



**Report di monitoraggio delle attività svolte nell'ambito del
progetto regionale
"Friuli Venezia Giulia in Movimento. 10mila passi di salute"**

Periodo settembre 2024 – giugno 2025

Responsabile Scientifico: prof.ssa Laura Pagani

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

Udine, 28 luglio 2025



Sommario

1. Introduzione	3
2. Attività strettamente legate ai percorsi pedonali.....	5
3. Attività di diffusione del progetto sul territorio e disseminazione dei risultati ..	11
4. Analisi dei canali social dedicati al progetto e della comunicazione.....	14
4.1 Analisi sezioni dedicate al progetto sul sito internet di Federsanità ANCI FVG	14
4.2 Analisi della pagina Facebook dedicata al progetto.....	16
4.3 Comunicazione e diffusione del progetto.....	18
5. Conclusioni.....	19

1. Introduzione

In questo documento vengono analizzate le attività svolte nel periodo settembre 2024-giugno 2025, nell'ambito del progetto "Friuli Venezia Giulia in Movimento. 10mila passi di salute". Il progetto è sostenuto, dall'ottobre 2018, dalla Regione Autonoma Friuli Venezia Giulia – Direzione centrale Salute, Politiche sociali e Disabilità - realizzato e coordinato da Federsanità ANCI FVG, d'intesa con la Direzione Centrale Salute, Politiche sociali e Disabilità (successivamente DC Salute), in attuazione del "Piano Regionale della Prevenzione", programma "Comunità Attive", il Dipartimento di Scienze Economiche e Statistiche dell'Università degli Studi di Udine (DIES UNIUD) e PromoTurismoFVG. Dopo il primo contributo la Regione ha rinnovato il sostegno, quasi annualmente a seguito della presentazione dei rendiconti e dei "Piani di Attività". Dal 29/04/24 a seguito dell'avviso pubblico gestito, a livello Amministrativo, da ARCS FVG, Federsanità ANCI FVG ha partecipato con successo, come indicato nella "Determinazione n. 362 del 10/06/2024", pubblicata sull'Albo Pretorio di ARCS FVG – "Approvazione atti Avviso pubblico per l'individuazione di una proposta di interventi da ammettere a finanziamento per il progetto regionale "FVG IN MOVIMENTO. 10MILA PASSI DI SALUTE" - CUP E29I23001510002 e successiva convenzione sottoscritta il 10/07/ 2024.

In sintesi il progetto, di fatto avviato nel gennaio 2019 con l'attivazione del "*Comitato tecnico – scientifico di coordinamento*", composto da referenti di: DC Salute, Federsanità ANCI FVG, Dipartimento di Scienze Economiche e Statistiche dell'Università degli Studi di Udine e PromoTurismo FVG, ha promosso l'adesione di 129 Comuni che rappresentano il 60% del totale. Questi Comuni hanno aderito al progetto tramite ai 3 bandi dedicati ai Comuni (2019, 2021, 2023) successivi 3 "*inviti ad aderire*", trasmessi a tutti i 215 Comuni del FVG da Federsanità ANCI FVG d'intesa con ANCI FVG (via PEC e indirizzi mail istituzionali).

Anche i nuovi Comuni che hanno aderito al progetto, come i precedenti, si sono impegnati a identificare i percorsi secondo i criteri indicati nei "Bandi" e confermati nei successivi "inviti ad aderire": preferibilmente ad esclusivo uso pedonale, facili, accessibili, inclusivi e in sicurezza; segnalando la presenza di eventuali dislivelli superiori all'8% indicandone la percentuale di pendenza, caratteristiche della corsia (terreno erboso, ciottolato, terra battuta, manto asfaltato, pavimentato; lunghezza minima 3.5 km., etc.

Gli aspetti che verranno illustrati qui di seguito riguardano:

- Attività strettamente collegate alla realizzazione dei percorsi pedonali e dei cartelloni e segnaletica coordinata, organizzate e promosse da Federsanità ANCI FVG, insieme ai Comuni, alle Associazioni locali, Pro loco, etc. nell'ambito del progetto e per le quali, Federsanità ANCI FVG ha curato la realizzazione di locandine e comunicati stampa, con i loghi del progetto e le citazioni dei promotori.

Realizzazione e installazione di cartelloni e segnaletica dei nuovi percorsi per i Comuni che hanno aderito all'invito aperto a realizzare nuovi percorsi

- Inaugurazioni / presentazioni itineranti dei nuovi percorsi del progetto, insieme ai promotori, partner e agli altri soggetti che hanno realizzato il progetto, ai rappresentanti delle Aziende sanitarie, Dipartimenti di Prevenzione, agli amministratori locali, alle associazioni locali, Gruppi di cammino, singoli cittadini, nonché agli invitati istituzionali, esperti di salute (medici, farmacisti, sportivi, etc.) e altri partner del progetto, quali assessori e consiglieri regionali, sindaci e amministratori dei Comuni degli Ambiti, rappresentanti di Federfarma FVG, Credima 360 s.m.s., Pro Loco, etc.
- Organizzazione, attuazione e promozione delle passeggiate guidate da parte dei Comuni che hanno aderito all'iniziativa e in collaborazione con l'associazione dei laureati in Scienze Motorie (A.S.D. "Sport&Fun")
- Invito ai 91 Comuni che hanno partecipato ai primi tre bandi a monitorare lo stato di conservazione/accessibilità dei percorsi.
- Attività legate alla comunicazione e alla promozione
 - Aggiornamenti della pagina web di Federsanità ANCI FVG¹ dedicata al progetto, appositamente attivata (nel 2020), con la pubblicazione online dei cartelloni realizzati (formato PDF), con la descrizione, foto e mappe dei percorsi, nonché il link per la georeferenziazione (Google). Il link della sezione dedicata è condiviso e segnalato anche dal "Portale invecchiamento attivo FVG" quello di PromoTurismo FVG, della DC Salute e da altri siti internet e diversi media online
 - Attività di promozione del progetto e di comunicazione delle attività ad esso correlate mediante articoli pubblicati sui media locali, cartacei e online, sui canali social (Facebook, Instagram) e sulle singole pagine e profili social legati, direttamente, o indirettamente, al progetto, es. home page siti internet dei Comuni, delle Associazioni locali e vari Gruppi.
- Altre attività
 - Presentazione del progetto in occasione di seminari, o convegni scientifici, a livello regionale e nazionale
 - Pubblicazioni scientifiche su riviste specializzate e newsletter, regionali e nazionali, su argomenti che riguardano il progetto.

