

**FAC SIMILE DI SCHEDA-PROGETTO PER PROGETTI PER ATTIVITÀ DI SPESA CORRENTE
PROMOSSE DAL TERZO SETTORE E SOGGETTI PRIVATI SENZA FINI DI LUCRO RIVOLTI A
PREADOLESCENTI E ADOLESCENTI– PUNTO 2.1, LETTERA A E B DELL’ALLEGATO A)**

BANDO ANNO 2026

ENTE RICHIEDENTE	Istituto Oncologico Romagnolo (Cooperativa Sociale)
TITOLO DEL PROGETTO	Alimenti-AMO la salute per una vita attiva
VALENZA TERRITORIALE (indicare distretto)/ REGIONALE (indicare i distretti)	Regionale: Province di Rimini, Ravenna, Forlì-Cesena, Bologna

ANALISI DI CONTESTO E OBIETTIVI (massimo 30 RIGHE, dimensioni carattere 12)

Secondo lo studio HBSC (Health Behaviour in School-aged Children) condotto nel 2022, in Emilia-Romagna gli adolescenti di età compresa tra 11 e 17 anni in eccesso ponderale sono il 17,1%, con una prevalenza significativamente più alta tra i ragazzi rispetto alle ragazze. Solo il 9,9% dei ragazzi contro il 5,3% delle ragazze svolge attività fisica ogni giorno per almeno 60 minuti. Inoltre, “Lo stato di salute della pratica sportiva in Emilia Romagna” (2022) riporta che più di 1 studente su 5 nella fascia d’età 11-19 anni ha abbandonato la pratica sportiva (drop out), principalmente per mancanza di tempo, perdita di interesse o difficoltà logistiche. Per contrastare queste tendenze negative, è fondamentale promuovere non solo abitudini alimentari corrette ed equilibrate, ma anche uno stile di vita sano e attivo, con la pratica regolare di attività fisica. Il progetto Alimenti-AMO trova quindi le sue radici nella necessità di incentivare comportamenti orientati al benessere e al movimento, per contrastare sedentarietà, sovrappeso e obesità. Il progetto renderà i più giovani (15-18 anni) protagonisti attivi di un percorso formativo teorico-pratico basato sulla Peer Education, con esperienze laboratoriali ed esperienziali, che permetta loro di condurre attività di tutoring e fungere da promotori di comportamenti positivi, per sensibilizzare i più piccoli (11-13 anni) sull’importanza di condurre uno stile di vita sano. Grazie ad Alimenti-AMO, il team multidisciplinare IOR Scuola porterà la sua esperienza ventennale nella realizzazione di percorsi di consapevolezza e cura della propria salute rivolti a bambini e ragazzi, dagli istituti scolastici ai contesti di aggregazione sportiva, in particolare ad associazioni e federazioni sportive delle province di Forlì-Cesena, Rimini, Ravenna e Bologna. Date queste premesse, gli obiettivi di Alimenti-AMO sono: (1) favorire la creazione di una rete comunitaria che sostenga scelte di vita salutari tra i più giovani, al fine di favorire il benessere psicologico, migliorare le funzioni cognitive ed emotive, rafforzare la salute di ossa e muscoli, sistema immunitario e prevenire l’insorgenza di patologie; (2) promuovere la consapevolezza rispetto ad un’alimentazione sana e bilanciata, funzionale all’attività sportiva praticata; (3) coinvolgere operativamente al cambiamento gli adolescenti, disincentivando il drop out sportivo; (4) utilizzare consapevolmente le tecnologie digitali per favorire stili di vita sani e dinamici. Alimenti-AMO attribuisce un ruolo centrale all’attività fisica, non solo in quanto “hobby” ma anche come strumento di prevenzione e promozione della salute, inquadrata come mezzo per sviluppare abilità sociali, crescita personale, autostima e regolazione delle emozioni. Il tema alimentazione è altresì centrale nella quotidianità dei giovani atleti, amatoriali ed agonistici, che sperimentano allenamenti intensi e necessitano di un’adeguata organizzazione dei pasti.

