

23/11/2021

PEERS4FOOD

RASSEGNA STAMPA



Chiara Menardo

UFFICIO STAMPA E COMUNICAZIONE

PEERS4FOOD

Rassegna stampa

Sommario

LA VOCE E IL TEMPO – PEERS4FOOD, I RAGAZZI SCELGONO LO STILE SANO	2
LA GAZZETTA DEL GUSTO – PEERS4FOOD: COME MIGLIORARE LE ABITUDINI ALIMENTARI SENZA IMPOSIZIONI.....	3
ASL TORINO – PROGETTO PEERS4FOOD	6
PROGETTO "PEERS4FOOD.....	6
LA VOCE TORINO – TORINO. CONCLUSA LA PRIMA FASE DEL PROGETTO "PEERS4FOOD"	9
FUTURA NEWS – PEERS4FOOD: INSIEME PER PROMUOVERE UNO STILE DI VITA SANO	10
TORADIO NEWS – PEERS4FOOD: INSIEME PER UNO STILE DI VITA SANO	12
TORINO OGGI – CON PEERS4FOOD TORINO DIVENTA CAPITALE DELLA LOTTA ALL'OBESITÀ GIOVANILE COINVOLGENDO I RAGAZZI	14
UNITO NEWS – PEERS4FOOD, INSIEME PER PROMUOVERE UNO STILE DI VITA SANO.....	16
LA VOCE DELLA DORA – PEERS4FOOD: GLI STILI DI VITA SI CAMBIANO INSIEME, DIVERTENDOSI.	18
FUORIREGISTRO – PEERS4FOOD - TORINO	20
IL GIORNALE DEL PIEMONTE – "PEERS4FOOD", IL PROGETTO ALIMENTARE RIVOLTO AGLI ADOLESCENTI TRA I 14 E I 17 ANNI.....	22
LA VOCE E IL TEMPO – A SCUOLA SI IMPARA A MANGIARE IN MODO SANO	23
ENGIM – INSIEME PER PROMUOVERE UNO STILE DI VITA SANO.....	24
DIPARTIMENTO DI PSICOLOGIA – PARTE A TORINO IL PROGETTO PEERS FOR FOOD – INSIEME PER PROMUOVERE UNO STILE DI VITA SANO, DIVERTENDOSI.....	26

21 novembre 2021

LA VOCE IL TEMPO

PROGETTO – AGLI ARTIGIANELLI

Peers4Food, i ragazzi scelgono lo stile sano

Giovedì 11 novembre, nel Salotto delle Idee al Collegio degli Artigianelli di corso Palestro, è stata presentata la prima fase di «Peers4Food», progetto dedicato ai ragazzi dai 14 ai 17 anni che parte dal Dipartimento di Psicologia dell'Università di Torino con l'aiuto della Facoltà di Psicologia dell'Università di Varsavia e l'Istituto Imdea di Madrid, il supporto dell'Unione Europea tramite Eit Food e in collaborazione con il centro di formazione professionale Engim Piemonte Artigianelli Torino. Durante questa prima fase 16 studenti degli «Artigianelli», scelti su base volontaria con l'aiuto di colloqui psicologici, hanno svolto un percorso finalizzato a promuovere uno stile di vita sano: per 5



settimane, gli studenti – di età compresa fra i 14 e i 17 anni – sono stati invogliati a collaborare, condividendo

gli stessi obiettivi dello «SmartFoodTrainings». Hanno lavorato assieme ad una nutrizionista per comprendere meglio le loro abitudini alimentari e riflettere su come modificarle, sono usciti ogni settimana con un personal trainer per allenarsi fuori dalla scuola e hanno imparato a documentare l'esperienza assieme ad un social media manager. I risultati raggiunti sono stati estremamente positivi: i ragazzi sono riusciti a cooperare e a sentirsi parte integrante di un gruppo, tanto da proporre di fare la spesa e iscriversi in palestra insieme e di partecipare alla seconda fase del progetto in qualità di mentori. Dopo un'attenta rendicontazione dei dati raccolti, quando verranno stanziati i fondi per il proseguimento di «Peers4Food», l'esperimento potrà continuare ed essere replicato in altre zone d'Italia e all'estero. Barbara Loera, responsabile scientifico dell'iniziativa e docente di Psicometria presso il Dipartimento di Psicologia di Torino spiega: «I dati che abbiamo rilevato confermano quello che abbiamo, in fondo, sempre saputo: che i ragazzi, opportunamente stimolati e seguiti, diventano attivi e propositivi, desiderosi di essere protagonisti della costruzione di un nuovo stile di vita. «Peers4Food» dimostra che, con un approccio diverso, che parli il linguaggio dei ragazzi senza essere impositivo, lo stile di vita corretto, un'alimentazione sana e, soprattutto, lo spirito di gruppo e di solidarietà tra pari per i nostri ragazzi sono obiettivi raggiungibili e, speriamo, duraturi. Inoltre le risultanze del gruppo di controllo a Varsavia – costituito da un gruppo di ragazzi «omogenei» per età e sesso – rendono l'approccio di «Peers4Food» un modello replicabile in altri contesti culturali, ovviamente adattato alle diverse realtà, tradizioni culinarie e situazioni climatiche».

Giuseppina DE LUCA

LA GAZZETTA DEL GUSTO – Peers4Food: come migliorare le abitudini alimentari senza imposizioni

<https://www.gazzettadelgusto.it/news-del-gusto/risultati-di-peers4food-adolescenti-e-alimentazione/>

15 novembre 2021



Peers4Food: come migliorare le abitudini alimentari senza imposizioni

Presentati a Torino i risultati del progetto di educazione alimentare dell'Istituto Europeo di Tecnologia (EIT). Lo scopo è ridurre l'obesità fra i bambini e i ragazzi dell'Unione Europea



Una foto di alcuni ragazzi che hanno partecipato al progetto Peers4food (Foto © Peers4food).

A Torino, presso il Collegio degli Artigianelli di Corso Palestro, sono stati presentati i risultati di **Peers4Food**, un **progetto di educazione alimentare** che ha raccolto la sfida dell'**Istituto Europeo di Tecnologia** (EIT) finalizzata a ridurre l'obesità fra i bambini e i ragazzi dell'Unione Europea.

Alla presenza di **Carlotta Salerno**, nuova assessora all'istruzione della giunta che si è recentemente insediata, si è appreso che **Italia e Cipro** sono i Paesi europei con la **maggiore incidenza di patologie collegate al sovrappeso in giovane e giovanissima età**.

Negli anni si è osservato come la dieta imposta "dall'alto" non funziona, se non è accompagnata da scelte alimentari consapevoli, esercizio fisico e da un miglioramento

generale dello stile di vita. Gli ultimi approfondimenti, infatti, dimostrano come soprattutto in età scolare la dieta classica è demotivante e talvolta deprimente.

Come fare allora ad avvicinare gli adolescenti a un rapporto più sano con il cibo?

Peers4food: avvicinare gli adolescenti al cibo sano

Peers4food è nato dalla collaborazione fra il [Dipartimento di Psicologia dell'Università di Torino](#), l'Istituto IMDEA di Madrid e la Facoltà di Psicologia di Varsavia.

Per settimane, l'indagine ha coinvolto un **gruppo di sedici studenti dai 14 ai 17 anni** (otto maschi e otto femmine) del centro di formazione professionale Engim Torino e un altro gruppo di coetanei presenti a Varsavia. Al campione non è stato imposto nulla, con un modello di educazione "da pari a pari" che ha lasciato i ragazzi liberi di interagire tra loro e con i colleghi polacchi per valutare l'evolversi delle abitudini alimentari di ciascuno, in seguito a laboratori pratici e alla lettura dei materiali didattici. Inoltre sono stati affiancati da dietologi, da psicologi per incontri settimanali e da professionisti di settori diversi con un approccio improntato alla multidisciplinarietà.