¹ www.federsanita.anci.fvg.it/progetti (ultimo accesso 15/07/2025)

- Attività svolte nell'ambito della convenzione con il Dipartimento di Medicina dell'Università degli Studi di Udine (responsabile scientifico il Prof. Lazzer).

Durante il periodo di riferimento, le attività connesse al progetto si sono intensificate e diversificate, contribuendo a una crescente complessità organizzativa. Inoltre, grazie alla costante opera di comunicazione del gruppo di coordinamento del progetto, di tutti i Comuni e associazioni collegate (es. ANCI FVG, UISP FVG, FIASP, A.S.D. "Sport&Fun", "Nordic Walking" etc.) si sono registrati positivi feed-back sulle attività svolte con conseguente crescente partecipazione. Ciò ha determinato un coinvolgimento sempre più ampio da parte di soggetti istituzionali, di associazioni, regionali e locali e di gruppi di cittadini che hanno dimostrato di appassionarsi al progetto proponendo, anche autonomamente, nuove iniziative. Da segnalare anche da parte di molti cittadini (forse meno abili nell'utilizzo del web e social) frequenti comunicazioni mail e telefonate all'ufficio di Federsanità ANCI FVG con la richiesta di conoscere date e luoghi delle passeggiate guidate e presenza dei percorsi.

2. Attività strettamente legate ai percorsi pedonali

Il "Gruppo di coordinamento" del progetto, nelle riunioni del 15 marzo 2024 e successive settembre 2024, 17 gennaio 2025 e altre comunicazioni, aveva concordato di destinare le risorse residue del contributo (Decreto n. 20983/ GRFVG del 09/11/2022) per le seguenti due finalità:

- **Per i 124 Comuni che non avevano ancora aderito al progetto**, invito a definire nuovi percorsi per i quali si prevedeva il finanziamento di nuovi cartelloni e segnaletica direzionale (freccie) con immagine coordinata. I criteri di selezione dei progetti restano i medesimi indicati nei tre bandi precedenti (2019, 2021 e 2023). La scadenza per la presentazione della richiesta per la realizzazione dei nuovi percorsi, inizialmente fissata per tutti il 30 giugno 2024, è stata posticipata, per i Comuni che sono andati a elezioni (n.d.r. 9 e 10 giugno 2024), a fine luglio e poi ulteriormente modificata per tenere conto e aprire a nuove richieste di adesione. L'invito di marzo 2024 è stato rinviato anche a metà giugno 2024 e le scadenze per le adesioni sono state autorizzate fino al dicembre 2024.
- **Per i 91 Comuni che avevano già aderito al progetto** (82 percorsi), l'invito riguardava la possibilità di organizzazione di passeggiate guidate sui percorsi "10mila passi di Salute" condotte da laureati in Scienze motorie, tramite il coordinamento (convenzione) di A.S.D. "Sport &Fun", prevedendo in prospettiva anche la partecipazione di medici ed operatori dei Dipartimenti di Prevenzione delle Aziende sanitarie, guide turistiche e ambientali (PromoTurismo FVG), farmacisti, etc. I costi del rimborso dei laureati in Scienze motorie (coordinati da A.S.D. "Sport &Fun") e dell'assicurazione complessiva del Gruppo, sono a carico

del progetto. Inoltre, a seguito del monitoraggio dello stato di conservazione/manutenzione dei percorsi i Comuni potevano anche fare richiesta di nuova segnaletica, compatibilmente con le risorse disponibili.

La prima linea di finanziamento (definizione di nuovi percorsi), a seguito di n. 3 inviti trasmessi, via PEC e ulteriori solleciti tramite gli indirizzi istituzionali (protocollo, sindaco, segreteria, etc.) trasmessi da Federsanità ANCI FVG, congiuntamente con ANCI FVG, ha consentito da settembre 2024 a giugno 2025, l'adesione al progetto di 38 nuovi Comuni, in particolare 18 nel 2024 e 20 nel 2025.

Le nuove adesioni hanno portato, complessivamente, alla realizzazione di 38 nuovi percorsi per un totale di 120 percorsi che si estendono sul territorio regionale per 667 chilometri.

Ad oggi risultano installati i cartelloni e le frecce direzionali di 16 dei 18 percorsi dei Comuni che hanno aderito nel 2024 e 3 dei 20 Comuni che hanno aderito nel 2025. I rimanenti sono in fase di realizzazione ed installazione, (si prevede entro l'autunno 2025).

A tale proposito si precisa che la tempistica media per la realizzazione dei cartelloni è di circa 3/ 4 mesi complessivi che sono necessari per completare tutta la procedura che parte con la data della PEC di adesione del Comune al progetto e segue con la definizione dei percorsi secondo i criteri indicati, il coinvolgimento degli uffici tecnici, le comunicazioni con la ditta incaricata e Federsanità ANCI FVG sia per la traduzione dei testi, che per l'invio di mappe e foto nei formati richiesti (per la miglior riuscita dei cartelloni).

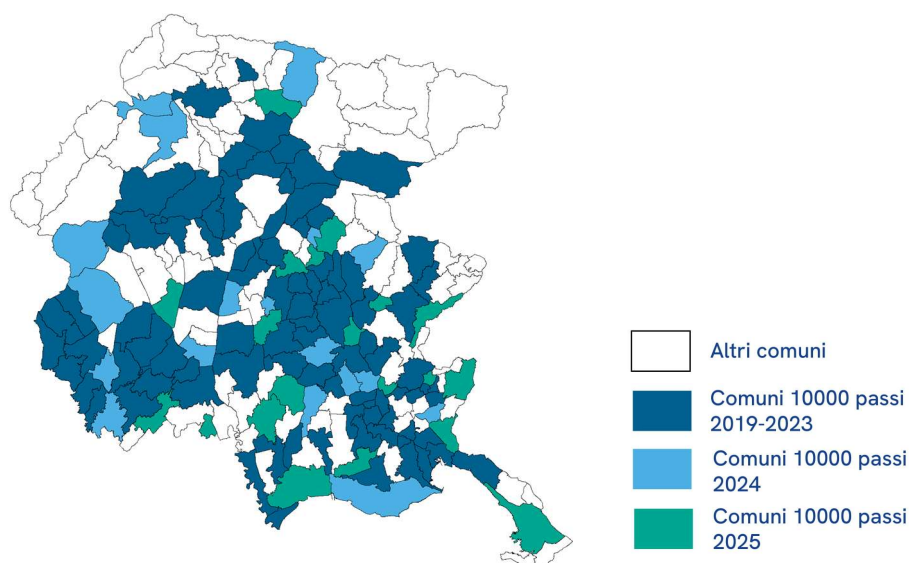
Nella Tabella 1 l'elenco, suddiviso per anno di adesione, dei nuovi Comuni. In grassetto quelli per i quali sono già stati realizzati i cartelloni.