MODALITA' DI COINVOLGIMENTO DEI DESTINATARI NELL'IDEAZIONE DEL PROGETTO, NELLA PROGETTAZIONE E NELLA REALIZZAZIONE (massimo 15 righe, dimensioni carattere 12)

La proposta di Peer Education e la preparazione di materiale informativo per le attività di tutoring sarà co-ideata e co-progettata in forma modulare e flessibile insieme ai giovani partecipanti (15-18 anni) e alle associazioni e federazioni sportive coinvolte, con il supporto di piattaforme interattive di apprendimento basato sulla gamification, di collaborazione visiva e di progettazione grafica, per unire creatività, motivazione, logica e socializzazione. I referenti delle Federazioni e Associazioni sportive (ASD Livio NERI, Federazione Italiana Rugby, ASD Junior Rimini BS, ASD Torre Pedrera Falcons BC e ASD Valmarecchia BSC) hanno contribuito alla creazione di un tavolo di lavoro per la co-costruzione della fase attuativa del progetto e per concordare la linea comune di intenti, la logistica, i canali di comunicazione, gli spazi di realizzazione e le modalità formative. Per coinvolgere la comunità educante locale, invece, il team IOR Scuola ha somministrato un questionario per comprendere quali aspetti specifici, comportamenti e fattori legati all'alimentazione e all'attività fisica siano percepiti come prioritari e maggiormente significativi dalla cittadinanza. Sulla base degli interessi espressi, le famiglie parteciperanno ad attività sull'uso consapevole dei dispositivi digitali, a laboratori culinari presso una cucina didattica e a momenti di riflessione sul cambiamento, per supportare quotidianamente gli adolescenti nell'adozione di sane abitudini alimentari e motorie.

ARTICOLAZIONE DEL PROGETTO (massimo 90 RIGHE, dimensioni carattere 12)

In particolare, dovranno essere messe in evidenza le modalità di attuazione del progetto dalle quali evincere le caratteristiche di innovazione o di consolidamento delle azioni che si intendono sviluppare, nonché l'integrazione delle esperienze, competenze e risorse presenti a livello territoriale tra più soggetti ed aree territoriali diverse in una logica di rete anche con specifico riferimento ai criteri di valutazione di cui al punto 2.7 dell'allegato A

Dopo oltre 20 anni di esperienza di percorsi di Peer Education nel contesto scolastico, il team IOR Scuola dell'Istituto Oncologico Romagnolo adotta per la prima volta questa metodologia educativa in ambito sportivo, riconoscendo nei ragazzi non solo il ruolo di atleti, ma soprattutto quello di individui in fase di crescita, particolarmente sensibili e ricettivi rispetto ai temi legati agli stili di vita salutari. Per realizzare il progetto Alimenti-AMO, il team di lavoro comprende 1 biologa, 1 esperta di biodiversità ed evoluzione, 2 psicologhe, 1 esperto digital, 9 referenti salute, 1 esperto di comunicazione, 1 chef, 1 nutrizionista ed 1 gestore dei processi di apprendimento, con competenze di analisi dei dati.

Il progetto Alimenti-AMO è composto dalle seguenti fasi attuative:

- Fase 0: Reclutamento delle associazioni e federazioni sportive del territorio con la presentazione del progetto e l'esplicitazione di obiettivi, mission e valori dell'Istituto Oncologico Romagnolo (IOR), con predisposizione di lettere di intenti e attestazioni di collaborazione.
- Fase 1: Individuazione di un "referente salute" per ciascuna società/federazione sportiva. Si tratta della figura designata responsabile della promozione del benessere fisico, mentale e sociale degli atleti, che si occupa di facilitare il contatto e la comunicazione tra il team IOR Scuola e i Peer Educators, garantendo il coordinamento delle attività previste. Il referente salute può essere un educatore, un allenatore, un responsabile operatore dell'area tecnica o dell'organizzazione delle attività giovanili. Insieme ai referenti salute, il team IOR Scuola identifica i tempi, le modalità operative e gli aspetti logistici del percorso.
- Fase 2: Presentazione del progetto ai destinatari primari, adolescenti e famiglie, durante un incontro collegiale presso ciascuna realtà sportiva aderente, con la possibilità di attivare un

dialogo aperto e di intercettare eventuali dubbi o bisogni specifici, favorendo la dimensione costruttiva del progetto e una maggiore aderenza alle reali esigenze dei destinatari.