I ragazzi impegnati in un laboratorio di cucina (Foto © Peers4food).

Le proposte e le valutazioni degli esperti verranno usate per migliorare il progetto, qualora venisse rifinanziato per i prossimi anni. Le critiche hanno riguardato principalmente la qualità di materiali scritti, verso la fine del percorso.

L'incontro settimanale con la dietista

Ogni martedì, dal 27 settembre al 2 novembre, i partecipanti hanno incontrato la **dietista Marina Spanu** per riflettere sul loro rapporto con il cibo. Nel frattempo, grazie alla social media manager **Chiara Menardo**, hanno imparato a documentare la loro esperienza sui social.

Sul lato dell'attività fisica, ogni venerdì, i ragazzi si sono allenati per un paio di ore con i coach **Filippo Bernardo** e **Gian Lorenzo Silvagno**, fra esercizi individuali e sport di gruppo.



Il momento dell'allenamento (Foto © Peers4food).

I risultati di Peers4Food

Nella conferenza stampa tenutasi a Torino, la dottoressa **Barbara Loera**, responsabile scientifico di Peers4Food, ha illustrato i risultati di Peer4Food che hanno confermato la sua impressione precedente al lavoro: se stimolati, i ragazzi riescono a migliorare il proprio stile di vita.

Circa la metà degli studenti partecipanti (selezionati tramite colloqui, in accordo con le famiglie) non mangiava tre pasti regolari al giorno, quasi tutti non consumavano abbastanza frutta e verdura e abusavano degli snack tra un pasto e l'altro. A seguito dell'esperimento nessuno è dimagrito in modo significativo in quanto lo scopo era di risvegliare la coscienza alimentare di ognuno e non perdere peso.

Anche l'ambiente scolastico ne ha tratto beneficio. I ragazzi, provenienti da classi diverse e con variè età, hanno legato, si sono formate nuove amicizie e nuovi scambi; lo sport è diventato più importante per loro, non per vincere ma per stare meglio. Sono stati due dei partecipanti a parlare di questo con i giornalisti.

ASL TORINO – Progetto Peers4Food

<https://www.aslcittaditorino.it/progetto-peers4food/>

11 novembre 2021



Progetto “PEERS4FOOD

Il benessere come obiettivo fisico, mentale e sociale



Il dott. Filippo De Naro Papa e la dott.ssa Marina Spanu erano presenti alla Conferenza Stampa che si è tenuta giovedì 11 novembre 2021 al centro di formazione professionale ENGIM Piemonte Artigianelli Torino per presentare i primi risultati del progetto “PEERS4FOOD – insieme per uno stile di vita sano, divertendosi”.

[Progetto Peer4food: intervista alla dott.ssa Marina Spanu](#)



Il Benessere come obiettivo fisico, mentale e sociale

Il contributo della ASL Città di Torino al progetto PEERS4FOOD

INTERVISTA A MARINA SPANU

DIETISTA DEL SERVIZIO IGIENE DEGLI ALIMENTI E DELLA NUTRIZIONE

Di Loredana Masseria

La ASL Città di Torino è partner del Progetto Peers4food attraverso il servizio SIAN del Dipartimento di Prevenzione.

Il progetto, che coinvolge un gruppo di 15 ragazzi/e del Centro di Formazione Professionale ENGIM Piemonte "Artigianelli" Torino di Corso Palestro 14, promuove l'adozione di un'alimentazione sana e di uno stile di vita attivo attraverso la costruzione e il coinvolgimento positivo e propositivo del gruppo di pari.

Peers4Food è un progetto che coglie perfettamente il significato del termine *Salute* così come definito dall'OMS: "Uno stato di totale benessere fisico, mentale e sociale", nella consapevolezza che non possiamo pensare sia sufficiente una alimentazione sana se non stiamo bene nel contesto sociale in cui viviamo e se il nostro corpo non segue, con il movimento, le necessità alimentari.

Per questo il team è multidisciplinare dove, un dietista, un allenatore, un medico pediatra, un social media manager e il team di psicologi, responsabili del progetto, accompagnano i ragazzi tra i 14 e i 17 anni in ogni fase del percorso Peers4Food, al fine di co-costruire uno "smart food training" (SFT) che comprende dieta, esercizio fisico e supporto psicologico.

Per capire di che si tratta ne parliamo con Marina Spanu, Dietista del SIAN, ASL Città di Torino.

"E' un progetto internazionale che parte dal Dipartimento di Psicologia dell'Università degli Studi di Torino in collaborazione con l'Università di Varsavia e l'Istituto IMDEA di Madrid, con il supporto dell'Unione Europea attraverso EIT Food, Istituto Europeo di Tecnologia.

Noi, come servizio SIAN, siamo stati contattati dall'Università di Torino perché siamo accreditati e da tempo lavoriamo su temi che

riguardano uguaglianze e cibo anche con il Comune di Torino.



Siamo sempre stati presenti sul territorio e nelle scuole e il Dipartimento di Psicologia



dell'Università degli Studi di Torino ha apprezzato il taglio che diamo ai nell'educazione alimentare agli studenti".



Che tipo di approccio utilizzate?

"Il nostro approccio si basa sull'empatia e sulla contestualizzazione dell'azione; certo vi è parte teorica, ma evitiamo di caricarli di informazioni che per loro sono distanti, mentre puntiamo a far comprendere il valore del cibo e come distribuirlo durante la giornate, gli abbinamenti e le possibili scorciatoie. Gli adolescenti mangiano cibi da

strada, kebab, patatine, vedono le malattie correlate all'alimentazione qualcosa di molto lontano, noi dobbiamo farli riflettere sull'investimento che riveste una sana alimentazione correlata ad una buona attività fisica in un gruppo di pari dove la leva dell'emulazione possa far scattare il desiderio di stare bene, meglio. Per questo sono previsti gli incontri per una camminata sportiva con un trainer e per socializzare è prevista l'istituzione di un gruppo Facebook e Instagram dove scambiarsi risultati e informazioni".

Quindi qual è l'obiettivo?

"Da un lato l'obiettivo è accompagnare e responsabilizzare gradualmente gli studenti dell'ENGIM Piemonte "Artigianelli" Torino coinvolti nel progetto utilizzando le esperienze di gruppo come strumento di cambiamento e crescita; dall'altro, è importante che i ragazzi si comprendano che l'argomento alimentazione è un investimento di salute per il futuro ma permette di stare bene anche nel presente. Mi piacerebbe una risposta come quella che i ragazzi hanno avuto con le vaccinazioni. Lì c'è stata la risposta immediata ad un problema e sono stati un ottimo esempio per gli adulti.

LA VOCE TORINO – TORINO. Conclusa la prima fase del progetto “Peers4Food”

<https://www.lavocetorino.it/torino-conclusa-la-prima-fase-del-progetto-peers4food/>

11 novembre 2021



TORINO. Conclusa la prima fase del progetto ‘Peers4food’

Il progetto è vincitore di una challenge alla ricerca di nuovi metodi e linguaggi per ridurre la diffusione dell'obesità e del sovrappeso tra i bambini e i ragazzi



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

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

Barbara Loera, responsabile scientifico del progetto e professoressa associata di Psicometria, ha condotto per 5 settimane un team di professionisti in un percorso che ha coinvolto un gruppo di 16 ragazzi e ragazze dai 14 ai 17 anni, studenti del centro di formazione professionale ENGIM Piemonte “Artigianelli” Torino. *“I dati – commenta – confermano che i ragazzi, opportunamente stimolati e seguiti, diventano attivi e propositivi, desiderosi di essere protagonisti della costruzione di un nuovo stile di vita”.*

FUTURA NEWS – Peers4Food: insieme per promuovere uno stile di vita sano

<https://futura.news/peers4food-insieme-per-promuovere-uno-stile-di-vita-sano/>

11 novembre 2021



[HOME](#) | [CONFINI](#) | PEERS4FOOD: INSIEME PER PROMUOVERE UNO STILE DI VITA SANO



Ridurre la diffusione dell'obesità e del sovrappeso tra i ragazzi e i bambini dell'Unione Europea: è questo il motivo ispiratore del [progetto Peers4food](#), i cui risultati sono stati presentati oggi, 11 novembre, presso il Salotto delle Idee del Collegio Artigianelli. Un'idea che ha visto coinvolti in prima fila il dipartimento di Psicologia dell'Università degli studi di Torino, in collaborazione con l'Università di Varsavia e l'Istituto IMEDEA di Madrid. Per 5 settimane, un team di ricerca guidato dalla professoressa di psicometria **Barbara Loera** ha condotto un esperimento che ha coinvolto 16 ragazzi e ragazze dai 14 ai 17 anni, tutti studenti del centro di formazione ENGIM Piemonte "Artigianelli" di Torino.

