



**Quinto rapporto sulla valutazione del progetto  
“Friuli Venezia Giulia in Movimento. 10mila passi di salute”  
Periodo ottobre 2022 – gennaio 2024**

**Responsabile Scientifico: Prof.ssa Laura Pagani**

**Con la collaborazione di: Dott.ssa Tiziana Del Fabbro,  
Segretaria regionale Federsanità ANCI FVG**

**Udine, 30 gennaio 2024**



## Sommario

<b>1. Introduzione</b> .....	<b>3</b>
<b>2. La terza edizione del bando</b> .....	<b>4</b>
<b>3. La presentazione dei percorsi</b> .....	<b>7</b>
<b>4. Altre attività</b> .....	<b>8</b>
<b>5. Analisi dei canali social dedicati al progetto</b> .....	<b>9</b>
<b>6. Conclusioni</b> .....	<b>11</b>



## 1. Introduzione

In questo documento vengono analizzate le attività svolte nel periodo ottobre 2022-gennaio 2024, nell'ambito del progetto "Friuli Venezia Giulia in Movimento. 10mila passi di salute" in continuità con i precedenti rapporti di valutazione<sup>1</sup>. Il progetto è sostenuto dalla Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia e realizzato da Federsanità ANCI FVG, con il coordinamento della Direzione Centrale Salute Friuli Venezia Giulia. Se l'obiettivo iniziale era quello di rendere "*facilmente accessibili a tutti le scelte salutari*" mediante la promozione delle passeggiate e dell'attività fisica nei territori comunali, nel corso del tempo (dal gennaio 2019) questi obiettivi sono stati raggiunti tramite diverse modalità, partner e numerose iniziative. Inoltre, il progetto si è ampliato anche altri ambiti, diversificando così le proprie finalità.

Le principali attività, iniziative ed eventi che verranno illustrati nei paragrafi che seguono, sono stati:

- Presentazioni dei percorsi dei Comuni aderenti al secondo Bando.
- Organizzazione corsi teorico -pratici per Walking leader/ Conduttori di Gruppi di Cammino
- Prima edizione dei Corsi "10mila passi di Salute – Muoviamoci insieme", nelle palestre dei Comuni, dedicati all' attività fisica e motoria per ultra 55enni, da ottobre 2022 a maggio 2023
- Seconda edizione dei Corsi "10mila passi di Salute – Muoviamoci insieme", nelle palestre dei Comuni, dedicati all' attività fisica e motoria per ultra 55enni, da ottobre 2023 ad aprile 2024.
- Pubblicazione, il 21 dicembre 2022, con scadenza 28 febbraio 2023, del Terzo bando per i Comuni interessati ad aderire al progetto "Friuli Venezia Giulia in Movimento. 10mila passi di salute" con gli obiettivi, le finalità e le modalità simili ai primi due.
- Da marzo in poi, tramite la ditta incaricata, realizzazione e installazione dei cartelloni e della segnaletica dei nuovi percorsi per i Comuni che hanno aderito al Terzo bando
- Da aprile 2023 presentazioni itineranti dei percorsi e cartelloni del progetto, insieme ai promotori/soggetti che hanno realizzato il progetto, ai rappresentanti delle Aziende sanitarie, Dipartimento di Prevenzione, agli amministratori locali, alle associazioni locali, esperti di Salute e attività sportive, farmacisti, medici, Gruppi di cammino, singoli cittadini, etc.