- Fase 3: Analisi di contesto e rilevazione dei bisogni della comunità educante locale, con la somministrazione di un questionario ad un campione di 175 rispondenti, composto principalmente da lavoratori (37%), genitori (23%), pensionati (13%) ed educatori (10%). Le macro-tematiche sui sani stili di vita ritenute più rilevanti sono state individuate tramite una scala Likert a 5 punti: prevenzione delle patologie e fattori di rischio per la salute; cura ed equilibrio della sfera psico-fisica; digitale al servizio della salute e della qualità della vita.
- Fase 4: Reclutamento dei Peer Educators, tramite raccolta delle autocandidature da presentare al referente salute di ciascuna realtà sportiva. Il limite minimo è fissato a 3 candidati per realtà sportiva mentre il limite massimo è di 6 candidati. Sono previste 2 riserve da attivare nel caso si verifichi l'abbandono di qualche partecipante.
- Fase 5: Formazione dei Peer Educators. Il percorso educativo prevede almeno 20 ore di attività teorico-pratiche, realizzate dal team IOR Scuola, con il supporto di esperti esterni per i laboratori. Le attività si svolgono presso il Prime Center di Cesena e presso le sedi e/o gli spazi messi a disposizione dalle realtà sportive, secondo le modalità di erogazione richieste dai singoli soggetti. I peer formati saranno "Ambassador" e agenti di cambiamenti positivi per il benessere individuale e collettivo. Grazie alla peer education (educazione tra pari), gli adolescenti coinvolti possono (1) condividere conoscenze, esperienze ed emozioni in un contesto comunicativo più libero e spontaneo, riducendo le inibizioni tipiche della comunicazione verticale e (2) migliorare la propria autostima e le capacità sociali, relazionali e comunicative.

La formazione prevede le seguenti macrotematiche:

- 1) Il concetto di peer education ed il ruolo del peer educator;
- 2) Il ruolo della salute e del benessere nella quotidianità, con riferimento ai fattori di rischio (es. fumo, alcool, sigaretta elettronica ed utilizzo errato degli integratori);
- 3) Cosa si intende per sani stili di vita ed alimentazione corretta ed equilibrata;
- 4) I benefici della pratica regolare di attività motoria e sportiva;
- 5) Benessere mentale e fisico: autostima, pressione sociale e gestione delle emozioni;
- 6) Una pausa dai dispositivi digitali: come la pratica fisica/sportiva può aiutarci a ridurre il tempo trascorso davanti agli schermi;
- 7) Lezione simulata rivolta ai ragazzi più piccoli, basata sulla metodologia educativa del learning by doing e realizzata attraverso l'utilizzo della tecnica del role playing. Questa attività si inserisce nell'ambito dell'apprendimento esperienziale teorizzato da David Kolb.

Durante questo percorso, i Peer Educators collaborano con i formatori per produrre materiale informativo, in formato cartaceo e multimediale.

- Fase 6: Realizzazione delle attività dei Peer Educators rivolte ai ragazzi più giovani, volte a promuovere la conoscenza e la consapevolezza in merito all'adozione di stili di vita sani e di comportamenti preventivi rispetto ai principali fattori di rischio per la salute. I Peer Educators svolgono le attività in autonomia presso le sedi dell'associazione e/o federazione sportiva di appartenenza nel corso dell'intera stagione 2026, vestendo abbigliamento identificativo ed utilizzando il materiale realizzato durante la Fase 5. In caso di necessità, i Peer Educators sono supportati dal referente salute presente in sede e possono mettersi in contatto con il Team IOR Scuola tramite un gruppo WhatsApp dedicato. Gli orari e le tempistiche dell'attività sono definiti in accordo con i referenti salute.

