



**UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI UDINE**  
hic sunt futura



FRIULI VENEZIA GIULIA  
**IN MOVIMENTO**  
10MILA PASSI DI SALUTE



REGIONE AUTONOMA  
FRIULI VENEZIA GIULIA



io sono  
FRIULI VENEZIA GIULIA  
[www.turismofvg.it](http://www.turismofvg.it)



**FVG in  
Movimento**

**10mila PASSI  
di salute**

## **10mila e oltre: I numeri del progetto**

Laura Pagani

Dipartimento di Scienze Economiche e Statistiche

Università degli Studi di Udine

[laura.pagani@uniud.it](mailto:laura.pagani@uniud.it)

# Introduzione

FVG in movimento 10mila passi di salute è un progetto molto dinamico che nel giro di pochi anni ha saputo intercettare l'interesse di una parte consistente del territorio regionale.

Le attività direttamente o indirettamente legate al progetto sono molteplici e riguardano diversi aspetti, non solo quelli legati alla salute.

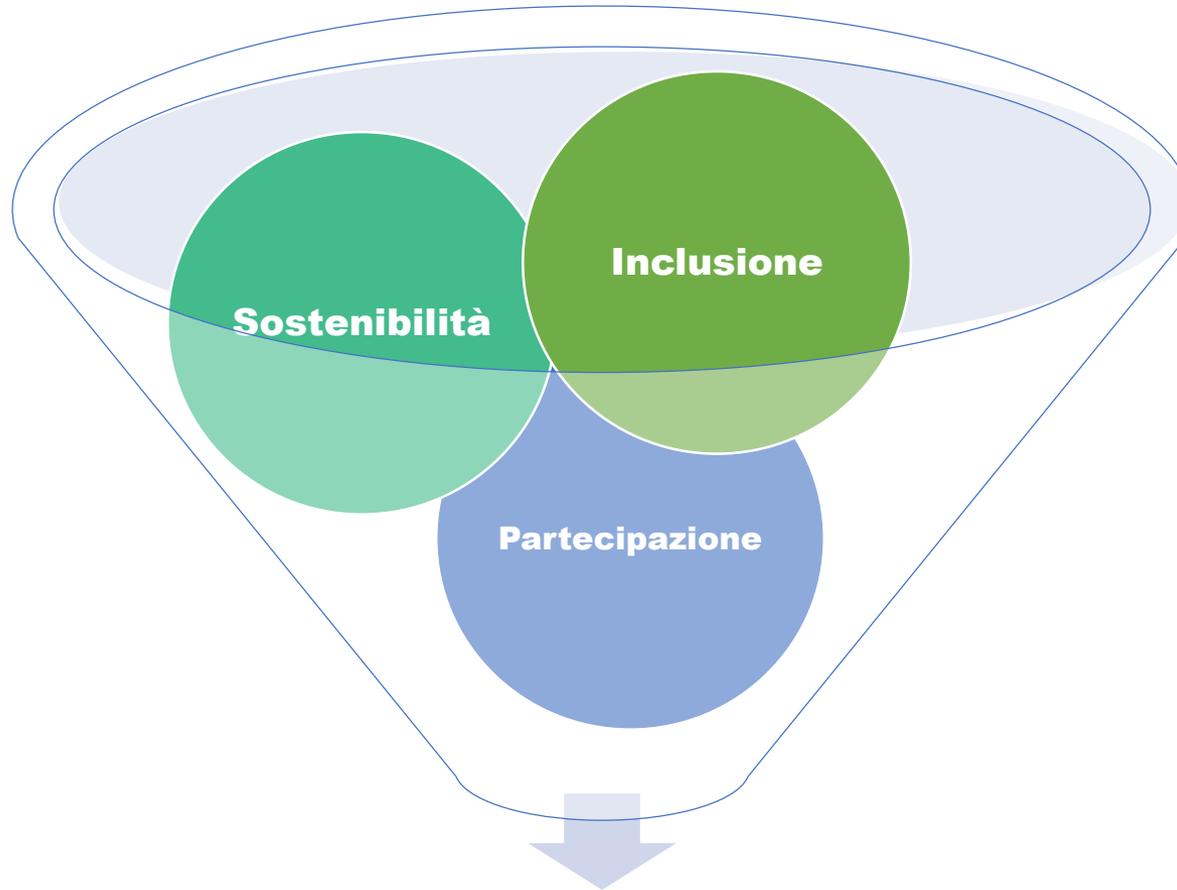
Anche per questo motivo è estremamente interessante cercare di misurarne di diversi effetti. I numeri che seguono sono un primo tentativo di “quantificare” il progetto con lo scopo di valutare l'impatto, l'output e l'outcome che ne derivano