---

<sup>1</sup> I report sono disponibili nella sezione Report della pagina <https://federsanita.anci.fvg.it/progetti> (ultimo accesso 30/01/2024)



- Aggiornamenti alla pagina dedicata al progetto sul sito internet di Federsanità ANCI FVG<sup>2</sup> e sulla pagina FB, delle mappe dei percorsi (in formato cartellone e mappa Google, con itinerario georeferenziato). Il link al sito e le news sulle singole presentazioni ed eventi sono state sempre condivise e pubblicate anche sul Portale della Regione “Invecchiamento attivo FVG”, su quello di PromoTurismo FVG, nonché su siti internet e media online.
- Gennaio 2024 aggiornamento e pubblicazione nuova guida, con tutti gli 82 percorsi per i 91 Comuni che hanno aderito ai tre bandi (2019, 2021, 2023), sia in formato cartaceo e che online.
- Report e statistiche periodiche sui dati e contatti dei canali social di Federsanità ANCI FVG e dedicati al progetto (Facebook, Instagram) e sulle performance delle singole pagine e profili social collegati, direttamente, o indirettamente, al progetto es. Regione FVG, PromoTurismo FVG, etc. (Allegato Report Infofactory).
- Presentazione del progetto in occasione di seminari, Meeting e convegni scientifici, a livello nazionale e internazionale.

Pertanto, si può ritenere che nel periodo di riferimento le attività legate al progetto si sono intensificate, sviluppate e diversificate dando luogo ad una crescente complessità organizzativa, sia nelle sue diverse fasi di sviluppo, che per l'attività di valutazione delle stesse.

Fasi, generate spontaneamente grazie alla sintonia ed entusiasmo tra il gruppo di coordinamento e i feed-back dei referenti locali, spesso referenti amministrativi e tecnici dei numerosi Comuni, che hanno superato, positivamente, gli obiettivi e le previsioni iniziali coinvolgendo un numero sempre più ampio e variegato di soggetti istituzionali, associativi e gruppi coinvolti che hanno dimostrato di appassionarsi al progetto e proporre, anche autonomamente, nuove iniziative.

## 2. La terza edizione del bando

Il progetto “Friuli Venezia Giulia in Movimento. 10mila passi di salute”, sostenuto dalla Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia e realizzato da Federsanità ANCI FVG, d'intesa con la Direzione Centrale Salute Friuli Venezia Giulia, aveva come obiettivo iniziale la creazione e valorizzazione di percorsi “prevalentemente” pedonali “facilmente accessibili per tutti” per raggiungere il quale i Comuni del Friuli Venezia Giulia sono stati invitati a partecipare ai due bandi, pubblicati nel 2019 e nel 2021. Al fine di favorire ulteriormente l'adesione dei Comuni al progetto, è stato pubblicato online, il 21 dicembre 2022, sul sito di Federsanità Anci FVG il terzo bando con scadenza 28 febbraio 2023.

---

<sup>2</sup> [www.federsanita.anci.fvg.it/progetti](http://www.federsanita.anci.fvg.it/progetti) (ultimo accesso 30/01/2024)



Come per i due bandi precedenti, le istanze pervenute, una volta valutate positivamente dalla Commissione di valutazione, appositamente costituita, hanno consentito ai Comuni aderenti, singolarmente o in associazione con altri, di vedersi finanziate

- una “dotazione di base” costituita da cartellonistica illustrativa del percorso, con testi sia in inglese che in italiano e segnaletica con immagine coordinata, omogenea per impostazione grafica e con il logo del progetto appositamente ideato e realizzato;
- interventi per la realizzazione di nuovi percorsi pedonali, per la riqualificazione, il miglioramento, o il completamento degli esistenti, nel caso di risorse residue, nonché elementi di arredo urbano, quali panchine, cestini, etc. con materiale sostenibile (es. legno), etc.

Alla fine della procedura di valutazione delle istanze pervenute sono stati finanziati 19 progetti per altrettanti percorsi, 4 riguardano la sola installazione della cartellonistica, mentre 14 progetti hanno ottenuto un contributo per la riqualificazione dei percorsi identificati. I Comuni interessati sono 22: 19 Comuni capofila (Pulfero, Prata di Pordenone, Basiliano, Remanzacco, San Giorgio di Nogaro, Castelnovo del Friuli, Manzano, Cividale del Friuli, Ronchi dei Legionari, Venzone, Bagnaria Arsa, Latisana, Aquileia, Codroipo, Buttrio, Cormons, Moraro, Pasian di Prato, Fontanafredda e 3 Comuni partner (*i.e.*, coinvolti nei progetti presentati da altri): Cervignano, San Lorenzo Isontino e Mariano.