Le studentesse e gli studenti selezionati, pur provenendo da livelli formativi diversi, sono stati incentivati a integrarsi attraverso un approccio *group building*, fondato sulla condivisione degli obiettivi e delle modalità di partecipazione. Il programma si è sostanziato in un percorso denominato *SmartFoodTraining*, durato dal 27 settembre al 2 novembre. Ogni martedì, i partecipanti hanno interagito con una dietista per raggiungere una migliore comprensione delle loro abitudini alimentari. Durante la settimana, grazie all'aiuto di una social media manager, hanno imparato a documentare la loro esperienza attraverso video, fotografie e meme. Infine, ogni venerdì sono usciti da scuola per due ore per allenarsi con un personal trainer in un giardino pubblico. I risultati sono stati sorprendenti: i partecipanti hanno maturato una buona capacità di riflessione sulle proprie scelte alimentari. Ad esempio, hanno chiesto di essere accompagnati [a fare la spesa](#) per chiarire, nella pratica quotidiana, quali prodotti prediligere al mercato e mostrato una buona propensione a continuare a svolgere una regolare attività fisica.

Commentando i risultati dell'indagine, Barbara Loera ha spiegato: "I dati che abbiamo rilevato confermano quello che abbiamo, in fondo, sempre saputo: che i ragazzi, opportunamente stimolati e seguiti, diventano attivi e propositivi, desiderosi di essere protagonisti della costruzione di un nuovo stile di vita. Peers4Food dimostra che, con un approccio diverso, lo stile di vita corretto, un'alimentazione sana e, soprattutto, lo spirito di gruppo e la solidarietà tra pari per i nostri ragazzi

sono obiettivi raggiungibili e, speriamo, duraturi. Inoltre, – ha proseguito la responsabile scientifica del progetto, – le risultanze del gruppo di controllo a Varsavia – costituito da un gruppo di ragazzi “omogenei” per età e sesso – rendono l’approccio di Peers4Food un modello replicabile in altri contesti culturali, ovviamente adattato alle diverse realtà, tradizioni culinarie e situazioni climatiche.” “Il progetto Peers4Food “, ha sottolineato **Carlotta Salerno**, assessora della Città alla sua prima partecipazione ufficiale sul fronte delle deleghe giovanili, “è pienamente in linea con l’attenzione e l’impegno dell’Amministrazione comunale verso i più giovani in tema di educazione alimentare e tutela della salute”.

Anche **Fabrizio Revello**, Responsabile per i corsi O.I. (Obbligo d’Istruzione) della sede ENGIM Piemonte “Artigianelli” Torino, ha espresso soddisfazione per gli obiettivi raggiunti: “È stata un’esperienza che ha realmente coinvolto ed entusiasmato le ragazze e i ragazzi che hanno partecipato. Studenti provenienti da percorsi diversi e con età diverse si sono messi in gioco e hanno affrontato questa sfida, consapevoli di quanto sia importante uno stile di vita sano”.

TORADIO NEWS – Peers4food: insieme per uno stile di vita sano

<https://toradionews.it/peers4food-insieme-per-uno-stile-di-vita-sano/>

11 novembre 2021



Peers4food: insieme per uno stile di vita sano



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

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

L'obiettivo di Peers4Food è co-costruire con i ragazzi uno "smart food training" che includa dieta, esercizio fisico e supporto psicologico pensato per accompagnare e responsabilizzare progressivamente gli adolescenti coinvolti utilizzando le esperienze di gruppo come strumento di cambiamento e crescita.

Ad essere coinvolti, 16 ragazzi e ragazze dai 14 ai 17 anni, studenti del centro di formazione professionale ENGIM Piemonte "Artigianelli" Torino, sotto la supervisione di Barbara Loera, Professoressa associata di Psicometria di UniTo. Completano l'equipe un nutrizionista, un allenatore, un medico, un social media manager e il team di psicologi e responsabili del progetto.

Oltre all'aspetto della salute fisica, non viene tralasciato il benessere psicologico e mentale. L'esperienza vuole sviluppare le risorse personali e interpersonali degli stessi ragazzi: autostima, autoefficacia, capacità di interazione condivisione con l'altro.

Commenta Barbara Loera: “I dati confermano che i ragazzi, opportunamente stimolati e seguiti, diventano attivi e propositivi, desiderosi di essere protagonisti della costruzione di un nuovo stile di vita. Con lo spirito di gruppo e la solidarietà tra pari, per i nostri ragazzi sono obiettivi raggiungibili e, speriamo, duraturi”.

Interviene alla conferenza stampa di presentazione dei dati, anche Carlotta Salerno, Assessora all'Istruzione e alle Politiche Giovanili: “Il Progetto Peers4Food è pienamente in linea con l'attenzione e l'impegno dell'amministrazione comunale verso i più giovani in tema di educazione alimentare e tutela della salute.”

I risultati della ricerca verranno a breve sottoposti a EIT Food per una verifica del raggiungimento degli obiettivi, a seguito della quale partirà la seconda fase che coinvolgerà nuovi gruppi di ragazzi e che vedrà i primi protagonisti del progetto diventare mentori dei loro coetanei. Parallelamente, la ricerca verrà proposta anche in Polonia e Spagna, esportando così il modello Peers4Food.

TOradio è onorata di aver potuto seguire da una posizione privilegiata l'avvio del progetto e ne seguirà anche gli sviluppi.

TORINO OGGI – Con Peers4Food Torino diventa capitale della lotta all'obesità giovanile coinvolgendo i ragazzi

<https://www.torinoggi.it/2021/11/11/mobile/leggi-notizia/argomenti/attualita-8/articolo/con-peers4food-torino-diventa-capitale-della-lotta-allobesita-giovanile-coinvolgendo-i-ragazzi.html>

11 novembre 2021



Con Peers4Food Torino diventa capitale della lotta all'obesità giovanile coinvolgendo i ragazzi

Il progetto, ideato dal Dipartimento di Psicologia dell'Università di Torino, ha visto un gruppo di 16 studenti di Engim impegnati in un percorso “tra pari” volto alla promozione di stili di vita sani



Con Peers4Food Torino diventa capitale della lotta all'obesità giovanile coinvolgendo i ragazzi

Torino dà una scossa alla lotta all'obesità giovanile grazie a Peers4Food: il progetto (vincitore di una challenge lanciata dall'Istituto Europeo di Tecnologia, ndr), ideato dal Dipartimento di Psicologia dell'Università di Torino in collaborazione con l'ateneo di Varsavia e l'Istituto IMDEA di Madrid, ha coinvolto 16 ragazzi iscritti ai corsi dell'ENGIM Piemonte “Artigianelli” (tra i 14 e i 17 anni) in un percorso “tra pari” alla scoperta di un'alimentazione di qualità, dell'esercizio fisico e di stili di vita sani per combattere una tendenza sempre più frequente soprattutto nelle fasce di età più basse.

