Udine, Cormòns e Sacile, presso i quali è stato sviluppato il progetto, è stata motivata principalmente da due fattori:

- le tre realtà erano accomunate da precedenti significative esperienze sulla sicurezza e l’autonomia degli studenti nei percorsi casa-scuola;
- la varietà delle situazioni oggetto di studio ha reso la sperimentazione metodologica ed applicativa sufficientemente esaustiva rispetto alle situazioni riscontrabili in ambito regionale.

La caratteristica più significativa del progetto è data dal fatto che il modello è stato elaborato attraverso l’integrazione di un’analisi prettamente tecnica delle aree considerate con i dati emersi da un’analisi di tipo sociale sulla percezione di rischio e sull’esperienza quotidiana sulla strada da parte di bambini e genitori (dati raccolti attraverso questionari). Il risultato finale è stato l’elaborazione di uno studio di fattibilità, con le proposte di intervento per la messa in sicurezza delle aree in prossimità delle scuole e dei percorsi atti a raggiungerle, l’ordine di priorità e una stima dei costi.

Sulla base di una convenzione sottoscritta dai cinque soggetti coinvolti (Regione, Rete Città Sane, tre comuni), la Regione ha deciso di avviare una seconda fase volta alla realizzazione delle opere previste dallo studio di fattibilità, suddivise per lotti.

I primi interventi, che dovranno essere realizzati entro la fine del 2008, riguardano:

- per il Comune di Udine l’“Area PEEP Est: Primaria A. Friz, Via xxv Aprile, n. 1 e Secondaria di 1° grado Bellavitis, Via XXV Aprile, n. 3” con un finanziamento di pari a € 311.815,00=;
- per il Comune di Sacile l’“Area San Giovanni del Tempio” con un finanziamento pari a € 168.984,00=;
- per il Comune di Cormòns l’“Area Polo Scolastico” con un finanziamento pari a € 170.665,00=;

Al termine dei lavori è prevista una fase di monitoraggio, sempre finanziata dalla Regione e a cura della Rete Regionale Città Sane – FVG, con l’obiettivo di valutare l’efficacia degli interventi realizzati e del modello precedentemente elaborato.

UDINE, 21 SETTEMBRE 2007 – ORE 14.30
SALA PAOLINO D’AQUILEIA – VIA TREPPO, 5/B

2007/08

PROGETTO DI PROMOZIONE DELL'ATTIVITÀ FISICA E DI UNA SANA ALIMENTAZIONE

“PIÙ VITA AGLI ANNI”

Per l'anno 2007/08 si è voluto dare continuità al percorso di promozione di sani stili di vita e prevenzione dell'obesità, già iniziato l'anno precedente, affiancando all'intervento nelle scuole un'azione dedicata alla popolazione adulta e anziana e volta a facilitare e incoraggiare comportamenti che aiutino a prevenire l'insorgenza delle malattie cronico-degenerative oggi in aumento (quali una sana alimentazione, la moderazione nel consumo di alcol, l'astensione dal fumo e lo svolgimento di una regolare attività fisica). È ormai noto, infatti, che una buona salute, forma e condizione fisica e, di conseguenza, anche un buon invecchiamento, sono garantiti da uno stile di vita sano lungo l'intero arco della vita, in particolare da corrette abitudini alimentari e dal movimento fisico.

Per questo motivo è stato promosso il progetto “Più vita agli anni”, in collaborazione con l'ASS n° 4 “Medio Friuli”, con il C.E.C. - Centro Espressioni cinematografiche e Mediateca del Visionario di Udine e con l'Associazione Slow Food del Friuli Venezia Giulia; vi hanno aderito i Comuni di Codroipo, Mortegliano, Pavia di Udine, Povoletto, Pozzuolo del Friuli, Pradamano, Remanzacco, Tarvisio, ma anche Capriva del Friuli, Cormòns, Casarsa della Delizia, Montereale Valcellina, Sacile e Zoppola.

Il progetto si è articolato in due fasi, una prima fase che ha voluto offrire degli spunti di riflessione sul valore del cibo e del nostro modo di mangiare, “per meglio gustare il significato delle immagini”, e una seconda fase volta ad incoraggiare la mobilità delle persone, soprattutto anziane, facendo loro riscoprire il piacere dello stare insieme e del conoscere realtà del proprio territorio a volte poco valorizzate.

- I fase: ha previsto l'organizzazione di 2 incontri sul tema “Cinema e cibo”, realizzati, attraverso la proiezione di spezzoni di film e di film interi aventi per oggetto valori culturali, emotivi, economici e nutrizionali degli alimenti e un confronto-dibattito con esperti del cinema e dell'alimentazione. Gli incontri sono stati organizzati in 4 sedi diverse (Tarvisio, Cormòns, Sacile e Udine) nel periodo aprile - maggio 2008;
- II fase: consiste nella realizzazione di “gruppi di cammino” nella popolazione adulta e anziana, ovvero di gruppi di persone che si ritrovano 2-3 volte alla settimana per camminare lungo un percorso urbano ed extraurbano sotto la guida di un conduttore interno al gruppo appositamente addestrato. I gruppi di cammino sono già stati attivati in quasi tutti i comuni che hanno aderito all'iniziativa, con il coinvolgimento sia di professionisti che di volontari, docenti di attività motoria, fisioterapisti, membri di associazioni sportive, ecc., e stanno riscuotendo un buon successo tra gli anziani.

I gruppi di cammino sono un'attività che molte altre città in Italia (es. Verona, Torino, Ancona, ecc.) stanno cercando di sviluppare non solo per promuovere l'esercizio fisico quotidiano, ma anche per favorire la socializzazione tra le persone, soprattutto anziane.



Progetto
PIÙ VITA AGLI ANNI
Comune di Udine - Rete Regionale Città Sane - FVG
Azienda per i Servizi Sanitari n. 4 - Medio Friuli.
In collaborazione con:
C.E.C. - Centro Espressioni Cinematografiche
Mediateca del Visionario di Udine
Slow Food Friuli Venezia Giulia

BUONO DA GUARDARE
Immagini e film da gustare

i n v i t o