# Il progetto coinvolge 6 dei 17 obiettivi di sviluppo sostenibile - Agenda 2030





# 3 parole chiave



**FVG in movimento 10mila passi di salute**

# Non solo 10mila passi...

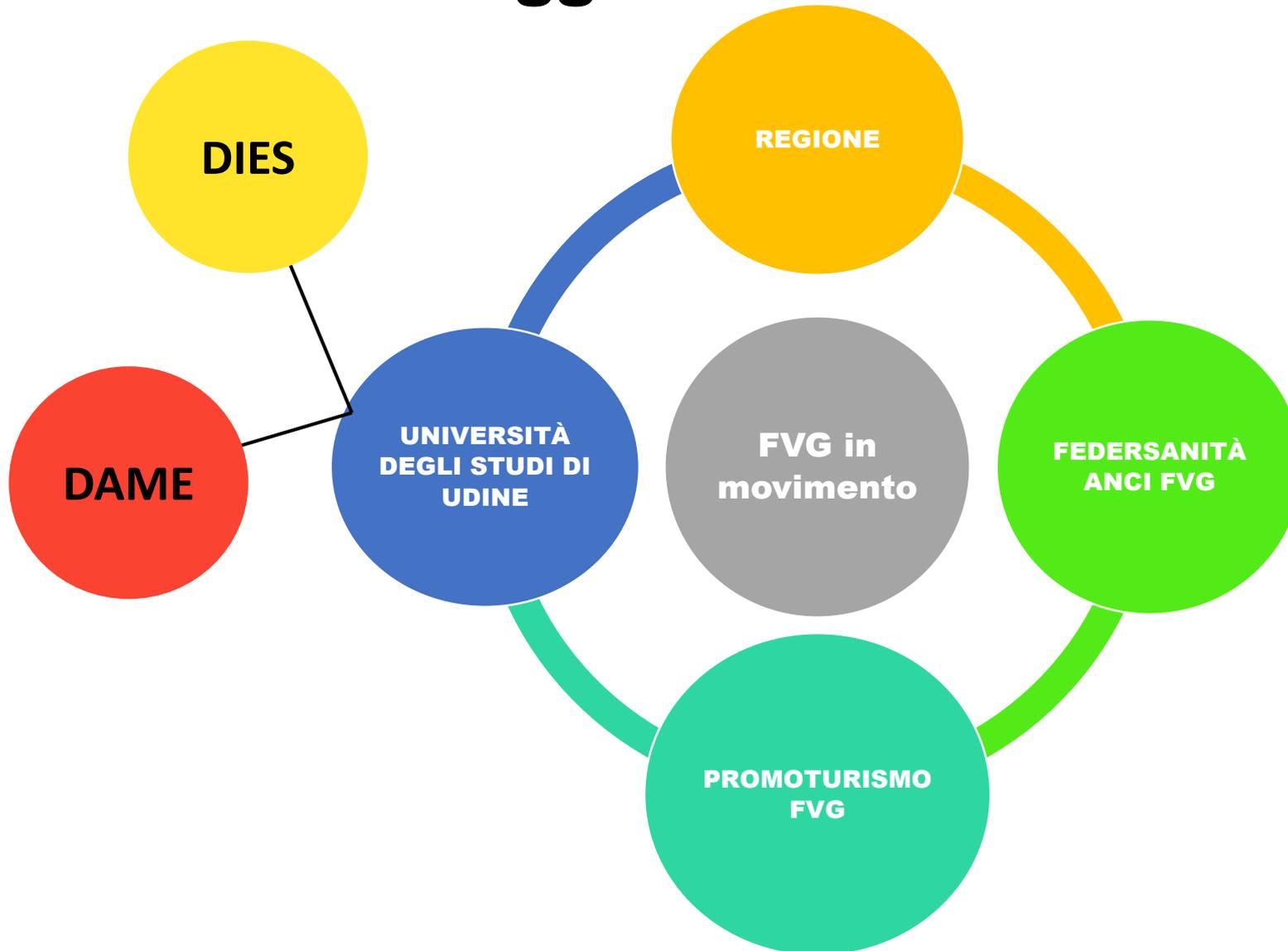


# Oltre i 10mila passi...





# Soggetti coinvolti





**UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI UDINE**  
hic sunt futura