Disuguaglianza sociale causata dal cibo

Peers4Food va a colpire, grazie all'apporto dato da professionalità del mondo della psicologia, delle scienze motorie, della comunicazione e della medicina, un tema fondamentale come la scarsa educazione alimentare che porta a frequenti problematiche legate al peso: “Lo scarso accesso a cibo sano e di qualità - ha spiegato la responsabile scientifica Barbara Loera - è una delle cause maggiori di disuguaglianza sociale: in Italia, la percentuale di bambini sovrappeso corrisponde al 20% del totale e questo sta portando a un aumento delle patologie tipiche di questa condizione come ictus e malattie cardiache anche in età giovanile”.

L'importanza del gruppo dei pari

La prima fase, durata 5 settimane, si è recentemente conclusa e ha visto i **partecipanti come protagonisti principali della propria esperienza**: *“Imporre delle diete - ha aggiunto Loera - senza la necessaria condivisione è sbagliato, mentre l'approccio utilizzato ha previsto una tipologia di apprendimento attraverso le dinamiche di gruppo e un'interazione strutturata come strumento di cambiamento; grazie al confronto costruttivo orientato a un obiettivo condiviso abbiamo avuto dinamiche che non saremmo mai riusciti ad attivare lavorando sui singoli”*.

Salerno: “Dobbiamo usare lo stesso linguaggio dei giovani”

Il progetto, sviluppato anche in collaborazione con l'Asl, è stato valutato attentamente anche dalla **Città di Torino** come esempio di buona pratica: *“Se vogliamo penetrare - ha sottolineato l'assessora alle politiche giovanili e all'istruzione Carlotta Salerno - nella comunità giovanile dobbiamo adottare lo stesso linguaggio, per questo l'approccio utilizzato da Peers4Food è fondamentale. L'esperienza del food spesso viene vissuta soltanto a livello visivo ed estetico senza considerare la conoscenza delle materie prime e l'impatto sul nostro corpo; dobbiamo lavorare in questa direzione per favorire sia il benessere fisico che psicologico”*.



UNITO NEWS – PEERS4FOOD, insieme per promuovere uno stile di vita sano

https://www.unitonews.it/index.php/it/news_detail/peers4food-insieme-promuovere-uno-stile-di-vita-sano-divertendosi?pos=1

11 novembre 2021



PEERS4FOOD, insieme per promuovere uno stile di vita sano



Il progetto internazionale, che parte dal Dipartimento di Psicologia UniTo, mira a sostenere un'alimentazione sana e uno stile di vita attivo per gli adolescenti

Andare a scuola ogni mattina e, oltre alle materie curriculari, dedicare del tempo a imparare i principi di un'alimentazione salutare e di una vita attiva, con un approccio partecipato in cui i ragazzi sono protagonisti, allievi e, allo stesso tempo, maestri. È quanto sta accadendo a un primo gruppo di 15 ragazzi/e del Centro di Formazione Professionale ENGIM Piemonte "Artigianelli" Torino (Corso Palestro 14), che per 5 settimane saranno i protagonisti di Peers4Food, il progetto internazionale guidato da Barbara Loera, Professoressa associata di Psicometria presso il Dipartimento di Psicologia dell'Università di Torino, che parte dal Dipartimento di Psicologia UniTo in collaborazione con l'Università di Varsavia e l'Istituto IMDEA di Madrid, con il supporto dell'Unione Europea attraverso EIT Food, Istituto Europeo di Tecnologia.

Secondo il rapporto Eurispes 2020, i ragazzi italiani sono quelli che presentano, nell'intera Unione Europea, la maggior percentuale di sovrappeso (21,3%) e obesità (9,3%). Secondo gli psicologi, e come ogni genitore o docente sa bene, nell'adolescenza il gruppo dei pari è un fattore fondamentale: per crescere, per rispecchiarsi nell'altro, per conoscersi. È unendo queste due considerazioni che nasce Peers4Food, progetto che promuove l'adozione di un'alimentazione sana e di uno stile di vita attivo attraverso la costruzione e il coinvolgimento positivo e propositivo del gruppo di pari.

Rivolto agli adolescenti tra i 14 e i 17 anni, l'obiettivo di Peers4Food è co-costruire con i partecipanti uno "smart food training" (SFT) che includa dieta, esercizio fisico e supporto psicologico pensato per accompagnare e responsabilizzare progressivamente gli adolescenti coinvolti utilizzando le esperienze di gruppo come strumento di cambiamento e crescita. All'interno di Peers4Food, la crescita individuale passa attraverso l'inserimento e il coinvolgimento nel gruppo di coetanei e si realizza mediante attività ed esperienze "smart" da svolger insieme, inizialmente organizzate, sollecitate e accompagnate da ricercatori e professionisti esperti che, gradualmente, lasceranno sempre più spazio alla creatività e alle capacità dei partecipanti. Un nutrizionista, un allenatore, un medico, un social media manager e il team di psicologi e responsabili del progetto accompagneranno i ragazzi in ogni fase di Peers4Food.

Grazie alla collaborazione attiva di ENGIM Piemonte "Artigianelli" Torino, ente che realizza attività di formazione e di orientamento professionale rivolte a giovani in obbligo di istruzione, adulti, stranieri, disoccupati, disabili e imprese, ai ragazzi verrà proposta una esperienza di peer education innovativa, a partire da una prima colazione, dolce o salata, buona ed equilibrata, studiata dalla nutrizionista del progetto. L'attività fisica con un trainer specializzato, spazi reali e virtuali protetti e condivisi per "fare gruppo" e cementare le relazioni e il rinforzo positivo con leggerezza e divertendosi sono i pilastri di un progetto globale in cui la fiducia nella motivazione e creatività dei ragazzi vengono valorizzate, senza mai lasciarli soli. Progetto che si armonizza con il "cuore" dell'azione educativa di ENGIM PIEMONTE basata sulla centralità della persona, l'attenzione all'individuo, la capacità di ascoltare, accompagnare e supportare coloro che vivono e frequentano i Centri formativi ENGIM, offrendo loro opportunità di crescita umana e professionale.

Il progetto si articola in quattro fasi:

- Nelle **prime due settimane**: incontri con i professionisti per discutere le abitudini alimentari e lo stile di vita e programmare insieme la nuova dieta, i metodi alternativi di preparazione del cibo, le attività fisiche e le attività ludiche da svolgere in gruppo.
- La **terza settimana** segna il passaggio graduale all'autonomia. I partecipanti si relazioneranno principalmente tra loro per organizzare lo SFT, sotto la supervisione dei professionisti.
- La **quarta settimana** sarà gestita esclusivamente dai ragazzi, e si concluderà con una discussione di gruppo, per condividere le difficoltà ed elaborare le soluzioni.
- A partire dalla **quinta settimana**, i ragazzi completeranno la formazione, in modo sempre più autonomo, e verrà loro chiesto di diventare mentori per nuovi partecipanti.

I ricercatori e i professionisti resteranno sempre accessibili e si terranno incontri regolari di gruppo per monitorare i miglioramenti. Ogni partecipante sarà visitato ad inizio e fine progetto da un medico. Il progetto prevede che oltre all'interazione in presenza i partecipanti condividano la loro esperienza sui canali social, dando vita a profili Instagram e Facebook specificamente dedicati e gestiti da un social media manager, in accordo con la normativa italiana sulla privacy e aderendo alle prescrizioni dell'EIT in materia di comunicazione e public engagement. Come una rete che si espande, in cui ogni nodo è un ragazzo che insieme ai coetanei impara e insegna, il progetto Peers4Food si propone di cambiare gli stili di vita e la percezione di sé degli adolescenti che vi prendono parte attraverso una leva fondamentale: la fiducia nelle loro capacità e nel supporto dei pari.