Tabella 1. Elenco dei nuovi Comuni che sono entrati a far parte del progetto.

Anno	Comuni
2024	Ampezzo, Attimis, Aviano, Barcis, Castions di Strada, Dignano, Grado, Magnano in Riviera, Pasiano di Pordenone, Paularo, Porcia, Pozzuolo del Friuli, Sagrado, San Vito di Fagagna, Santa Maria la Longa, Sauris, Trivignano Udinese, Valvasone Arzene
2025	Arta Terme, Capriva del Friuli, Cassacco, Chions, Chiopris Viscone, Colloredo di Monte Albano, Cordovado, Doberdò del Lago, Gorizia, Marano Lagunare , Mereto di Tomba, Moimacco, Pradamano, Prepotto, Talmassons , Tarcento, Terzo d'Aquileia, Trieste, Vivaro, Rivignano Teor

Complessivamente, al 30 giugno 2025, risultano coinvolti ben 129 Comuni (su 215) pari al 60% del totale dei Comuni della Regione. La figura che segue rappresenta la diffusione territoriale del progetto

Figura 1. Diffusione del progetto sul territorio del Friuli Venezia Giulia.



Dall'analisi della percorribilità dei percorsi² emerge che il 50% risulta facilmente accessibile (carrozzine per disabili, passeggini), l'82% permette l'accesso agli animali e il 15% può essere praticato in orari notturni.

Nel periodo considerato sono proseguite le presentazioni dei percorsi. In particolare, sono stati presentati 7 percorsi: uno del terzo bando (Venzone) e 6 dei Comuni che hanno aderito negli anni 2024/2025 (Valvasone Arzene, Gorizia, San Vito di Fagagna, Sauris, Ampezzo e Sgradò) per un totale oltre 300 partecipanti:

Per ciascuna presentazione sono stati informati tutti gli interessati (amministratori locali, associazioni locali, etc.) via mail e/o via social media tramite comunicati stampa, servizi radio e tv, social media, etc. precedenti e successivi le iniziative) con indicazione del luogo, ora, programma dell'evento e descrizione dei percorsi. Durante le inaugurazioni dei percorsi sono intervenuti, con brevi interventi, i Sindaci e/o gli Assessori dei Comuni interessati dal percorso, nonché i rappresentanti delle principali associazioni locali, insieme ai relatori regionali del progetto per Federsanità ANCI FVG, della Direzione Centrale Salute, Politiche Sociali e Disabilità della Regione Friuli Venezia

² Limitatamente ai 98 percorsi per i quali è disponibile la cartellonistica.

Giulia, Dipartimenti di Prevenzione delle Aziende sanitarie, Dipartimento di Scienze Economiche e Statistiche dell'Università degli Studi di Udine e di PromoTurismoFVG, Federfarma FVG, CREDIMA 360 s.m.s. Al termine degli interventi, dopo la presentazione dei singoli percorsi a cura degli assessori e tecnici di riferimento, si è proceduto al taglio del nastro e ad una passeggiata dimostrativa aperta a tutti i presenti.

Ad oggi risultano inaugurati ben 86 dei 120 percorsi del progetto che hanno visto la partecipazione di circa 2300 persone che, a vario titolo, erano presenti all'evento.

Dopo la fase della raccolta delle adesioni dei singoli Comuni alla Rete "10mila passi di Salute", l'avvio e il coordinamento delle comunicazioni con la ditta incaricata della realizzazione dei cartelloni e segnaletica coordinata, successivi solleciti mail e recall telefonici (ad amministratori locali e referenti degli uffici tecnici) fino alla stesura finale dei cartelloni (in media di 3/ 4 mesi complessivi) e la consegna ai Comuni, Federsanità ANCI FVG si è impegnata in un costante lavoro di comunicazione, coordinamento, organizzazione e promozione di tutte le attività collegate alla presentazione e promozione dei nuovi percorsi, nonché delle numerose passeggiate guidate, alcune organizzate in modo autonomi da alcuni Comuni.

Relativamente all'attività svolta da Federsanità ANCI FVG, incaricata di attuare, coordinare e rendicontare il progetto, si precisa che, oltre alla gestione amministrativa e contabile del contributo regionale, per tutte le spese inerenti al progetto, per tutti i fornitori e partner, tramite convenzioni, es. con il Dipartimento di Scienze Economiche e Statistiche (prof. Laura Pagani) e con il Dipartimento di Medicina per il Corso di Laurea magistrale in Scienze Motorie, dell'Università di Udine (prof. Stefano Lazzer) e "Incarico motivato con A.S.D. "Sport&Fun", ditta "Art&Grafica", Webmaster Infofactory s.r.l., etc. l'associazione si occupa della realizzazione di cartelloni e segnaletica, coordina le comunicazioni tra i Comuni (a livello tecnico e politico) e la ditta incaricata della realizzazione dei cartelloni, la comunicazione e promozione dei percorsi, sia per l'organizzazione degli eventi di presentazione/ inaugurazioni che per la comunicazione della promozione delle adesioni ai corsi e alle passeggiate guidate, nonché la redazione, pubblicazione e diffusione delle singole locandine e delle guida e dépliant dei percorsi. In sintesi, nel periodo compreso tra il primo settembre 2024 e il 30 giugno 2025, sono state organizzate per il progetto, oltre un centinaio di iniziative, a cui media locali e nazionali e social hanno dedicato grande attenzione; nonché incontri web e di persona di approfondimento con i Comuni e i partner dei percorsi e delle presentazioni.

La seconda linea di finanziamento prevedeva, per i 91 Comuni che avevano già aderito al progetto negli anni precedenti, la possibilità di organizzare passeggiate guidate sui percorsi "10mila passi di Salute", condotte da laureati in Scienze motorie, tramite il coordinamento ("incarico motivato") di A.S.D. "Sport &Fun", a cui hanno partecipato anche rappresentanti ed operatori dei Dipartimenti di Prevenzione delle Aziende sanitarie, guide turistiche e ambientali (PromoTurismo FVG), farmacisti (Federfarma FVG), etc.