# I numeri del progetto



# 3 bandi

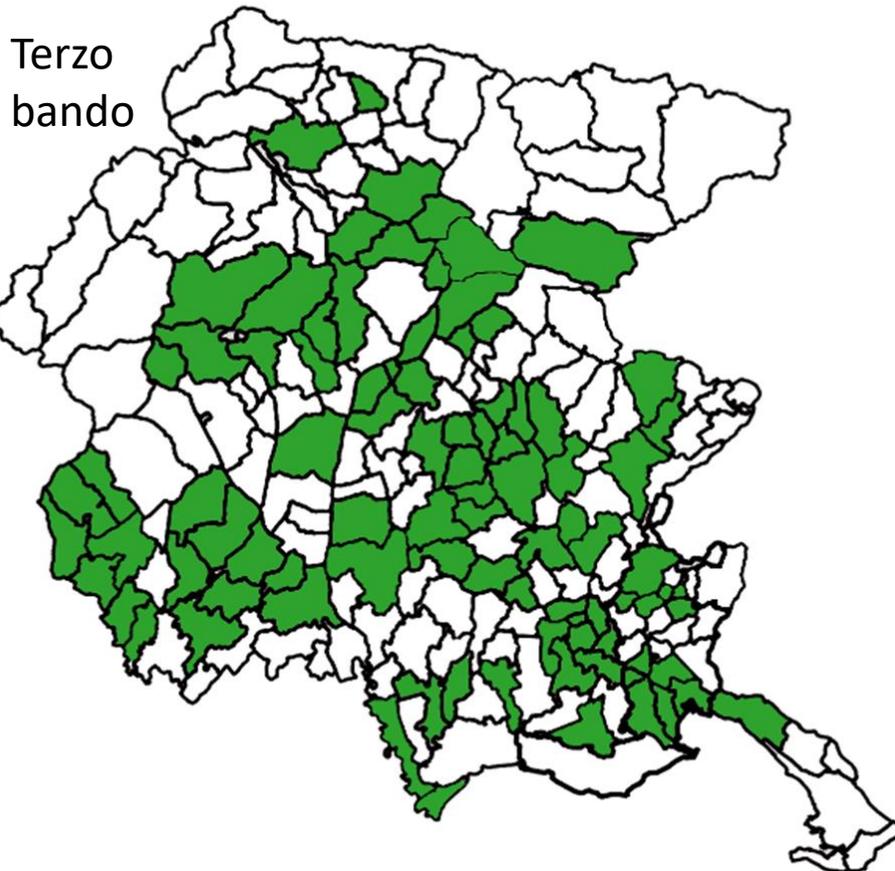
Primo  
bando  
2019

Secondo  
bando  
2020

Terzo  
bando  
2023



# Impatto sul territorio



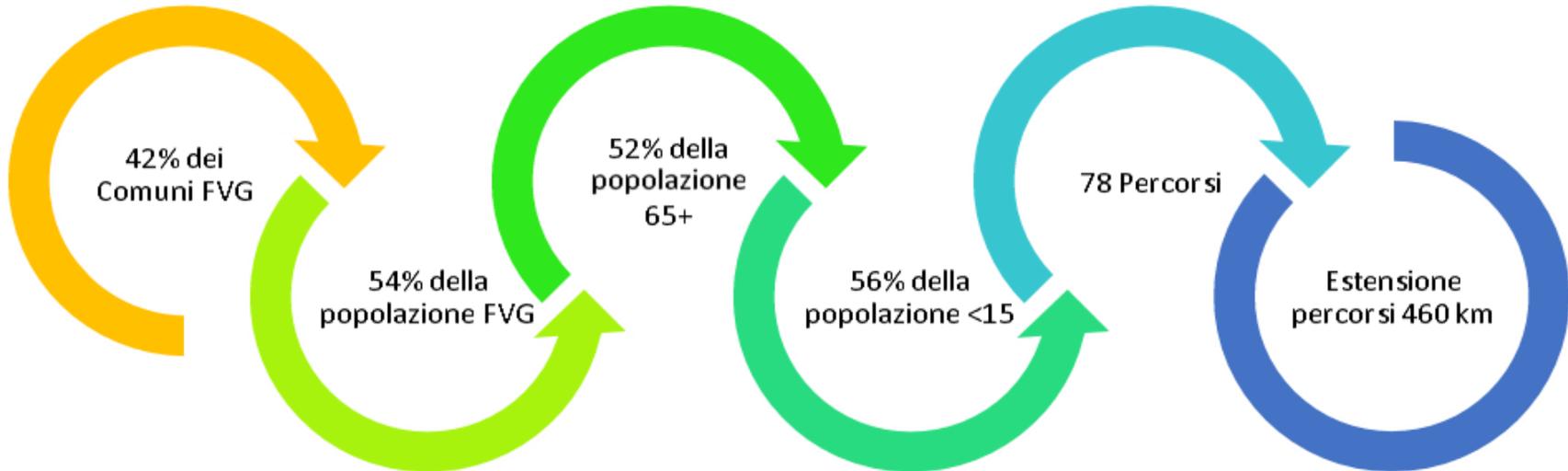
# Impatto sul territorio

Percorsi	78
Numero Comuni partecipanti	91
% Comuni della Regione	42%
% Abitanti coinvolti*	54%
% 65+ coinvolti*	52%
% <15 coinvolti*	56%
Estensione percorsi in km	460