Collaborano a Peers4Food:

- **ENGIM Piemonte "Artigianelli" Torino** – Corso Palestro 14, Torino. *Il Centro è parte di Fondazione ENGIM – Ente Nazionale Giuseppini del Murialdo, che opera in Italia e all'estero nell'ambito della formazione professionale e della cooperazione internazionale con 25 centri formativi frequentati da oltre 9000 studenti;*
- **C.F.S. ssd arl** - associazione sportiva;
- **Marina Spanu** – Dietista presso Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione - Asl Città di Torino;
- **Manuela Pagano** – Pediatra;
- **Gian Lorenzo Silvagno** – Istruttore laureato Suism.

LA VOCE DELLA DORA – PEERS4FOOD: gli stili di vita si cambiano insieme, divertendosi.

<https://www.lavoicedelladora.it/2021/10/14/peers4food-gli-stili-di-vita-si-cambiano-insieme-divertendosi/>

14 ottobre 2021

La Voce della Dora



PEERS4FOOD: Gli stili di vita si cambiano insieme, divertendosi.

Un progetto dell'Università di Torino dedicato agli adolescenti per una vita sana e attiva.

Parte da Torino un progetto che promuove, con un approccio innovativo, la diffusione di uno stile di vita attivo e un'alimentazione corretta negli adolescenti dai 14 ai 17 anni.

Il progetto del *Dipartimento di Psicologia dell'Università di Torino*, in collaborazione con l'*Università di Varsavia* e l'*Istituto IMDEA di Madrid*, con il supporto dell'Unione Europea attraverso *EIT Food*, *Istituto Europeo di Tecnologia* prende il nome di **Peers4Food** e coinvolge, nella prima fase, che inizia proprio in questi giorni, un gruppo di 16 ragazzi e ragazze dell'**Istituto ENGIM Piemonte "Artigianelli" di Torino**. Secondo il rapporto **Eurispes 2020**, i ragazzi italiani sono quelli che presentano, nell'intera Unione Europea, la maggior percentuale di **sovrappeso (21,3%)** e **obesità (9,3%)**.

Per gli psicologi, come ogni genitore o docente sa bene per esperienza, nell'adolescenza il gruppo dei pari è un fattore fondamentale per crescere, per rispecchiarsi nell'altro, per conoscersi.

Unendo queste considerazioni è nato **Peers4Food**: un cambiamento duraturo ed efficace nello stile di vita degli adolescenti ha maggiori possibilità di successo se passa attraverso lo stimolo positivo del gruppo di pari.

L'intento è far sentire i ragazzi protagonisti attivi e propositivi del cambiamento nello stile di vita. Il gruppo diventa il luogo in cui imparare e insegnare, lo sprone a migliorare e in cui trovare aiuto nei momenti di difficoltà.

Saranno gli stessi ragazzi, insieme a uno psicologo, una nutrizionista e un allenatore a co-costruire un percorso, chiamato Smart Food Training, comprendente dieta, esercizio fisico e supporto psicologico.

Inizialmente, le attività verranno proposte dal gruppo di professionisti di Peers4Food, coordinati da Barbara Loera, Professoressa associata di Psicometria presso [il Dipartimento di Psicologia](#) dell'Università degli Studi di Torino. I professionisti, in modo graduale, lasceranno poi spazio ai partecipanti, mantenendo un ruolo di supervisione.

Saranno quindi i ragazzi a proporre e organizzare le loro attività, come gare di cucina, scambi di ricette, attività all'aperto, esperienze creative. I ragazzi saranno essi stessi protagonisti del cambiamento, insieme.

L'attività fisica con un trainer specializzato, spazi reali e virtuali protetti e condivisi per "fare gruppo" e cementare le relazioni e il rinforzo positivo con leggerezza e divertendosi sono i pilastri di un progetto globale in cui la fiducia nella motivazione e creatività degli adolescenti vengono valorizzate, senza mai lasciarli soli.

Il progetto si articola in fasi successive.

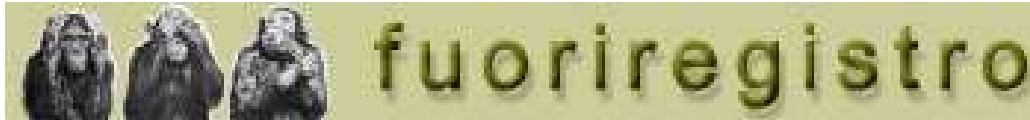
1. Nelle **prime due settimane**: incontri con i professionisti per discutere le abitudini alimentari e lo stile di vita e programmare insieme la nuova dieta, i metodi alternativi di preparazione del cibo, le attività fisiche e le attività ludiche da svolgere in gruppo.
2. La **terza settimana** segna il passaggio graduale all'autonomia. I partecipanti si relazioneranno principalmente tra loro per organizzare lo *SFT*, sotto la supervisione dei professionisti.
3. La **quarta settimana** sarà gestita esclusivamente dai ragazzi, e si concluderà con una discussione di gruppo, per condividere le difficoltà ed elaborare le soluzioni.
4. A partire dalla **quinta settimana**, i ragazzi completeranno la formazione, in modo sempre più autonomo, e verrà loro chiesto di diventare mentori per nuovi partecipanti.

Come una rete che si espande, in cui ogni nodo è un ragazzo che insieme ai coetanei impara e insegna, il progetto **Peers4Food** si propone di cambiare gli stili di vita e la percezione di sé degli adolescenti che vi prendono parte attraverso una leva fondamentale: la fiducia nelle loro capacità e nel supporto dei pari. Ma il progetto Peers4Food non si ferma a Torino: la collaborazione con l'Università di Varsavia, dell'Istituto IMDEA di Madrid e di EIT Food lo rendono un modello da espandere, adattandolo alle diverse realtà, nel resto d'Italia e in Europa.

FUORIREGISTRO – Peers4Food - Torino

<http://www.didaweb.net/fuoriregistro/leggi.php?a=18804>

11 ottobre 2021



PEERS4FOOD -TORINO

PEERS4FOOD

INSIEME PER PROMUOVERE UNO STILE DI VITA SANO, DIVERTENDOSI

Andare a scuola ogni mattina e, oltre alle materie curricolari, dedicare del tempo a imparare i principi di un'alimentazione salutare e di una vita attiva, con un approccio partecipato in cui i ragazzi sono protagonisti, allievi e, allo stesso tempo, maestri. Essere parte di un progetto internazionale che parte dal **Dipartimento di Psicologia dell'Università degli Studi di Torino** in collaborazione con l'**Università di Varsavia** e l'**Istituto IMDEA di Madrid**, con il supporto dell'Unione Europea attraverso **EIT Food, Istituto Europeo di Tecnologia**.

È quanto sta accadendo a un primo gruppo di 15 ragazzi/e del **Centro di Formazione Professionale ENGIM Piemonte "Artigianelli" Torino** di Corso Palestro 14, che per 5 settimane saranno i protagonisti del progetto **Peers4Food** guidato da Barbara Loera, Professoressa associata di Psicometria presso il Dipartimento di Psicologia dell'Università degli Studi di Torino.

Secondo il rapporto Eurispes 2020, i ragazzi italiani sono quelli che presentano, nell'intera Unione Europea, la maggior percentuale di sovrappeso (21,3%) e obesità (9,3%). Secondo gli psicologi, e come ogni genitore o docente sa bene, nell'adolescenza il gruppo dei pari è un fattore fondamentale: per crescere, per rispecchiarsi nell'altro, per conoscersi.

È unendo queste due considerazioni che nasce **Peers4Food**, progetto che promuove l'adozione di un'alimentazione sana e di uno stile di vita attivo attraverso la costruzione e il coinvolgimento positivo e propositivo del gruppo di pari.

Rivolto agli adolescenti tra i 14 e i 17 anni, l'obiettivo di Peers4Food è co-costruire con i partecipanti uno "smart food training" (SFT) che includa dieta, esercizio fisico e supporto psicologico pensato per accompagnare e responsabilizzare progressivamente gli adolescenti coinvolti utilizzando le esperienze di gruppo come strumento di cambiamento e crescita.