Tenendo conto dei tre bandi, hanno aderito al progetto 91 Comuni<sup>3</sup> che hanno attivato 82<sup>4</sup> percorsi per un'estensione totale di 475 chilometri. La Figura 1 fornisce una mappa che illustra la collocazione dei Comuni aderenti al progetto rispetto al territorio regionale.

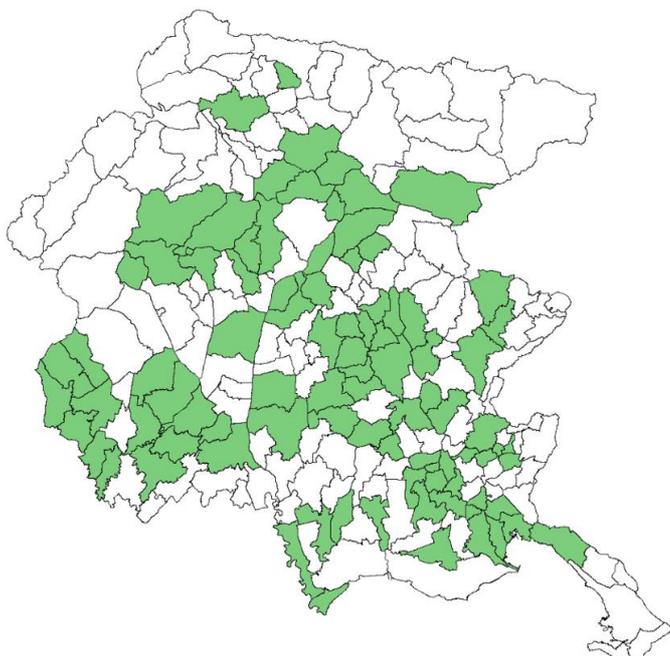
Il progetto, con la realizzazione dei percorsi ammessi ai tre bandi, ha fatto registrare un notevole impatto sul territorio, sia a livello di area interessata, con la partecipazione del 42% dei Comuni della Regione, sia per il numero di residenti potenzialmente coinvolti dalle attività che sono state e verranno organizzate sui percorsi attivati: più della metà della popolazione residente (54%)<sup>5</sup>: il 52% degli over 65 e il 56% degli under 15 potrà beneficiare dalle attività che verranno realizzate sui percorsi attivati.

---

<sup>3</sup> I Comuni che hanno partecipato a più di un bando, in qualità di Comune capofila e/o di Comune partner sono stati contati una sola volta.

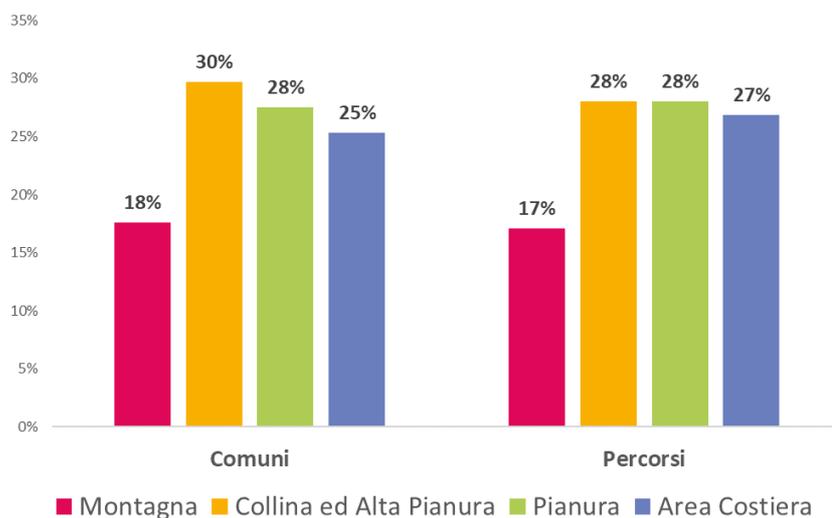
<sup>4</sup> Il Comune di Lignano ha attivato 5 percorsi, 1 finanziato dal progetto e 4 finanziati autonomamente.