In particolare, come indicato negli *“Inviti ad aderire”* trasmessi, da Federsanità ANCI FVG congiuntamente con ANCI FVG, nel giugno 2024, successivamente nel gennaio e marzo 2025, i Comuni che avevano già realizzato percorsi *“10mila passi di Salute”* sono stati invitati a inviare una *“manifestazione di interesse”* per organizzare passeggiate guidate *“Passeggiate della Salute”* - che sono state realizzate, tra giugno e novembre 2024. Visto il successo della prima edizione e la notevole richiesta, anche via mail, le passeggiate guidate sono proseguite, con le medesime modalità, anche successivamente, da marzo a giugno 2025, ponendo però un limite alla partecipazione 25 persone per istruttore, come concordato tra A.S.D. *“Sport&Fun”* e l’assicurazione da loro individuata. In particolare, Federsanità ANCI FVG tramite A.S.D. *“Sport & Fun”* ha individuato gli istruttori – guida, laureati e laureandi in Scienze Motorie, che hanno, dopo un training, da parte dei responsabili dell’associazione, condotto le singole passeggiate insieme alla pratica di alcuni facili esercizi di attività fisica per i partecipanti di tutte le età, in particolare, adulti.

Tutti gli appuntamenti, com’è ormai consuetudine per questo progetto, sono stati promossi tramite siti internet e pagine social di Federsanità ANCI FVG, Regione FVG (*“Portale Invecchiamento Attivo FVG”*), PromoTurismo FVG e dei singoli Comuni, nonché tramite locandine, stampate e online e numerosi comunicati stampa e post su siti internet e social, media online, etc.

Lo scopo di questa nuova fase del progetto è sempre quella di coinvolgere attivamente i Comuni e le Comunità composte da associazioni/cittadini - *“Comunità attive”*- e di promuovere il movimento per tutti / contrastare la sedentarietà, anche tramite la valorizzazione e/o creazione dei *“Gruppi di Cammino”*, per favorire autonomia e permanenza nel tempo della pratica (quasi quotidiana) di *“sani stili di vita”*, fondamentali per prevenire diverse patologie (es. corsi per *“Walking leader”*/ *“Conduttori di Gruppi di cammino”*, in collaborazione con il prof. Stefano Lazzer, coordinatore del Corso d laurea magistrale in Scienze motorie, Dipartimento di Medicina UNIUD e i Dipartimenti di Prevenzione delle Aziende sanitarie.

Nel periodo considerato si sono svolte 35 passeggiate nei Comuni di: Palazzolo dello Stella, Palmanova, Cormons, San Vito al Tagliamento, San Lorenzo Isontino, Osoppo, Codroipo, Spilimbergo, Gemona del Friuli, Basiliano, Remanzacco, Bagnaria Arsa, Sacile, Sedegliano, Tramonti di Sopra, Fontanafredda, Reana del Roiale, Pasian di Prato, Latisana, Bicinico, Muzzana, Aquileia, Lignano Sabbiadoro, Majano, Caneva, San Daniele del Friuli, San Quirino, Verzegnis, Amaro, Pagnacco con Tavagnacco Povoletto, Cavazzo Carnico, Castelnuovo del Friuli, Artegna, Moraro.

Queste attività hanno coinvolto, complessivamente, 52 istruttori/istruttrici di A.S.D. *“Sport & Fun”* ed hanno visto la partecipazione di 1854 persone. Si precisa che questo è il numero di persone registrate tramite *“modulo liberatoria”* raccolto, in collaborazione con i Comuni, a cura di ASD *Sport&Fun* e trasmesso all’assicurazione per esclusive finalità assicurative. Il numero dei partecipanti potrebbe essere anche superiore perché

ci sono state anche altre persone già associate ad altre associazioni (es. “Lignano Nordic Walking, UISP, FIASP, “Judinsi” Moraro, etc.) e, pertanto, coperte ai fini assicurativi.

Le nuove attività hanno richiesto un notevole impegno nella promozione, nella comunicazione, nel coordinamento e nella organizzazione da parte della segreteria di Federsanità ANCI FVG. Il risultato è stato molto positivo e la buona risposta di diversi soggetti del territorio, che hanno apprezzato questa Rete e saputo cogliere le nuove opportunità per sensibilizzare i propri cittadini sull'importanza di praticare stili di vita salutari, tramite attività facilmente accessibili a tutti. Questo interesse fa ben sperare anche per il futuro. Infatti si stanno già raccogliendo iniziative autonome di molti Comuni e associazioni che intendono proseguire in questa direzione, confermando l'efficacia degli interventi posti in essere nell'ambito del progetto.

Queste nuove iniziative, nate in seguito alla diffusione del progetto sul territorio nonché in seguito all'interesse e all'apprezzamento da parte dei cittadini e delle associazioni contribuiscono per le attività svolte, contribuiscono in maniera sinergica, a creare una “cultura” della pratica dell'attività fisica principalmente in gruppo (ma non esclusa singolarmente) favorendo il benessere psico-fisico, l'invecchiamento attivo e il contrasto alla solitudine dei soggetti coinvolti.

In sintesi, si può ritenere che, *a partire dalla primavera 2024 fino a giugno 2025, sia iniziata una nuova fase di positivo ampliamento del progetto attraverso un effetto moltiplicatore che ha determinato una notevole diffusione sul territorio di iniziative sia direttamente organizzate nell'ambito del progetto sia messe in atto, in maniera autonoma, dai Comuni aderenti e da altri soggetti che dimostrano di credere nel messaggio che si vuole trasmettere.* Grazie al contributo regionale, dopo aver fornito ai Comuni gli strumenti di base che hanno portato alla creazione dei percorsi pedonali, e successivamente con l'attivazione delle “Passeggiate della salute” sono state create le condizioni ideali per dare la possibilità a tutti di camminare, da soli o in compagnia, su percorsi facilmente accessibili. Inoltre la collaborazione tra i Comuni e le “Comunità locali” e tutti i molteplici soggetti presenti sul territorio (associazioni di vario tipo ma anche semplici cittadini) ha prodotto una “movimento” che li vede impegnati per il medesimo obiettivo: promuovere Salute e Benessere a tutte le età nelle scelte quotidiane di ognuno di noi, in modo permanente. Tutto ciò si traduce nella creazione di una rete sociale, una rete di reti: le “Comunità attive” che, mettendo in comunicazione tra loro i diversi attori che ne fanno parte, fa sì che l'impegno profuso da alcuni soggetti singolarmente possa venire moltiplicato dalla messa in rete e, dati i benefici riscontrati a diversi livelli, individuali e sociali, non sia temporaneo ma permanente.

3. Attività di diffusione del progetto sul territorio e disseminazione dei risultati

Anche nel periodo settembre 2024-giugno 2025 sono proseguite le attività di diffusione del progetto nell'ambito di numerosi convegni e iniziative organizzate da diversi qualificati soggetti, sia sul territorio regionale che nazionale, nonché di pubblicazioni scientifiche che hanno visto la collaborazione sia di referenti del progetto che di esperti collegati.

