



Scegliamo di nutrire la salute



Il progetto

“Scegliamo di nutrire la salute” è un progetto di prevenzione, promozione attiva e consapevole della salute, promosso dalla Regione Abruzzo, per stimolare la collettività a modificare il proprio stile di vita partendo dalla conoscenza della funzione terapeutica degli alimenti.



Progetto: “Scegliamo di nutrire la salute” – Need, focus e obiettivi

Il need: l’esperienza del Covid, causando tra i numerosi problemi anche i disagi alimentari e innescando un atteggiamento rassegnato soprattutto tra le fasce più deboli della popolazione, ha fatto nascere la domanda: cosa permette alle persone di apprendere come costruire e ricostruire il proprio equilibrio di salute e la propria qualità di vita?

Il focus: stimolare la collettività a modificare il proprio stile di vita partendo dalla conoscenza della funzione terapeutica degli alimenti.

Progetto: “Scegliamo di nutrire la salute” – Need, focus e obiettivi

Gli obiettivi:

Far emergere le risorse salutogeniche interne ed esterne che permettono alla persona di affrontare i fattori di stress quali malattia, dipendenze, perdita di lavoro attraverso:

- **COMPRESIBILITÀ (DIMENSIONE COGNITIVA)**
- **AFFRONTABILITÀ (DIMENSIONE COMPORTAMENTALE)**
- **SIGNIFICATIVITÀ (DIMENSIONE MOTIVAZIONALE)**



Progetto: “Scegliamo di nutrire la salute” – La strategia

La strategia

“AIUTARE E AIUTARSI”: Fare leva attraverso un continuo scambio tra “dire”, “dare” e “avere” in un sistema dinamico di accompagnamento della persona verso la conoscenza consapevole delle sue scelte, di sé stesso, dunque, aiutandola ad arrivare a scoprire che può esistere una via alternativa a morire per malattia: quella di poter scegliere di non nutrire più la malattia, ma di nutrire la salute.



Progetto: “Scegliamo di nutrire la salute” – La key action

La key action: Il Progetto, rivolto prevalentemente sia alle fasce più fragili della popolazione, sia alla formazione di volontari per una futura sensibilizzazione sulle tematiche trattate, ha favorito la loro partecipazione attiva facendole diventare consapevoli, anche attraverso uno spirito di condivisione, che l'alimentazione aiuta a prevenire e, in parte, a curare determinate condizioni. Consideriamo l'Alimentazione e la Salute un binomio inscindibile: la salute va nutrita e per nutrirla occorre adottare uno stile di vita consapevole e coerente con il concetto di salute.



Comitato Tecnico Scientifico

- Ezio Di Marcoberardino (Coordinatore del Progetto), VicePresidente F.O.G.I.
- Dott. Pasquale Barilone, Consigliere F.O.G.I.
- Dott.ssa Giulia De Lellis, Assessore alle Politiche Sociali del Comune di Manoppello, Consigliere F.O.G.I.
- Dott. Marco Donatelli, Medico di Medicina Generale e Reumatologo, Consigliere F.O.G.I.
- Dott.ssa Sandra Matteucci, Dir. della Scuola di Formazione in Naturopatia biointegrata.
- Prof. Luigi Menghini, Responsabile dell'Orto Botanico di Ateneo "Giardino dei Semplici", Dipartimento di Farmacia, Università "G. D'Annunzio" Chieti – Pescara.

Relatori e correlatori



- Dott.ssa Sandra Matteucci, Dir. della Scuola di Formazione in Naturopatia biointegrata;
- Prof. Luigi Menghini, Resp. dell'Orto Botanico di Ateneo "Giardino dei Semplici", Dipartimento di Farmacia, Università "G. D'Annunzio" di Chieti-Pescara;
- Dott.ssa Annalisa Cantelmi, Erborista;
- Dott.ssa Rosalba Di Blasio, Farmacista;
- Ing. Claudio Di Mercurio, Frantoio Mercurius, Penne (PE);
- Dott.ssa Carla Di Michele, Azienda Agricola Tre Croci, Cepagatti (PE);
- Prof. Claudio Ferrante, Dipartimento di Farmacia, Università "G. D'Annunzio" Chieti- Pescara;
- Prof. Giustino Orlando, Dipartimento di Farmacia, Università "G. D'Annunzio" Chieti- Pescara.