<sup>5</sup> Fonte: nostra elaborazione su dati ISTAT aggiornati al 31/12/2021



**Figura 1 – La mappa dei Comuni partecipanti al progetto dopo i tre bandi.**

Osservando la Figura 1 si può osservare come la collocazione dei percorsi e dei relativi Comuni nelle diverse aree geografiche dipenda dalle specifiche caratteristiche richieste nel bando al fine di agevolare l'accesso.



**Figura 2 – Collocazione geografica dei Comuni partecipanti ai tre bandi.**

Infatti (Figura 2) solo il 18% dei Comuni e il 17% dei percorsi si trovano in montagna, mentre il restante 82% dei Comuni e 83% dei percorsi sono collocati in altre zone: pianura, collina ed alta pianura, area costiera.

### 3. La presentazione dei percorsi

Nel periodo ottobre 2022-gennaio 2024, sono proseguite le presentazioni dei percorsi. In particolare, sono stati presentati 15 percorsi (gli ultimi due del secondo bando e 13 del terzo) per un totale di circa 500 partecipanti. La Tabella 1 indica, nel dettaglio, per ciascun percorso il numero dei partecipanti (in grassetto i Comuni capofila e in *italico* quelli associati).

**Tabella 1 – Presentazioni e presenze rilevate, ottobre 2022- gennaio 2024.**

Bando	Comune	Nome del Percorso	Data	Partecipazioni
3	<b>Remanzacco</b>	Lungo il trois de canaais	29/04/2023	15
3	<b>Cividale del Friuli</b>	Cividale del Friuli e i suoi borghi: Borgo di Ponte, Borgo San Pietro, Borgo San Domenico e Borgo Brossana	30/05/2023	25
3	<b>Bagnaria Ars</b> <i>Cervignano</i>	Il Cammino delle Case narranti	10/06/2023	30
2	<b>Lignano Sabbiadoro</b>	Nel profumo di resina	20/06/2023	35
3	<b>Pulfero</b>	Lungo il Natisone di Pulfero	21/06/2023	25
3	<b>Manzano</b>	Tra storia e romanzo tra le campagne manzanesi	28/06/2023	20
3	<b>Castelnovo del Friuli</b>	Il sentiero del prete	10/07/2023	25
3	<b>Latisana</b>	10mila passi lungo il Tagliamento, tra Latisana e Latisanotta	23/09/2023	30
3	<b>San Giorgio di Nogaro</b>	Pianura friulana tra corsi d'acqua, parchi, ville e natura	07/10/2023	30
3	<b>Basiliano</b>	Basiliano, il percorso tra ate storia e ambiente	13/10/2023	45
3	<b>Moraro</b> <i>San Lorenzo Isontino, Mariano</i>	Il percorso dei tre comuni tra vigneti, arte e storia	21/10/2023	35
2	<b>Reana del Rojale</b>	Reana del rojale - 10000 passi	26/10/2023	20
3	<b>Codroipo</b>	Tra acque, risorgive, campagna, parco e storia	27/10/2023	85
3	<b>Ronchi dei Legionari</b>	Ronchi in movimento	17/11/2023	40
3	<b>Cormons</b>	Il percorso pedonale di Borgnano	25/11/2023	40