All'interno di Peers4Food, la crescita individuale passa attraverso l'inserimento e il coinvolgimento nel gruppo di coetanei e si realizza mediante attività ed esperienze "smart" da svolger insieme, inizialmente organizzate, sollecitate e accompagnate da ricercatori e professionisti esperti che, gradualmente, lasceranno sempre più spazio alla creatività e alle capacità dei partecipanti.

Un nutrizionista, un allenatore, un medico, un social media manager e il team di psicologi e responsabili del progetto accompagneranno i ragazzi in ogni fase di Peers4Food.

Grazie alla collaborazione attiva di ENGIM Piemonte "Artigianelli" Torino, ente che realizza attività di formazione e di orientamento professionale rivolte a giovani in obbligo di istruzione, adulti, stranieri, disoccupati, disabili e imprese, ai ragazzi verrà proposta una esperienza di peer education innovativa, a partire da una prima colazione, dolce o salata, buona ed equilibrata, studiata dalla nutrizionista del progetto.

L'attività fisica con un trainer specializzato, spazi reali e virtuali protetti e condivisi per "fare gruppo" e cementare le relazioni e il rinforzo positivo con leggerezza e divertendosi sono i pilastri di un progetto globale in cui la fiducia nella motivazione e creatività dei ragazzi vengono valorizzate, senza mai lasciarli soli. Progetto che si armonizza con il "cuore" dell'azione educativa di ENGIM PIEMONTE basata sulla centralità della persona, l'attenzione all'individuo, la capacità di ascoltare, accompagnare e supportare coloro che vivono e frequentano i Centri formativi ENGIM, offrendo loro opportunità di crescita umana e professionale.

PEERS4FOOD: come funziona

Il progetto si articola in fasi successive.

a- Nelle prime due settimane: incontri con i professionisti per discutere le abitudini alimentari e lo stile di vita e programmare insieme la nuova dieta, i metodi alternativi di preparazione del cibo, le attività fisiche e le attività ludiche da svolgere in gruppo.

b- La terza settimana segna il passaggio graduale all'autonomia. I partecipanti si relazioneranno principalmente tra loro per organizzare lo SFT, sotto la supervisione dei professionisti.

c- La quarta settimana sarà gestita esclusivamente dai ragazzi, e si concluderà con una discussione di gruppo, per condividere le difficoltà ed elaborare le soluzioni.

d- A partire dalla quinta settimana, i ragazzi completeranno la formazione, in modo sempre più autonomo, e verrà loro chiesto di diventare mentori per nuovi partecipanti.

I ricercatori e i professionisti resteranno sempre accessibili e si terranno incontri regolari di gruppo per monitorare i miglioramenti. Ogni partecipante sarà visitato ad inizio e fine progetto da un medico.

Il progetto prevede che oltre all'interazione in presenza i partecipanti condividano la loro esperienza sui canali social, dando vita a profili Instagram e Facebook specificamente dedicati e gestiti da un social media manager, in accordo con la normativa italiana sulla privacy e aderendo alle prescrizioni dell'EIT in materia di comunicazione e public engagement.

Come una rete che si espande, in cui ogni nodo è un ragazzo che insieme ai coetanei impara e insegna, il progetto Peers4Food si propone di cambiare gli stili di vita e la percezione di sé degli adolescenti che vi prendono parte attraverso una leva fondamentale: la fiducia nelle loro capacità e nel supporto dei pari.

Collaborano a Peers4Food:

- ENGIM Piemonte "Artigianelli" Torino - Corso Palestro 14, Torino. Il Centro è parte di Fondazione ENGIM - Ente Nazionale Giuseppini del Murialdo, che opera in Italia e all'estero nell'ambito della formazione professionale e della cooperazione internazionale con 25 centri formativi frequentati da oltre 9000 studenti;
- C.F.S. ssd arl - associazione sportiva;
- Marina Spanu - Dietista presso Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione - Asl Città di Torino;
- Manuela Pagano - Pediatra;
- Gian Lorenzo Silvagno - Istruttore laureato Suism;

Progetto Peers4Food

IL GIORNALE DEL PIEMONTE – “Peers4Food”, il progetto alimentare rivolto agli adolescenti tra i 14 e i 17 anni

13 ottobre 2021

del Piemonte il Giornale

UNIVERSITÀ

I progetti tra Genova e Torino

Servizio a pagina 6

Università di Torino e formazione

«Peers4Food», il progetto alimentare rivolto agli adolescenti tra i 14 e i 17 anni

■ Andare a scuola ogni mattina e, oltre alle materie curricolari, dedicare del tempo a imparare i principi di un'alimentazione salutare e di una vita attiva, con un approccio partecipato in cui i ragazzi sono protagonisti, allievi e, allo stesso tempo, maestri. È quanto sta accadendo a un primo gruppo di 15 ragazzi/e del Centro di Formazione Professionale Engim Piemonte «Artigianelli» Torino (Corso Palestro 14), che per 5 settimane saranno i protagonisti di Peers4Food, il progetto internazionale guidato da Barbara Loera, professoressa associata di Psicometria presso il Dipartimento di Psicologia dell'Università di Torino, che parte dal Dipartimento di Psicologia UnifTo in collaborazione con l'Università di Varsavia e l'Istituto Imdea di Madrid, con il supporto dell'Unione Europea attraverso EIT Food, Istituto Europeo di Tecnologia.

Secondo il rapporto Eurispes 2020, i ragazzi italiani sono quelli che presentano, nell'intera Unione Europea, la maggior percentuale di sovrappeso (21,3%) e obesità (9,3%). Secondo gli psicologi, e come ogni genitore o docente sa bene, nell'adolescenza il gruppo dei pari è un fattore fondamentale: per crescere, per rispecchiarsi nell'altro, per conoscersi.

È unendo queste due considerazioni che nasce Peers4Food, progetto che promuove l'adozione di un'alimentazione sana e di uno stile di vita attivo attraverso la costruzione e il co-

involgimento positivo e propositivo del gruppo di pari. Rivolto agli adolescenti tra i 14 e i 17 anni, l'obiettivo di Peers4Food è co-costruire con i partecipanti uno «smart food training» (SFT) che includa dieta, esercizio fisico e supporto psicologico pensato per accompagnare e responsabilizzare progressivamente gli adolescenti coinvolti utilizzando le esperienze di gruppo come strumento di cambiamento e crescita. All'interno di Peers4Food, la crescita individuale passa attraverso l'inserimento e il coinvolgimento nel gruppo di coetanei e si realizza mediante attività ed esperienze smart da svolgere insieme, inizialmente organizzate, sollecitate e accompagnate da ricercatori e professionisti esperti che, gradualmente, lasceranno sempre più spazio alla creatività e alle capacità dei partecipanti. Un nutrizionista, un allenatore, un medico, un social media manager e il team di psicologi e responsabili del progetto accompagneranno i ragazzi in ogni fase di Peers4Food. Ai ragazzi verrà proposta una esperienza di peer education innovativa, a partire da una prima colazione, dolce o salata, buona ed equilibrata, studiata dalla nutrizionista del progetto. L'attività fisica con un trainer specializzato, spazi reali e virtuali protetti e condivisi per "fare gruppo" e cementare le relazioni e il rinforzo positivo con leggerezza e divertendosi sono i pilastri di un progetto globale in cui la fiducia nella motivazione e creatività dei ragazzi vengono valorizzate, senza mai lasciarli soli.