- Fase 7: Laboratorio di alimentazione per adulti (genitori, allenatori ed educatori) presso il Prime Center di Cesena, attrezzato di una cucina didattica e un orto ad essa annesso. Il laboratorio sarà realizzato con il supporto di uno chef e di un nutrizionista. Sono previsti 4 incontri di almeno 2 ore ciascuno, che affrontano il tema della nutrizione sportiva, con l'obiettivo di promuovere abitudini alimentari adeguate a supportare la crescita e la pratica fisica di adolescenti e preadolescenti. Ciascun incontro sarà dedicato ad uno dei 4 pasti principali della giornata: colazione, pranzo, merenda e cena. Saranno trattati, a titolo esemplificativo e non esaustivo, i principi base della nutrizione (macro e micronutrienti, il ruolo dell'idratazione), l'analisi delle etichette alimentari, la preparazione di snack sani pre e post allenamento/gara e verranno forniti esempi pratici di menù bilanciati per giovani sportivi.
- Fase 8: Incontro di sensibilizzazione per le famiglie sulle opportunità e i rischi dei dispositivi e delle tecnologie digitali, utilizzati nel quotidiano (social, gaming, streaming, app, ecc.). L'incontro si pone di presentare gli effetti del digitale su attenzione, sonno, stress, alimentazione, attività fisica e relazioni sociali; informare i genitori sull'uso delle tecnologie più diffuse tra gli adolescenti; fornire strumenti pratici per accompagnare i ragazzi ad un uso sano, consapevole e critico della tecnologia, per andare verso un "patto educativo digitale" familiare.
- Fase 9: Evento finale (1) di presentazione dei dati raccolti, delle attività implementate, delle best practices emerse e (2) di premiazione dei peer educators per la valorizzazione dell'impegno dimostrato nelle attività di prevenzione e promozione della salute. Sarà conferito loro un attestato di riconoscimento utile ai fini del curriculum formativo e scolastico; sarà inoltre consegnato ad ogni peer educator un kit salute. L'evento sarà aperto a tutta la comunità, incluse le istituzioni locali e gli istituti scolastici.

Infine, il percorso prevede la raccolta di feedback da parte dei Peer Educators, momenti di confronto e condivisione tra i soggetti coinvolti per tutta la durata del progetto, nonché incontri periodici di monitoraggio per valutare l'andamento e l'efficacia delle azioni intraprese.

LUOGHI DI REALIZZAZIONE DELLE DIFFERENTI AZIONI

Le attività del progetto Alimenti-AMO verranno svolte negli spazi messi a disposizione dalle associazioni e federazioni sportive nel territorio emiliano romagnolo, presso il PRIME Center di Cesena e presso gli spazi pubblici forniti dagli Enti Locali. Infine, le attività si svolgeranno anche su piattaforme virtuali a supporto della didattica, quali, ad esempio, Teams, Padlet, Kahoot, Canva e Genially.

NUMERO POTENZIALE DESTINATARI DELL'INTERVENTO (diretti e indiretti) E RISULTATI PREVISTI (massimo 15 RIGHE, dimensioni carattere 12)

Il progetto Alimenti-Amo è stato presentato a 25 società e federazioni sportive attive sul territorio della Regione Emilia-Romagna. Alimenti-AMO ha ottenuto l'adesione di almeno un ente per ciascuna provincia, coinvolgendo realtà operanti in discipline sportive differenti: basket, rugby, baseball e softball. L'obiettivo è quello di coinvolgere circa (1) 150 destinatari diretti nella fascia d'età 11-18 anni per attività di peer teaching e peer learning e (2) 2000 destinatari indiretti, che includono famiglie, educatori, operatori tecnici, allenatori, referenti salute, associazioni e federazioni sportive contattate (ma non aderenti), che hanno manifestato interesse per ricevere il materiale informativo prodotto durante il percorso formativo dei peer educators e condividere le best practices emerse. La comunità educante locale sarà aggiornata sulle attività proposte attraverso una pagina web dedicata al progetto, la condivisione delle attività pianificate e implementate attraverso i canali social, l'invio di comunicazioni informative tramite e-mail

broadcast, la distribuzione di volantini e locandine e l'invito a partecipare ad un evento conclusivo per la presentazione dei risultati raggiunti.