In particolare, si segnalano le seguenti iniziative:

- 2 ottobre 2024, Roma. Terza edizione degli "Stati Generali dell'Invecchiamento Attivo", "Longevità: Conquista, Rischi e Opportunità" organizzato da HappyAgeing – Alleanza Italiana per l'Invecchiamento Attivo, con il patrocinio dell'Istituto Superiore di Sanità, Federsanità nazionale, SIMFER e altri autorevoli partner.

Nell'ambito dell'incontro è stato presentato ufficialmente **il "Libro Bianco sull'attività fisica per l'invecchiamento in Salute"**, realizzato da Happy Ageing. Il gruppo di lavoro, coordinato dal prof. Maurizio Massucci di SIMFER – Società Italiana di Medicina Fisica e Riabilitativa, era formato oltre che da esperti nazionali di diverse discipline di Università ed Ospedali, su indicazione di Federsanità ANCI FVG anche dal prof. Stefano Lazzer (DAME-Università degli Studi di Udine), dott. Lucio Mos, già presidente SICCS, cardiologo dello Sport e dalla segretaria regionale, Tiziana Del Fabbro (che coordina il progetto "FVG IN MOVIMENTO")

- 24 – 25 ottobre 2024, Bergamo, prima edizione di "Prospettiva Salute". L'iniziativa è stata organizzata da ATS Bergamo, AREU Lombardia e Fondazione Charta, in collaborazione con ANCI Lombardia Salute e Federsanità ANCI di Friuli Venezia Giulia, Piemonte e Veneto. Giuseppe Napoli, Presidente di Federsanità ANCI Friuli Venezia Giulia, ha presentato all'interno della sessione "Scenari Regionali a Confronto", che riguardava l'analisi delle diverse politiche sanitarie regionali, il progetto "Friuli Venezia Giulia in Movimento. 10mila passi di salute" quale esempio virtuoso di un modello che può essere applicabile anche in altri contesti.
- 7 novembre 2024, Latisana. Incontro pubblico "10mila passi con le Comunità Attive per dare più vita agli anni", prima dell'incontro si è tenuta l'inaugurazione del nuovo percorso "10mila passi di Salute", a Latisana. L'iniziativa è stata organizzata in collaborazione con il Comune e le associazioni locali.
- 26 – 29 novembre 2024, Arezzo, 19° "Forum Risk Management in Sanità dal titolo "Verso un nuovo sistema sanitario equo-solidale-sostenibile". Sessione "116117 COT, CASE DI COMUNITÀ, OSPEDALE DI COMUNITA' ADI, ESPERIENZE DI BUONE PRATICHE DI IMPLEMENTAZIONE DEL DM 77, Buone Pratiche

regionali” intervento di Giuseppe Napoli, Presidente di Federsanità ANCI Friuli Venezia Giulia con Carlo Spagnol, Sindaco di Sacile su “Stili di vita” per la Regione Friuli Venezia Giulia.

- Dal 27 al 29 novembre 2024, a Trieste, 29° incontro annuale del Regions for Health Network – RNH (Network delle Regioni per la Salute), ospitato dalla regione Friuli Venezia Giulia, un evento fondamentale per le autorità subnazionali in Europa. Il tema di questa edizione “Migliorare il benessere della comunità”. Regione FVG ha partecipato insieme a ProMIS. Per l’occasione la guida FVG IN MOVIMENTO con i 91 Comuni è stata appositamente stampata in inglese, in 500 copie e distribuita a cura DC Salute a tutti i partecipanti
- 29 novembre 2024, Roma, Corso formazione per Giornalisti, "Invecchiamento, salute e mass media. Giornaliste e giornalisti dalla parte degli anziani. Gli aspetti deontologici e professionali" promosso da UNGP (Unione Giornalisti Pensionati), CASAGIT e FNSI. Tra i relatori Tiziana Del Fabbro, Segretaria Federsanità Anci Friuli Venezia Giulia con un intervento dal titolo “10mila passi di salute, un progetto per promuovere salute e longevità attiva”,
- 3 dicembre 2024, Udine, Galleria Arte Moderna, in occasione della “Giornata Mondiale delle Persone con Disabilità” PromoTurismo FVG, in collaborazione con CRIBA FVG, CRAD FVG e Comune di Udine, con il patrocinio (tra le altre) di Federsanità ANCI FVG ha organizzato l’incontro pubblico “IO SONO FVG, IO SONO ACCESSIBILE? Progettualità di Turismo accessibile 2024”. Intervento di Giuseppe Napoli, Presidente di Federsanità ANCI Friuli Venezia Giulia con Gregorio Grasso (CRIBA FVG), Delegazione CAMPP - UET I CAMMINATORI sul progetto “MAPPATURA PERCORSI FVG IN MOVIMENTO”.
- 7 aprile 2025, Municipio Valvasone Arzene “Giornata mondiale Salute”, inaugurazione nuovo percorso “10mila passi di Salute” e convegno con ASFO, insegnanti e amministratori locali “Comunità Attive per la Salute a Tutte le Età”. Progetti regionali “Muovinsieme” e FVG in movimento. 10mila passi di Salute”, iniziativa del Dipartimento di prevenzione di ASFO, Federsanità ANCI FVG e Comune di Valvasone Arzene, in collaborazione con associazioni locali.
- 11 aprile 2025, Udine. Convegno interregionale “Il piacere di fare Comunità attive per la salute e il benessere a tutte le età. Buone pratiche, esperienze e alleanze” incontro pubblico promosso da Federsanità ANCI FVG, Piemonte, Veneto e ANCI Salute Lombardia, con il patrocinio di Federsanità nazionale, in collaborazione con ANCI FVG, Federfarma FVG e CREDIMA 360 Società di Mutuo Soccorso, con il sostegno di Banca 360 e con il patrocinio del Consiglio regionale del FVG, del Comune di Udine e dell’Ordine dei Giornalisti FVG.

- 16 giugno 2025, Ragusa, “Settimana della salute”, presso Sala Avis, il Comune di Ragusa- Assessorato Politiche alla Salute- insieme all’ASP - Azienda Sanitaria Provinciale di Ragusa e numerose associazioni locali e organizzazioni sindacali dei pensionati, hanno organizzato il convegno "Ragusa in salute: percorsi di prevenzione e benessere" a cui sono intervenuti, tra gli altri, monsignor Vincenzo Paglia, già Presidente della Pontificia Accademia della Vita e il vice presidente nazionale di Federsanità, Giovanni Iacono, assessore allo Sviluppo della Comunità del Comune di Ragusa. Era presente alla tavola rotonda “Invecchiare in salute” Tiziana del Fabbro, Segretaria di Federsanità ANCI FVG, con un intervento riguardante il progetto FVG in movimento 10mila passi di salute.