LA VOCE E IL TEMPO

DOMENICA, 10 OTTOBRE 2021

RUBRICHE

LA VOCE E IL TEMPO 27

Equo Torino



stefano.lullo@vocetempo.it

Mondo Nuovo, le botteghe per il Salone del Libro

Le botteghe del commercio equo e solidale di Mondo Nuovo - Altronicato di Torino, in collaborazione con EquoGarantito e Medici Senza Frontiere, in occasione del Salone del Libro, organizzano tre giorni di iniziative dedicate al tema delle migrazioni. Giovedì 14 ottobre dalle 15.30 in via Garibaldi sarà presente un gazebo informativo e alcune attività social. Partecipando è possibile vincere il libro «Le ferite» a cura di Caterina Bonvicini, Einaudi editore. Venerdì 15 alle 18 presso la bottega di via XX Settembre si terrà la presentazione del

libro «Le ferite», il cui margine editoriale viene devoluto a Medici Senza Frontiere. Sabato 16 dalle 19.30 è in programma una cena benefit sul tema delle migrazioni a cura de l'Articcicc presso il Salone Valdese in corso Vittorio Emanuele II 23. Sono obbligatorie prenotazione e green pass entro giovedì 14 ottobre. Per informazioni: www.mondonuovo.info.



UNIVERSITÀ-ENIGM - PROGETTO

A scuola si impara a mangiare in modo sano

Andare a scuola e, oltre alle materie curricolari, dedicare del tempo per imparare i principi di un'alimentazione salutare e di una vita attiva. Andare a scuola e consumare insieme ai compagni una colazione equilibrata, dolce o salata, per iniziare la giornata in modo sano e pieno di energia.

L'obiettivo del progetto promosso dal Dipartimento di Psicologia dell'Università degli Studi di Torino, in collaborazione con l'Università di Varsavia e l'Istituto Iñdica di Madrid, con il supporto dell'Unione Europea attraverso Efi Food, Istituto europeo di tecnologia.

La sperimentazione parte da un primo gruppo di 15 studenti del Centro di Formazione professionale Engim Piemonte presso il Collegio Artigianelli in corso Palestro a Torino, che per 5 settimane saranno protagonisti del progetto «PeersFood» guidato da Barbara Locca, docente associata di Psicometria presso il Dipartimento di Psicologia dell'Università degli Studi di Torino.

Secondo il rapporto Eurispes 2020, i ragazzi italiani sono quelli che presentano, nell'intera Unione Europea, la maggior percentuale di sovrappeso (21,3%) e obesità (9,3%). «Secondo gli psicologi», spiegano i promotori del progetto, «è come ogni genitore o docente sa bene, nell'adolescenza il gruppo dei pari è un fattore fondamentale per crescere, per rispecchiarsi nell'altro, per conoscersi. E tenendo queste due considerazioni che nasce «PeersFood», progetto che promuove l'adozione di un'alimentazione sana e di uno stile di vita attivo attraverso la costruzione e il coinvolgimento positivo e propositivo del gruppo di pari».

Rivolto agli adolescenti tra i 14 e i 17 anni, l'obiettivo di «PeersFood», come evidenziano gli organizzatori, «è costruire con i partecipanti uno 'smart food training' (Sft) che include dieta, esercizio fisico e supporto psicologico pensato per accompagnare e responsabilizzare progressivamente gli adolescenti coinvolti utilizzando le esperienze di gruppo come strumento di cambiamento e crescita». Un nutrizionista, un allenatore, un medico, un social media manager e il team di psicologi e responsabili accompagneranno i ragazzi in ogni fase del progetto. «Grazie alla collaborazione di Engim Piemonte - Collegio Artigianelli di Torino», proseguono gli organizzatori, «verrà proposta una esperienza di peer education innovativa, a partire da una prima colazione, dolce o salata, buona ed equilibrata, studiata dalla nutrizionista del progetto».

S.D.L.

«THE LAST TWENTY» - CONCLUSO IL PRIMO INCONTRO FRA I RAPPRESENTANTI DELLE NAZIONI PIÙ POVERE

I venti Paesi più poveri del mondo concludono il loro primo incontro alternativo al G20 con una consapevolezza: l'emergenza non ha fine e si declina in molti modi, con cause scatenanti antiche e nuovi volti. Alla fame atavica si aggiunge la sete, alla povertà endemica siccità e alluvioni, alla bramosia del profitto le strategie politiche. Solo un nemico resta quello di sempre: la guerra.

I due terzi dei venti Paesi più poveri - Malawi, Etiopia, Guinea Conakry, Liberia, Yemen, Guinea Bissau, Repubblica Democratica del Congo, Mozambico, Sierra Leone, Burkina Faso, Eritrea, Mali, Burundi, Sudan, Chad, Sud Sudan, Repubblica Centrafricana, Niger, Libano e Afghanistan - vivono un conflitto, una guerra civile o fronteggiano scorre dell'insurrezione jihadista. Paesi a reddito medio, come il Libano o la Siria precipitano nella povertà a causa della guerra.

Al termine dei quattro appuntamenti italiani «The Last Twenty» chiedono, con un documento inviato ai membri del G20, all'Unione Europea e al Governo italiano, di promuovere iniziative di pace e di affrontare congiuntamente le altre emergenze.

Per esempio favorendo la revisione della filiera alimentare, che lascia le briciole ai produttori, mentre distribuzione e logistica si dividono il resto ma anche favorendo la agro-ecologia e la biodiversità compromesse dall'azione fagocitante dei produttori di sementi, soprattutto Ogm. Le aree coltivabili in Africa hanno scatenato l'appetito dei cinesi, che in pochi anni hanno acquistato terreni agricoli da affiancare allo

Ultimi della Terra al G20 e all'UE: «Aiutateci!»



shopping di miniere, per un territorio grande come la Francia. Contemporaneamente hanno invaso l'Africa di prodotti cinesi a basso costo uccidendo l'artigianato locale di scarpe e utensili per la casa. L'emergenza alimentare avrà nuovi picchi con le

enormi dighe in costruzione sia in Africa sia in Asia: basti pensare alle modifiche che lo sfruttamento in Etiopia porterà al corso del Nilo, con l'impovertimento di tutte le aree lungo a valle, in particolare alla foce egiziana. Una situazione che rischia di scatenare il conflitto tra Etiopia, Sudan ed Egitto. Salute, istruzione, energie alternative gli altri obiettivi prioritari. Gli investimenti dei Paesi più ricchi devono essere costanti, proiettati a lungo termine e concentrarsi sui progetti prioritari per consentire il progressivo miglioramento delle condizioni di vita dei Paesi più poveri. L'unica strada che sembra percorribile per favorire anche percorsi di democrazia

e di lotta alla corruzione. L'evento «The Last Twenty» ha fatto emergere «la indispensabile necessità che tutte le Ong e le organizzazioni di volontariato decidano di unire le forze», commenta Tonino Perina, vice sindaco di Reggio Calabria, coordinatore del Comitato The Last Twenty, «coinvolgendo le comunità di immigrati dei Paesi europei, che possono svolgere un ruolo fondamentale di ponte verso i Paesi di provenienza». Dandosi appuntamento al prossimo anno i partecipanti a The Last Twenty hanno registrato l'adesione di due nuove importanti realtà: il Gruppo Abele e la rete nazionale Laudato Si'.