\*Fonte: nostra elaborazione su dati ISTAT aggiornati al 31/12/2021



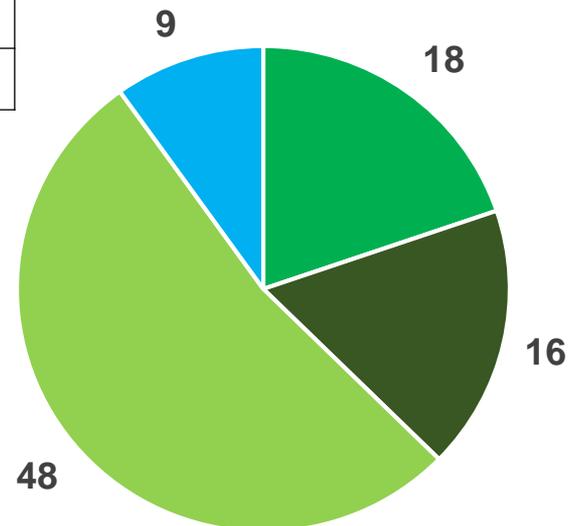
# Impatto sul territorio





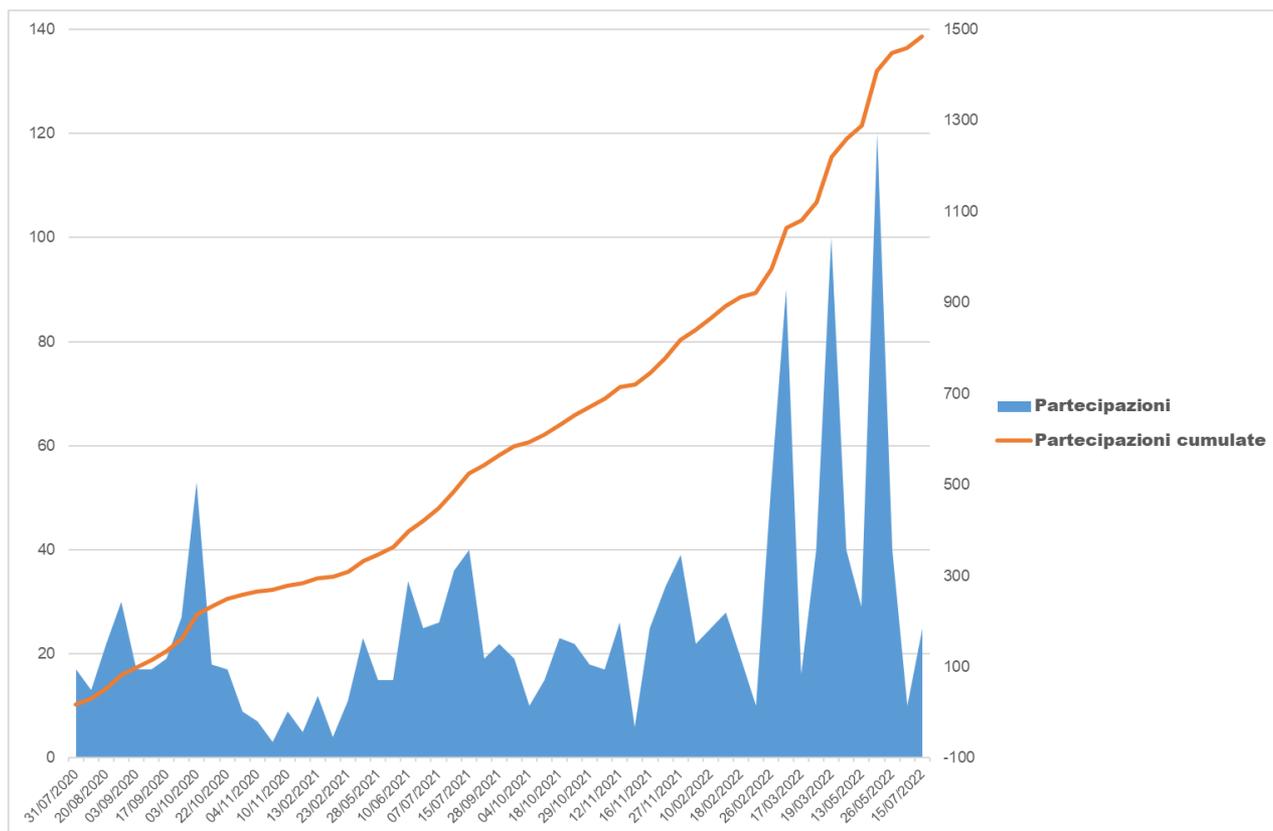
# Impatto sul territorio

Zona altimetrica	Comuni	% Comuni
Collina	18	20%
Montagna	16	18%
Pianura	48	53%
Riviera	9	10%
Totale	91	100%



■ Collina ■ Montagna ■ Pianura ■ Riviera

# Partecipazioni alle presentazioni dei percorsi luglio 2020-luglio 2023



Sono stati presentati 57 dei 59 percorsi dei primi due