Pubblicazioni:

- Libro bianco sull’attività fisica per l’invecchiamento in salute (2024), HappyAgeing, Alleanza per l’invecchiamento attivo
 - Coordinatore
 - Maurizio Massucci, SIMFER - Società Italiana di Medicina Fisica e Riabilitativa.
 - Gruppo di lavoro:
 - Ernesto Andreoli, SIMFER - Società Italiana di Medicina Fisica e Riabilitativa
 - Grazia Maria Corbi, SIGG - Società Italiana Gerontologia e Geriatria - Università Federico II di Napoli
 - Tiziana Del Fabbro, Federsanità ANCI Friuli Venezia Giulia
 - Stefano Lazzer, Corso di Laurea in Scienze Motorie, Dipartimento di Medicina - Università degli Studi di Udine
 - Lucio Mos, Cardiologia SaniRad Tricesimo - Friuli Coram Udine
 - Luca Perrero, SIMFER - Società Italiana di Medicina Fisica e Riabilitativa
 - Alessandro Stranieri, CISM - Comitato Italiano Scienze Motorie
- Massucci M., Andreoli E., Corbi G., Del Fabbro T., Lazzer S., Moss L., Perrero L., Stranieri A. (2024) Libro bianco sull’attività fisica per l’invecchiamento in salute, Giornale Italiano di Medicina Riabilitativa, pp. 8-37, Vol. 41, 1.

Attività svolte nell’ambito della convenzione con il Dipartimento di Medicina dell’Università degli studi di Udine e coordinate dal Prof. Stefano Lazzer.

- Interventi del Prof. Lazzer in occasione di eventi organizzati da Federsanità Anci FVG
 - Venzone, 27 settembre 2024, inaugurazione del “Percorso natura”
 - Udine, 11 aprile 2025. Convegno interregionale “Il piacere di fare Comunità attive per la salute e il benessere a tutte le età. Buone pratiche, esperienze e alleanze”
- Organizzazione di corsi per Walking leader organizzati dai Dipartimento di prevenzione delle aziende sanitarie regionali
 - Pasiano di Pordenone (PN), 05.04.2025, (Organizzato da ASFO)
 - Udine, 09.04.2025 (Organizzato da ASUFC)
 - Pordenone, 28.04.2025 (Organizzato da ASFO)
 - Latisana (UD), 14.05.2025 (Organizzato da ASUFC)
 - Tolmezzo (UD), 21.05.2025 (Organizzato da ASUFC)

4. Analisi dei canali social dedicati al progetto e della comunicazione

Le modalità principali di comunicazione delle attività legate al progetto sono il sito web di Federsanità ANCI FVG nel banner nella homepage, nelle sezioni Notizie, Agenda e nella pagina dedicata³ e la pagina Facebook⁴ appositamente attivata nel 2020. Grazie a questi due strumenti, le informazioni relative alle attività del progetto sono state diffuse con estrema celerità, raggiungendo un elevato numero di persone che, quasi in tempo reale, possono avere informazioni precise e dettagliate relative a tutte le iniziative. Questo costante processo comunicativo ha favorito la partecipazione attiva e l'aggiornamento in tempo reale di un vasto numero di persone. News e locandine vengono poi trasmesse ai siti internet e pagine social dei Comuni, Portale Invecchiamento Attivo FVG, PromoTurismo FVG, ANCI FVG, Federsanità nazionale, altre associazioni collegate.

4.1 Analisi delle sezioni dedicate al progetto all'interno del sito internet di Federsanità ANCI FVG

Nel periodo settembre 2024-giugno 2025 gli aggiornamenti delle sezioni dedicate al progetto sono state oggetto di una profonda riorganizzazione al fine di dare la possibilità, anche agli utenti meno esperti, di poter navigare in maniera intuitiva ed accessibile.

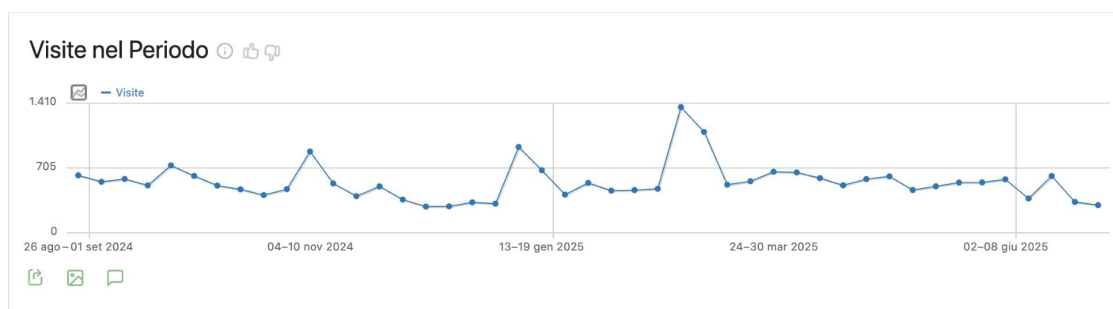
³ <https://federsanita.anci.fvg.it/> (ultimo accesso 22/07/2025)

⁴ <https://www.facebook.com/FVGinMovimento10milapassidisalute> (ultimo accesso 22/07/2025)

Inoltre, sono stati realizzati speciali accorgimenti tecnici che permettono di ottimizzare la fruizione da dispositivi mobili e supporti di lettura facilitata. I contenuti sono stati pubblicati con regolarità, includendo notizie, eventi e materiali informativi.

I dati di traffico mostrano picchi in corrispondenza delle campagne comunicative più intense, a conferma dell'interesse suscitato. Osservando la Figura 2, che illustra l'andamento, nel periodo settembre 2024- giugno 2025, delle visite pagina del progetto

Figura 2. Numero di visite alla pagina del progetto (settembre 2024-giugno 2025)



Fonte: "Relazione sulle attività di comunicazione e supporto operativo per il progetto "Friuli Venezia Giulia in movimento" (settembre 2024 – giugno 2025) a cura di InfoFactory S.r.l. (webmaster di Federsanità ANCI FVG)

si può notare come l'andamento delle visite sia abbastanza stazionario con delle lievi flessioni nei periodi di minore presenza delle attività legate al progetto (ad esempio la sospensione attività all'aperto nel periodo compreso tra 20 novembre 2024 e 20 febbraio 2025) Fanno eccezione alcuni picchi significativi che indicano che, in quel giorno, c'è stato un accesso alla pagina particolarmente elevato.