Di ciascuna presentazione sono stati informati gli interessati via mail e/o via social media attraverso un comunicato stampa che ne indicava il luogo, l'ora e il programma dell'evento. Gli interventi hanno riguardato i Sindaci e/o gli Assessori dei Comuni interessati dal percorso, i rappresentanti di Federsanità ANCI FVG, della Direzione Centrale Salute, Politiche Sociali e Disabilità della Regione Friuli Venezia Giulia, del Dipartimento di Scienze Economiche e Statistiche dell'Università degli Studi di Udine e di PromoTurismoFVG. Al termine degli interventi si è proceduto al taglio del nastro e a una passeggiata dimostrativa aperta ai cittadini presenti all'evento.

Ad oggi risultano ufficialmente aperti 72 degli 82 percorsi legati al progetto (88%).



## 4. Altre attività

Nel periodo ottobre 2022-gennaio 2024 sono proseguite e si sono completate le attività istituzionali e promozionali legate al progetto quali:

- Da ottobre 2022 a marzo 2023 presentazioni e incontri sui percorsi del Secondo bando e incontri sui temi della promozione della Salute e corretti stili di vita
- Da marzo a gennaio 2024 realizzazione e installazione in loco di tutta la cartellonistica e segnaletica per tutti i 19 percorsi relativi al terzo bando
- Da dicembre 2023 a gennaio 2024 redazione e pubblicazione della guida degli 82 percorsi aggiornata con quelli del terzo bando
- Rappresentanti di Federsanità ANCI FVG hanno partecipato ai Meeting nazionali della Rete Italiana Città Sane OMS (2022 e 2023) e ad alcune Conferenze di Happy Ageing- Alleanza italiana per l'invecchiamento attivo (2022 e 2023 ) e altre iniziative promosse dalle Federsanità ANCI regionali, etc.
- Incontri e passeggiate collegate al progetto e svolte autonomamente sui percorsi dai Comuni partecipanti alla Rete "FVG IN MOVIMENTO"
- Presentazione del progetto a convegni nazionali ed internazionali. Partecipazione alla dodicesima conferenza "Implementing Health-Enhancing Physical Activity research: from science to policy and practice" di HEPA Europe, the European Network for the Promotion of Health-Enhancing Physical Activity, 11-13 settembre 2023 con un lavoro dal titolo: "Friuli Venezia Giulia in Movimento, 10000 passi di salute" as an example of a multilevel-multifaceted project promoting citizens' physical activity and healthy habits (O.3.3.: Oral Presentations: Setting-based physical activity interventions 02). Le autrici sono Laura Pagani, Gianna Zamaro, Luana Sandrin, Tiziana del Fabbro e Alessia Del Bianco Rizzardo. L'abstract del lavoro è stato pubblicato nella rivista *The European Journal of Public Health*. Volume 33, Issue Supplement\_1, September 2023<sup>6</sup>

Come si è detto nell'introduzione

- Sono stati organizzati corsi e incontri teorico -pratici per walking leader/ conduttori di Gruppi di Cammino, nel 2022 8 incontri teorico-pratici, con passeggiate condotte da un laureato in Scienze Motorie e altri nel 2023, con il coordinamento organizzativo di Federsanità ANCI FVG e nel 2023 anche dei Dipartimenti di Prevenzione delle Aziende sanitarie della Regione e il coordinamento scientifico del prof. Stefano Lazzer, Coordinatore del Corso di

<sup>6</sup> Disponibile qui: [https://academic.oup.com/eurpub/article/33/Supplement\\_1/ckad133.156/7265653](https://academic.oup.com/eurpub/article/33/Supplement_1/ckad133.156/7265653)  
(ultimo accesso 31/01/2024)



Laurea in Scienze e Tecniche delle Attività Motorie Preventive ed Adattate, Dipartimento di Medicina, Università degli Studi di Udine. L'obiettivo è quello di promuovere i benefici delle passeggiate e facilitare l'attivazione di Gruppi di cammino in diversi Comuni, nonché favorire una adeguata comunicazione e conoscenza tra i diversi Gruppi, le istituzioni e associazioni del territorio. Gli incontri proseguono.