bandi e uno del terzo bando. I soggetti che hanno partecipato a questi eventi sono stati circa 1490, le associazioni circa 140

# **Iniziative spontanee, messe in atto dai Comuni, sui percorsi del progetto**

Alcuni Comuni hanno iniziato ad organizzare eventi legati alla salute/benessere sui percorsi del 10mila passi



**UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI UDINE**  
hic sunt futura



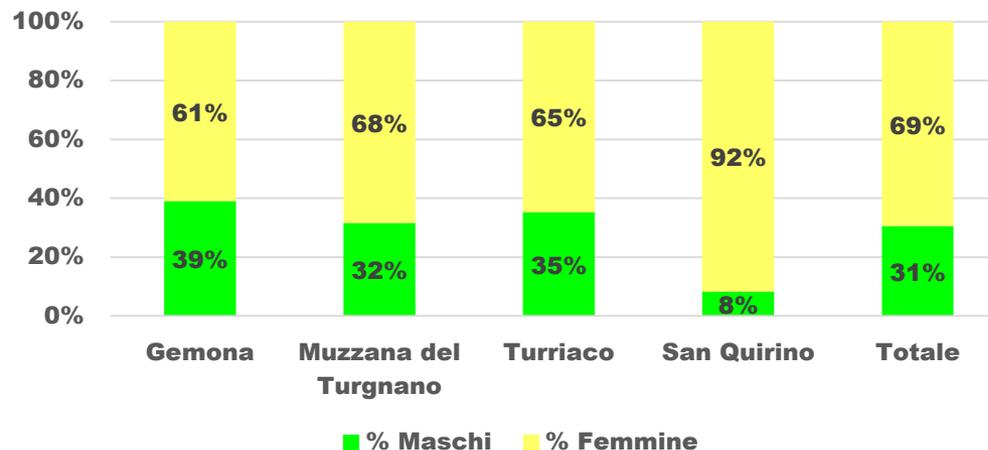
# **I numeri delle attività nate dal progetto**