- Nella settimana dal 4 al 10 di novembre 2024: Passeggiata guidata a Latisana e incontro pubblico "10mila PASSI DI SALUTE con le "COMUNITÀ ATTIVE" per DARE PIÙ VITA AGLI ANNI. Numero di visite superiore a 700
- Nella settimana dal 13 al 19 gennaio 2025: nuovo invito ai Comuni per percorsi e passeggiate guidate. Numero di visite superiore a 700
- Nella settimana dal 2 al 6 marzo: Passeggiata guidata sul percorso "Il Cammino del Pensiero" a Lignano Sabbiadoro, scadenza per l'iscrizione il 4 marzo con 1410 visite. Numero di visite 1410

Complessivamente, i dati evidenziano un livello soddisfacente di attenzione e coinvolgimento da parte degli utenti, con riscontri positivi in occasione delle principali iniziative comunicative. La pubblicazione regolare di contenuti attraverso diversi canali si conferma uno strumento efficace per mantenere alta la visibilità del progetto.

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

- il cartellone del percorso in formato pdf

- il link alla mappa Google con il tracciato
- le guide sfogliabili in italiano (aggiornata al febbraio 2024, con 82 percorsi) e in inglese (con i percorsi dei primi due bandi).

La georeferenziazione dei percorsi ha l'obiettivo di agevolarne la fruizione da parte dei cittadini e di valorizzarne la promozione sul territorio. Chi vuole percorrere uno dei percorsi del progetto può disporre, quindi, oltre che dei cartelloni e della segnaletica fisicamente presente sul territorio e online anche di una mappa interattiva, accessibile da smartphone. La mappa digitale su Google Maps consente di seguire il tracciato in tempo reale, direttamente sul proprio dispositivo.

I tracciati delle mappe digitali dei percorsi, dall'inizio della loro pubblicazione (dicembre 2022), sono stati visualizzati 1.098.390 volte⁵, con una media giornaliera che va da 4 (Tramonti di Sotto) a visualizzazioni 52 (Andreis).

4.2 Analisi della pagina Facebook dedicata al progetto

Nel 2021 è stata creata una pagina Facebook dedicata al progetto, che registra una crescita costante di follower e di reazioni ai post pubblicati.

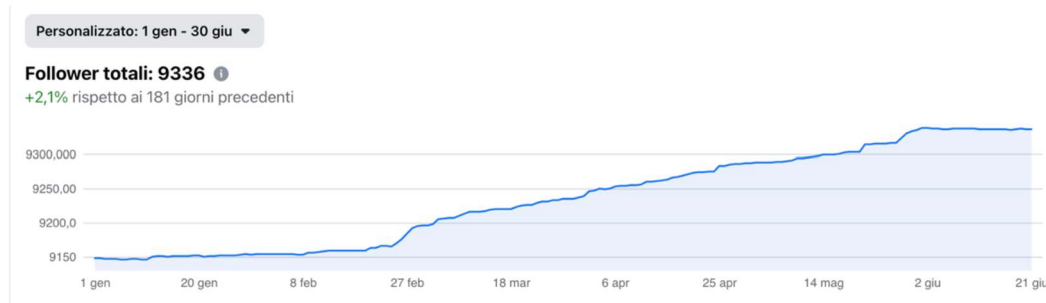
I canali social ufficiali del progetto, in particolare Facebook e Instagram, sono stati aggiornati regolarmente con contenuti originali, tra cui fotografie, locandine e rubriche informative, in linea con i valori di benessere e partecipazione attiva.

Nel primo semestre del 2025 (gennaio–giugno), la pagina Facebook ha raggiunto:

- 116.158 visualizzazioni,
- una crescita costante fino a 9.336 follower (+2,1%) (Figura 3)
- picchi significativi in corrispondenza di eventi e aggiornamenti, come il post del 24 febbraio con oltre 31.900 visualizzazioni che si riferiva alla passeggiata guidata sul percorso "IL CAMMINO DEL PENSIERO" a Lignano Sabbiadoro. Seguono i post del 20 marzo dove si comunicava che la passeggiata a San Daniele era rimandata (4366 visualizzazioni), del 12 marzo (4257) dove si pubblicizzava la passeggiata a San Daniele e del 16 aprile (4027) dove si comunicava l'iniziativa relativa alla passeggiata sul percorso di Pagnacco-Tavagnacco (Figura 4).

⁵ Ultima consultazione 30/06/2025

Figura 3. Andamento dei follower della pagina Facebook dedicata al progetto.

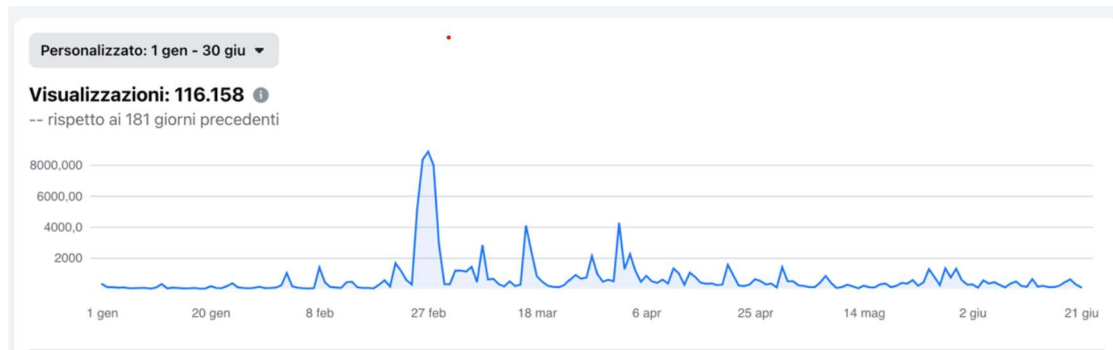


Fonte: “Relazione sulle attività di comunicazione e supporto operativo per il progetto “Friuli Venezia Giulia in movimento” (settembre 2024 – giugno 2025) a cura di InfoFactory S.r.l. (webmaster di Federsanità ANCI FVG)

Il saldo netto, nel periodo considerato, di +188 follower (a fronte di soli 52 unfollow) conferma la capacità del progetto di attrarre e fidelizzare utenti in modo organico.

L’analisi degli utenti che accedono alla pagina mostra che la comunicazione ha centrato il target: persone tra i 45 e i 64 anni, con una netta prevalenza femminile e una distribuzione geografica concentrata nelle città di Udine, Trieste e Pordenone.

Figura 4. Visualizzazioni della pagina Facebook dedicata al progetto.