Mauro FRESKO

FESTA DELLA TERRA - ORGANIZZATA DAL SERMIG PER MOSTRARE GLI OBIETTIVI RAGGIUNTI DAL GRUPPO «RESTITUZIONE TECNOLOGICA»

Da Cumiana soluzioni reali per lo sviluppo dei Paesi più poveri

Al Villaggio Globale di Cumiana sabato 25 settembre si è tenuta la tradizionale «Festa della Terra», appuntamento periodico organizzato dal Sermig con lo scopo di mostrare ai partecipanti gli obiettivi raggiunti dalle attività del gruppo «Re.Te» (Restituzione Tecnologica) che cerca soluzioni per lo sviluppo delle aree più povere del mondo e unisce conoscenze e competenze per dare risposte concrete dal punto di vista tecnico alle necessità dei Paesi in via di sviluppo. La festa ha avuto luogo nel pomeriggio, dapprima con la presentazione al pubblico dei progetti della «Re.Te» e la condivisione di esperienze innovative del territorio, e in seguito con la Messa celebrata da padre Albano, che aiuta e accoglie bambini di strada a Baia Mare, in Romania. Infine si è tenuto un momento conviviale, con pizza per tutti. «Lo scopo dell'iniziativa», spiega Ri-

naldo Canalis del Sermig, responsabile della «Re.Te», «è quello di portare nei vetrini ciò che facciamo grazie al lavoro dei tanti volontari, una rassegna in cui mostriamo alle persone che i problemi li risolviamo davvero, non si tratta solo di parole al vento». La «Re.Te» nasce nella culla della speranza tecnologica e si basa sulle conoscenze tecniche, che devono essere rispettose sul piano ecologico, e, soprattutto, vanno restituite. E come? Tramite una vera e propria rete, non solo di competenze, ma di persone unite da un desiderio di sviluppo indirizzato verso quella parte di umanità più bisognosa. Un gruppo di volontari che cercano di lavorare e sperimentare - procurandosi autonomamente le proprie risorse, senza quindi rappresentare un peso economico per il Sermig - al fine di impiegare le tecnologie rimovibili, diffonderle in Italia ma anche ac-



scerne l'utilizzo nelle aree più povere del mondo, contribuire alla lotta all'inquinamento, collaborare alla costruzione di nuove infrastrutture, creare nuove opportunità di lavoro e molto altro.

«Abbiamo tanto in ballo», racconta Rinaldo Canalis, «ogni sabato, ma non solo, le persone vengono a prestare servizio di volontariato tecnico, agricolo o di spoglio dei vestiti da destinare ai Paesi più poveri. Abbiamo un tir che ogni mese parte per la Romania e permette a tutti i bambini di strada del Paese, dove padre Albano opera, di vivere dignitosamente. Lavoriamo assieme ai Rom per permettere loro di integrarsi e abbiamo tanti altri progetti in corso, come quello di aprire una fabbrica di frigoriferi in Burkina Faso con i confratelli di Chieri, riuscire a dare energia alle baracopoli di Baia Mare e studiare come riciclare acqua dall'aria per poter dissetare le aree desertiche, come la Giordania. Per fare tutto questo abbiamo bisogno di coinvolgere più gente possibile, e non solo nella nostra realtà, ma nel mondo intero».

Giulietta DE LUCA

ENGIM – Insieme per promuovere uno stile di vita sano

<https://piemonte.engim.org/content/peers4food-insieme-promuovere-uno-stile-di-vita-sano>

04 ottobre 2021



PEERS4FOOD: INSIEME PER PROMUOVERE UNO STILE DI VITA SANO

UNA NUOVA OPPORTUNITÀ PER I NOSTRI ALLIEVI PRENDE IL VIA IN ENGIM ARTIGIANELLI

La nostra sede [Artigianelli Torino](#) ospita e collabora alla realizzazione di **PEERS4FOOD**, un progetto che promuove tra i ragazzi l'adozione di un'alimentazione sana e di uno stile di vita attivo attraverso la costruzione e il coinvolgimento positivo e propositivo del gruppo di pari.

Sono 15 gli allievi della nostra sede di Torino che, per 5 settimane, saranno coinvolti in **Peers4Food** sotto la supervisione di *Barbara Loera*, Professoressa associata di Psicometria presso l'Università degli Studi di Torino.

Secondo il rapporto **Eurispes 2020**, i ragazzi italiani sono quelli che presentano, nell'intera Unione Europea, la maggior percentuale di **sovrappeso (21,3%)** e **obesità (9,3%)**. Secondo gli psicologi, e come ogni genitore o docente sa bene, nell'adolescenza il gruppo dei pari è un fattore fondamentale: per crescere, per rispecchiarsi nell'altro, per conoscersi.

Rivolto agli **adolescenti tra i 14 e i 18 anni**, l'obiettivo di **Peers4Food** è co-costruire con i ragazzi uno "smart food training" (SFT) che includa dieta, esercizio fisico e supporto psicologico pensato per accompagnare e responsabilizzare progressivamente gli adolescenti coinvolti utilizzando le esperienze di gruppo come strumento di cambiamento e crescita.

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

Un nutrizionista, un allenatore, un medico, un social media manager e il team di psicologi e responsabili del progetto accompagneranno i ragazzi in ogni fase di **Peers4Food**.

Grazie alla collaborazione attiva della nostra sede **ENGIM Piemonte "Artigianelli" Torino** verrà proposta una esperienza di peer education innovativa, a partire da una prima colazione, dolce o salata, buona ed equilibrata, studiata dalla nutrizionista del progetto.

L'attività fisica con un trainer specializzato, spazi reali e virtuali protetti e condivisi per "fare gruppo" e cementare le relazioni e il rinforzo positivo con leggerezza e divertendosi sono i pilastri di un progetto globale in cui la fiducia nella motivazione e creatività dei ragazzi vengono valorizzate, senza mai lasciarli soli. Progetto che si armonizza con il "cuore" dell'azione educativa di **ENGIM PIEMONTE** basata proprio sulla **centralità della persona**, l'attenzione all'individuo, la capacità di ascoltare, accompagnare e supportare coloro che vivono e frequentano i Centri formativi ENGIM, offrendo loro opportunità di crescita umana e professionale.

Il progetto prevede che, oltre all'interazione in presenza, i partecipanti condividano la loro esperienza sui canali social, dando vita a profili **Instagram e Facebook** specificamente dedicati e gestiti dalla *social media manager* del progetto, in accordo con la normativa italiana sulla privacy e aderendo alle prescrizioni dell'EIT in materia di comunicazione e public engagement.

Vi terremo aggiornati!

DIPARTIMENTO DI PSICOLOGIA – Parte a Torino il progetto PEERS FOR FOOD – Insieme per promuovere uno stile di vita sano, divertendosi

https://www.dippsicologia.unito.it/do/avvisi.pl/Show?_id=e0dn&search=&sort=DEFAULT



Dipartimento di Psicologia

Parte a Torino il progetto PEERS FOR FOOD | Insieme per promuovere uno stile di vita sano, divertendosi

Andare a scuola ogni mattina e, oltre alle materie curricolari, dedicare del tempo a imparare i principi di un'alimentazione salutare e di una vita attiva con un approccio partecipato, in cui i ragazzi sono protagonisti, attori principali, allievi e, allo stesso tempo, maestri. Andare a scuola ogni mattina ed essere parte di un progetto promosso dal Dipartimento di Psicologia dell'Università degli Studi di Torino, in collaborazione con l'Università di Varsavia e l'Istituto IMDEA di Madrid, con il supporto dell'Unione Europea attraverso EIT Food, Istituto Europeo di Tecnologia.

Dopo l'annuncio lo scorso luglio della nascita di **Peers For Food** è giunto il momento di dare notizia della partenza del progetto con un primo gruppo di 15 ragazzi e ragazze del **Centro di Formazione Professionale ENGIM Piemonte "Artigianelli" Torino** (Corso Palestro 14) che per 5 settimane saranno i protagonisti del progetto guidato da **Barbara Loera**, Professoressa associata di Psicometria presso il Dipartimento di Psicologia dell'Università degli Studi di Torino.

Rivolto agli adolescenti tra i 14 e i 17 anni, l'obiettivo di Peers4Food è co-costruire con i partecipanti uno "**smart food training**" (SFT) che includa dieta, esercizio fisico e supporto psicologico pensato per accompagnare e responsabilizzare progressivamente gli adolescenti coinvolti utilizzando le esperienze di gruppo come strumento di cambiamento e crescita.

Un nutrizionista, un allenatore, un medico, un social media manager e il team di psicologi e responsabili del progetto accompagneranno i ragazzi in ogni fase di Peers4Food.