- Prima edizione dei Corsi “10mila passi di Salute – Muoviamoci insieme” dedicati all'attività fisica e motoria per ultra 55enni. I corsi, di due ore a settimana, si sono svolti da ottobre 2022 a maggio 2023 nelle palestre, concesse gratuitamente dei 18 Comuni che hanno aderito all'iniziativa: Buttrio, Duino Aurisina, Resia, Aiello del Friuli, Fagagna, San Vito al Torre, Caneva, Dignano, Farra d'Isonzo, Gemona del Friuli, Martignacco, Mortegliano, Rivignano-Teor, San Pietro al Natisone, Turriaco, Savogna d'Isonzo. Le Associazioni locali hanno fornito il loro supporto per quanto riguarda l'organizzazione logistica delle palestre e talvolta anche dei rapporti con gli iscritti ai corsi (apertura/chiusura delle sedi, pulizia), mentre l'Associazione A.S.D. dei Laureati in Scienze Motorie FVG A.S.D. “Sport&Fun” ha collaborato, insieme al prof. Stefano Lazzer, per l'individuazione e formazione degli istruttori, laureati in Scienze Motorie. Hanno partecipato alla prima edizione circa 650 persone alle quali sono stati anche somministrati appositi sondaggi.
- Seconda edizione dei Corsi “10mila passi di Salute – Muoviamoci insieme” dedicati all'attività fisica e motoria per ultra 55enni. I corsi, di due ore a settimana, sono iniziati nell'ottobre 2023 e termineranno nell'aprile 2024, con le stesse modalità di svolgimento ed organizzative della prima edizione. I 17 comuni che hanno concesso gratuitamente le loro palestre sono: Aiello del Friuli, Basiliano, Buttrio, Caneva, Cividale del Friuli, Dignano, Farra d'Isonzo, Fagagna, Martignacco, Mortegliano, Osoppo, Resia, Rivignano-Teor, Ronchis, San Pietro al Natisone, Savogna d' Isonzo e Turriaco. Stanno partecipando alla seconda edizione circa 500 persone.

## 5. Analisi dei canali social dedicati al progetto

Le modalità principali di comunicazione delle attività legate al progetto sono il sito web di Federsanità ANCI FVG attraverso la pagina dedicata<sup>7</sup> e la sezione notizie e la pagina Facebook<sup>8</sup> appositamente attivata.

<sup>7</sup> <https://federsanita.anci.fvg.it/progetti/progetto-friuli-venezia-giulia-in-movimento> (ultimo accesso 31/01/2024)

<sup>8</sup> <https://www.facebook.com/FVGinMovimento10milapassidisalute> (ultimo accesso 31/01/2024)



Grazie a questi due strumenti, le informazioni relative alle attività del progetto sono state diffuse con estrema celerità, raggiungendo un vasto pubblico. Questo, consentendo ad un elevato numero di persone di scoprire, quasi in tempo reale, anche solo fermandosi su belle immagini ed efficaci post, tutte le numerose iniziative e ha favorito la promozione di una partecipazione attiva.

Nel corso del periodo di riferimento (ottobre 2022 – gennaio 2023), gli utenti che hanno visitato la pagina di presentazione del progetto sono stati ben 15.914 (circa un terzo delle visualizzazioni totali del sito di Federsanità ANCI FVG). La mappa Google interattiva dove sono inseriti i rimandi a tutti i percorsi georeferenziati, presente all'interno della pagina dedicata, è indicizzata su Google ed è stata consultata 108.437 volte.

Sempre all'interno della pagina dedicata al progetto è possibile visualizzare, per ciascun percorso

- il cartellone e la descrizione del percorso in formato pdf
- il link alla mappa Google con il tracciato

La nuova guida online con i percorsi del Terzo bando sarà pubblicata entro metà febbraio, in contemporanea con la diffusione regionale della guida stampata.