Fonte: “Relazione sulle attività di comunicazione e supporto operativo per il progetto “Friuli Venezia Giulia in movimento” (settembre 24 – giugno 2025) a cura di InfoFactory S.r.l. (webmaster di Federsanità ANCI FVG)

I contenuti più efficaci sono risultati quelli legati a eventi territoriali, che hanno confermato l’interesse del pubblico per iniziative concrete e partecipative. Anche Instagram ha mostrato una crescita continua, con buoni livelli di interazione. In particolare il post del 24 febbraio, dedicato, come si è detto, ad una iniziativa riguardante un aggiornamento relativo alla passeggiata guidata a Lignano Sabbiadoro, ha raggiunto oltre 31.900 visualizzazioni, con 177 interazioni e più di 18.000 persone raggiunte, risultando il contenuto con il miglior rendimento del semestre.

Come si è detto anche gli avvisi relativi a passeggiate ed eventi territoriali, come quelli pubblicati il 12 marzo, il 16 aprile e il 6 aprile, hanno ottenuto tra le 2.800 e le oltre 4.200

visualizzazioni, a conferma del forte interesse del pubblico per le iniziative che vengono organizzate sui percorsi del progetto.

Questi dati evidenziano l'importanza di comunicare con tempestività e con frequenza costante le attività in calendario, al fine di promuovere la partecipazione e rafforzare la visibilità del progetto sui social e, di conseguenza, anche sui media online, etc.

Nel complesso, i dati confermano che una presenza attiva e tempestiva sui social rappresenta uno strumento strategico per rafforzare la visibilità del progetto e stimolare la partecipazione della comunità. Peraltro, nei numerosi incontri sul territorio, anche le comunicazioni con i partecipanti alle passeggiate confermano che ormai la pagina Facebook del progetto è molto conosciuta diventando, insieme alla pagina dedicata sul sito istituzionale di Federsanità ANCI FVG, la principale fonte di informazione e aggiornamento sul progetto e su tutte le iniziative collegate.

Inoltre, grazie al rapporto di fiducia e conoscenza che Federsanità ANCI FVG ha saputo costruire nel tempo, le persone si rivolgono ad essa via mail, per richiedere informazioni che possono anche esulare dalle attività e/o dagli eventi organizzati (ad esempio avere informazioni sulle condizioni meteorologiche che possono pregiudicare lo svolgimento di una iniziativa) ricevendo una risposta tempestiva ed esauriente.

4.3 Comunicazione e diffusione del progetto

Durante tutti gli incontri sul territorio, inaugurazioni e passeggiate guidate, complessivamente circa 60 appuntamenti, sono stati distribuiti, su grande richiesta sia le guide cartacee con la descrizione dei percorsi, realizzate da Federsanità ANCI FVG (stampate aprile 2024) che i dépliant sintetici con la mappa regionale dei percorsi realizzate da PromoTurismo FVG. Entrambe le pubblicazioni sono andate esaurite.

In occasione del 29° incontro annuale del Regions for Health Network – RNH (Network delle Regioni per la Salute), ospitato a Trieste, dal 27 al 29 novembre 2024, è stata stampata, in inglese, la guida FVG IN MOVIMENTO con i 91 Comuni, in 500 copie e distribuita a cura DC Salute a tutti i partecipanti.

Attualmente, dallo scorso mese di maggio è in fase di aggiornamento il dépliant / mappa generale di Promoturismo con tutti i 129 Comuni che sarà stampato entro il prossimo mese di settembre. Per quanto riguarda la pubblicazione più dettagliata di Federsanità ANCI FVG, si prevede di stampare l'aggiornamento entro la fine del 2025.

Molto interesse ha suscitato anche il Calendario 2025 "FVG IN MOVIMENTO. 10 mila passi di Salute", stampato nel dicembre 2024, numero di copie limitato (500), successivamente inviato da Federsanità ANCI FVG a tutti i 215 Comuni, a PromoTurismo FVG (Infopoint, etc.), a Regione FVG, Aziende sanitarie e tutti partner.

Guide, dépliant sintetici di PromoTurismo e calendari hanno contribuito a diffondere ulteriormente sul territorio il progetto e le sue finalità

5. Conclusioni

Durante il periodo settembre 2024 – giugno 2025 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.

L’invito ai Comuni che non facevano ancora parte del progetto a partecipare ha fatto sì che venissero implementati 38 nuovi percorsi portando ad un totale di 129 Comuni coinvolti (pari al 60% dei comuni della Regione) per 120 percorsi che si snodano per quasi 700 chilometri.

L’organizzazione delle “passeggiate di salute” sui percorsi “10mila passi di salute” che facevano già parte del progetto ha prodotto ben 35 passeggiate con il coinvolgimento di quasi 1900 persone (escluso il periodo invernale).

Molto intensa anche l’attività di promozione e di valorizzazione del progetto all’interno di convegni o eventi organizzati sia sul territorio regionale che su quello nazionale. Questa attività ha portato alla collaborazione con soggetti anche esterni al progetto, arrivando, tra le altre, alla pubblicazione del “*Libro Bianco sull’attività fisica per l’invecchiamento in salute*” promosso da Happy Ageing – “Alleanza per l’invecchiamento attivo”, la SIMFER - Società Italiana di Medicina Fisica e Riabilitativa e altri partner di livello nazionale, quali Società Italiana di Gerontologia e Geriatria, Federsanità Confederazione delle Federsanità ANCI regionali, SITI – Società Italiana di Igiene, SIGOT Società Italiana di Geriatria Ospedale e Territorio, Fondazione Dieta Mediterranea, etc.

In generale, la “Strategia di Sistema” attuata coinvolgendo Comuni, associazioni e cittadini ha portato alla promozione di nuove iniziative che vengono organizzate in autonomia dai soggetti coinvolti, contribuendo ulteriormente a promuovere nel territorio regionale sia i percorsi sia gli obiettivi del progetto (“effetto volano”).

Importantissima, per la buona riuscita del progetto, la parte riguardante la comunicazione e diffusione sul territorio, con diversi canali, delle iniziative ad esso legate.

Canali social, media tradizionali (carta stampata, TV), incontri in occasione di convegni, presentazioni o altri eventi hanno contribuito fortemente a far conoscere il progetto e a creare un rapporto di fiducia con i cittadini ed in generale con tutti gli attori coinvolti.

Il progetto, che inizialmente riguardava la creazione dei percorsi pedonali, ha ampliato le sue attività anche ad altre iniziative: dopo i corsi per Walking Leader e i corsi di ginnastica per over 55, sono state organizzate le passeggiate della salute. Tutte queste attività hanno però un comune denominatore: la promozione dell’attività fisica come strumento di promozione della salute, del contrasto alla solitudine e alla facilitazione della socializzazione.

