



Ministro per lo Sport e i Giovani



alimentour

SportAlimentazioneBenessere

IL PROGETTO

Il progetto intende valorizzare il legame tra salute, sport e alimentazione attraverso un'iniziativa itinerante su tutto il territorio nazionale – “Alimentour: Sport, Alimentazione e Benessere” – che prevede la creazione di momenti dedicati di sensibilizzazione della popolazione sull'importanza dell'attività fisica e dell'alimentazione per il benessere psico-fisico della persona.

Il progetto trae spunto dagli allarmanti dati sulla pratica di attività sportiva e sui comportamenti alimentari della popolazione italiana che hanno pesanti ripercussioni sullo stato di salute delle persone.

Pur essendo rivolto alla popolazione nel suo complesso, il progetto prevede anche un focus di intervento specifico rivolto alla promozione della pratica sportiva anche tra le fasce deboli della popolazione prevedendo di intervenire con proposte specificamente rivolte ad anziani e minori.

L'evento itinerante “Alimentour” attraverserà il Paese promuovendo l'importanza dell'attività fisica e dell'alimentazione per il benessere della persona.

In ogni tappa del tour sarà allestita un'area attrezzata nella quale saranno presenti stand informativi e verranno effettuate consulenze nutrizionali, workshop e dimostrazioni sportive e degustazioni di prodotti locali oltre che conferenze sul binomio sport & alimentazione.



II TOUR ITINERANTE



I PARTECIPANTI

Il progetto si rivolge alla popolazione generale per valorizzare la connessione tra lo sport, la salute e l'educazione alimentare ma prevede dei focus specifici di attività, da un lato, con minori in età scolare (bambini/ragazzi e alle bambine/ragazze in età 6-17 anni) con particolare attenzione a quanti si trovano in situazioni di disagio socio-economico-ambientale che rischiano di pregiudicarne lo sviluppo; dall'altro lato, con persone over 65.

Un ulteriore target di intervento del progetto è rappresentato dagli operatori sportivi, che beneficeranno delle attività formative proposte dal progetto per poter esercitare al meglio il loro ruolo.

LA MISSION

Le finalità principali del progetto sono quelle di sensibilizzare sull'importanza di uno stile di vita attivo e sano, promuovendo l'attività fisica regolare ed educare ad un'alimentazione equilibrata e sostenibile, spiegando i benefici di una dieta varia e ricca di nutrienti e mostrando il connubio fra sport e alimentazione per il benessere psicofisico.

Aumentare la pratica di attività fisica, motoria e sportiva da parte dei minori coinvolti;

Migliorare le abitudini alimentari dei minori coinvolti;

Aumentare la pratica di attività fisica, motoria e sportiva da parte degli over 65 coinvolti;

Migliorare le abitudini alimentari degli over 65 coinvolti.