Nel 2021 è stata creata una pagina Facebook dedicata al progetto, creata nel 2021, registra una crescita costante di follower e di reazioni ai post pubblicati. Ad oggi conta 8078 follower. Nel periodo considerato

- ha registrato 3407 reazioni “mi piace” con dei picchi in concomitanza di alcune campagne comunicative particolari
- i contenuti della pagina nel periodo di riferimento sono stati visualizzati oltre 71.598 volte.
- Gli utenti che consultano la pagina Facebook sono localizzati in Regione, principalmente nella provincia di Udine, l'82% sono donne, la metà delle quali ha un'età compresa tra i 45 e i 65 anni.

Da quanto sopra, emerge che la pagina Facebook del progetto costituisce un ottimo canale per comunicare tutte le iniziative direttamente, o indirettamente legate al progetto. Inoltre, al fine di potenziare la visibilità della pagina sono stati attivati anche numerosi collegamenti con siti internet, media online e pagine che promuovono passeggiate, turismo lento e ambiente.



## 6. Conclusioni

Durante il periodo ottobre 2022-gennaio 2024 il progetto “Friuli Venezia Giulia in movimento. 10.000 passi di salute” si è ulteriormente sviluppato e diversificato uscendo anche dai confini regionali e nazionali.

La pubblicazione del terzo bando che ha visto il coinvolgimento di altri 22 Comuni per 19 percorsi, portando ad un totale di 91 Comuni e 82 percorsi che fanno parte del progetto.

La particolarità legata alla grafica dei cartelloni e della segnaletica, comune a tutti i percorsi, fa sì che questi siano immediatamente riconoscibili, sia nei luoghi fisici in cui si trovano, sia nei luoghi “virtuali” quali social media, pagine dedicate da parte dei numerosi e diversificati soggetti coinvolti. Si potrebbe dire che è stata creato un “brand”, una marca che identifica il progetto e lo rende facilmente identificabile.

Nel contempo, il progetto, presentato in alcuni convegni nazionali ed internazionali, ha ricevuto apprezzamenti anche al di fuori del territorio regionale per essere indicato come esempio di “buone pratiche” riconosciute, tra gli altri, dalla S.I.C.S. - Società italiana cardiologi dello sport, Rete Italiana Città Sane OMS, nonché Federsanità e ANCI Nazionale e loro riferimenti nelle diverse regioni, Happy Ageing- Alleanza italiana per l'invecchiamento attivo, SIMFER Società Italiana di Medicina Fisica e Riabilitativa, OISS AGENAS “Osservatorio delle buone pratiche di integrazione sociosanitaria” (OISS) Federsanità- AGENAS – ANCI, etc.

L'intensificarsi delle iniziative “istituzionali” legate al progetto quali le presentazioni dei percorsi, quasi del tutto completate, il consolidamento delle nuove attività con la prosecuzione dei corsi e incontri per Walking leader e la riconferma ( a grande richiesta dei partecipanti), con la seconda edizione, dei corsi di ginnastica per over 55, dopo una prima edizione molto partecipata, definiscono il progetto iniziale “Progetto di Sistema per le Comunità Attive” in quanto si avvale della collaborazione di diversi soggetti istituzionali, del volontariato e professionali, che perseguono e condividono i medesimi obiettivi.

In generale, questa “Strategia di Sistema” realizza e promuove nuove iniziative che, si autogenerano (“effetto volano”) contribuendo ulteriormente a promuovere sul territorio regionale, sia i percorsi, sia gli obiettivi del progetto con sempre maggiore coinvolgimento e apprezzamento da parte delle Comunità locali / singoli cittadini che richiedono in modo crescente sia i percorsi che le “passeggiate in compagnia”, soprattutto se adulti....