DESCRIZIONE DELLE RETI, DELLE SINERGIE E DELLE MODALITÀ delle COLLABORAZIONI ATTIVATE PER LA REALIZZAZIONE DEL PROGETTO (con soggetti **PRIVATI** (massimo 15 RIGHE, dimensioni carattere 12)

Alimenti-AMO mira a creare una cultura condivisa della salute per favorire il benessere dei giovani, migliorando la loro qualità della vita e sostenendo l'acquisizione di conoscenze, competenze, e strumenti di prevenzione utili per affrontare sfide e difficoltà legate al rapporto con il cibo, al movimento e alle buone abitudini, in una prospettiva di breve, medio e lungo termine. Il Team IOR Scuola è coinvolto nelle attività di pianificazione, strategiche, esecutive, di monitoraggio, valutative, conclusive, riflessive e post-progetto. La rete costituita fra i referenti salute delle associazioni e federazioni sportive aderenti alla proposta è anch'essa coinvolta durante tutte le fasi attuative, partendo dalla definizione di bisogni, passando per la misurazione dei risultati e l'impatto delle attività svolte, fino alla redazione dei report e alla comunicazione degli esiti. Operatori e volontari dell'Associazione amici e volontari dello IOR, professionisti dell'Istituto Oncologico Romagnolo Cooperativa Sociale contribuiscono alle attività di progettazione e divulgazione. La creazione di questo ecosistema educativo, che include anche gli istituti scolastici e le famiglie, permette di promuovere la cultura della salute ottimizzando l'utilizzo delle risorse disponibili, individuando precocemente comportamenti a rischio a casa, a scuola e nel tempo libero, condividendo competenze e responsabilità, generando un impatto efficace e sostenibile nel tempo.

DESCRIZIONE DELLE RETI, DELLE SINERGIE E DELLE MODALITÀ delle COLLABORAZIONI ATTIVATE O DA ATTIVARE PER LA REALIZZAZIONE DEL PROGETTO (con soggetti **PUBBLICI** (massimo 15 RIGHE, dimensioni carattere 12)

Il team IOR Scuola, già promotore e collaboratore per attività legate ai Percorsi per le Competenze Trasversali e per l'Orientamento (PCTO) in Emilia-Romagna, formerà accordi con gli istituti scolastici di provenienza dei Peer Educators, al fine di riconoscere e attestare l'impegno da loro profuso. Ciò permetterà di inserire le attività svolte all'interno del progetto Alimenti-AMO nel curriculum formativo. Questa sinergia, inoltre, darà modo di collegare la formazione scolastica con esperienze pratiche in un contesto reale, promuovere la cittadinanza attiva e responsabile e sviluppare competenze trasversali, quali la regolazione delle emozioni e il lavoro di squadra.

FORME DI MONITORAGGIO PREVISTE (massimo 10 RIGHE, dimensioni carattere 12):

Sono previste le seguenti forme di monitoraggio del percorso:

- Somministrazione di questionari di gradimento e valutazione sulla formazione proposta
- Monitoraggio delle metriche associate alla pagina web del progetto
- Griglia quali-quantitativa di monitoraggio delle attività promosse
- Analisi quali-quantitativa dei dati e dei documenti raccolti (inclusi sentiment analysis e digital storytelling)
- Incontri periodici con i referenti salute di associazioni e federazioni coinvolte
- Focus group finali per la raccolta di osservazioni, criticità e proposte di miglioramento
- Materiali informativi prodotti e distribuiti alle associazioni sportive

- Evento finale rivolto a comunità e istituzioni per presentare i dati e le best practices emerse