I Partner

- Regione Abruzzo 
- Provincia di Pescara 
- ASL Pescara 
- Dipartimento di Farmacia, Università "G. D'Annunzio" Chieti- Pescara  
- Federazione delle Banche di Credito Cooperativo Abruzzo e Molise 
- ECAD 17 
- U.C.C.P. Scafa (PE) 
- Confartigianato Pescara; 
- CNA Pescara 
- Comune di Popoli (PE) 
- Organizzazione di Volontariato "La città dei ragazzi Vittoria ETS", Alanno (PE) 
- Frantoio Mercurius, Penne (PE) 
- Centro Ricreativo Pensionati, Manoppello Scalo (PE)
- Parco Nazionale della Majella, Sant'Eufemia a Majella (PE) 

Risultati raggiunti

Informazione e orientamento
attraverso:

- 15 seminari realizzati
- Oltre 400 partecipanti
- Una rete di attività di media relation e canali social che ha stimolato la pubblicazione della notizia sulle testate di riferimento e sulle tv locali (TGR Abruzzo, Rete 8, TV6, LaQtv, Vestina Web Tv)
- Diretta e registrazione dei seminari sulla pagina Facebook: Fogi Onlus Santa Rita – Fondazione Oncologica Gastroenterologica Italiana

Timing:

dicembre 2021 - settembre 2022

- 4 marzo 2022: Presentazione del Progetto “Scegliamo di nutrire la salute”, Provincia di Pescara, Sala Figlia di Jorio;
- 7 marzo 2022: Seminario “Le piante nelle feste tradizionali: dalla magia alla gastronomia”, Dipartimento di Farmacia, Aula Magna, Università “G. D’Annunzio” Chieti – Pescara;
- 18 marzo 2022: Seminario “Olio, l’oro verde d’Abruzzo”, Frantoio Mercurius, Penne (PE);
- 25 marzo 2022: Seminario “Alimentazione o nutrizione?”, U.C.C.P. Scafa (PE), Sala Conferenze;
- 31 marzo 2022: Seminario “Le piante nella cultura popolare”, Centro Ricreativo Pensionati, Manoppello Scalo (PE);
- 08 aprile 2022: Seminario “Regole d’oro per una dieta salutare”, Confartigianato Pescara;
- 22 aprile 2022: Seminario “Dieta?”, CNA Pescara;
- 29 aprile 2022: Seminario “Alimentazione cosciente”, Comune di Popoli (PE), Sala Consiliare;
- 06 maggio 2022: Seminario: “Potere terapeutico degli alimenti”, U.C.C.P. Scafa (PE), Sala Conferenze;
- 13 maggio 2022: Seminario: “Biodiversità e tradizione erboristica”, CNA Pescara;
- 16 maggio 2022: Seminario: “La biodiversità come risorsa alimentare, salutare, ambientale”, Dipartimento di Farmacia, Aula Magna, Università “G. D’Annunzio” Chieti – Pescara;
- 27 maggio 2022: Seminario: “Alla scoperta della biodiversità”, La Città dei Ragazzi Vittoria ETS, Alanno (PE);
- 17 giugno 2022: Seminario: “Le piante nella dieta consapevole”, Confartigianato Pescara;
- 24 giugno 2022: Seminario: “L’Agrobiodiversità, risorsa e tradizione del territorio oppure le piante nei riti del solstizio d’estate”, Giardino Botanico dell’Ente Parco Nazionale della Majella, Sant’Eufemia a Majella (PE), Sala Conferenze;
- 30 settembre 2022: Conclusione del Progetto “Scegliamo di nutrire la salute”, Provincia di Pescara, Sala Figlia di Jorio.

Ringraziamenti

*Un grazie di cuore a tutti coloro che hanno collaborato alla
realizzazione del Progetto!*





FOGI ONLUS SANTA RITA

FONDAZIONE ONCOLOGICA GASTROENTEROLOGICA ITALIANA

 **Via Ostuni, 3**
Presso Palazzo Quadrifoglio
65121 Pescara

 **085.2122577**

 **www.fondazionefogi.it**

 **info.fogi@libero.it**