# Corso per walking leader

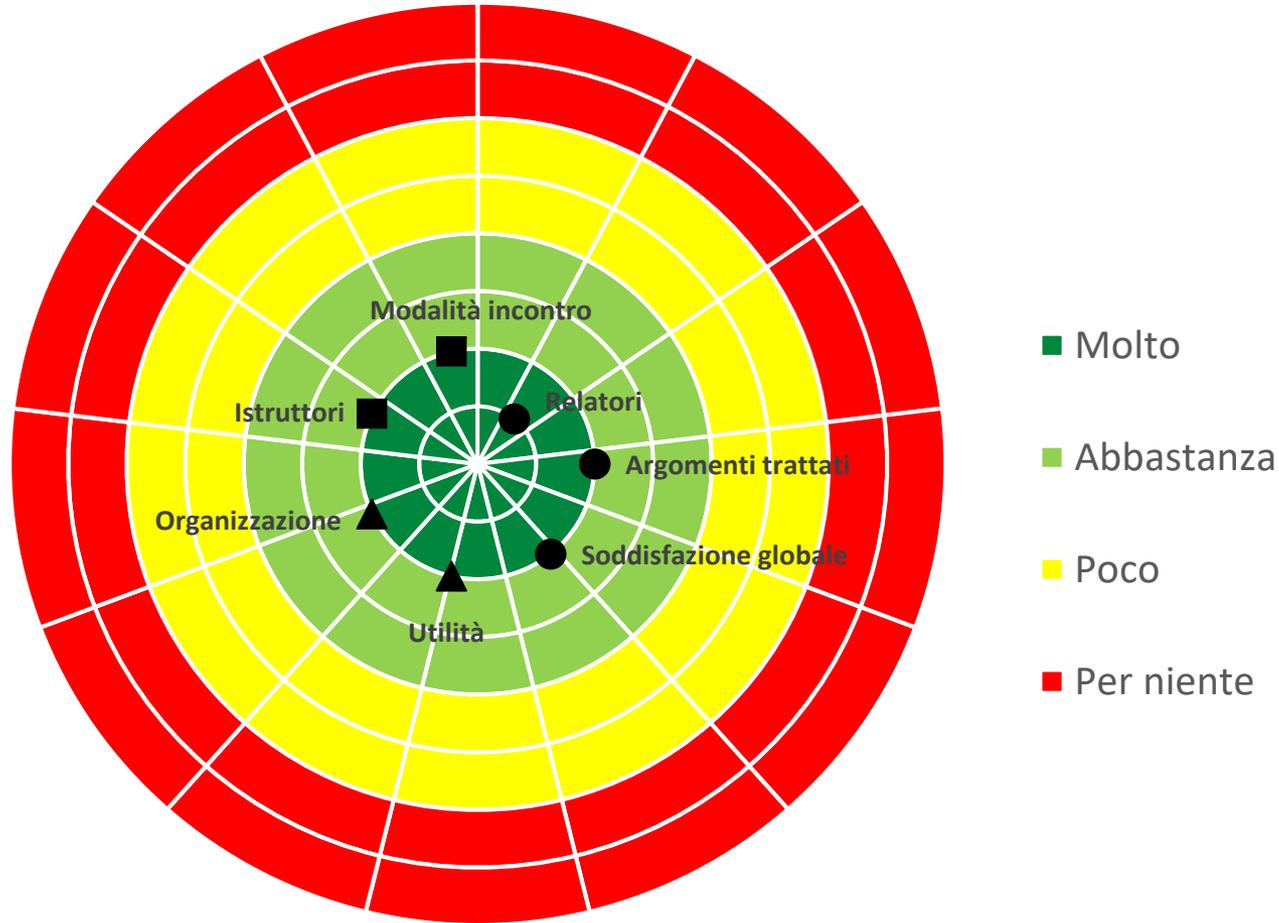
Sono stati organizzati 4 corsi teorici e 4 corsi pratici per «walking leader», in collaborazione con docenti/studenti del corso di laurea in Scienze Motorie di Uniud, a cui hanno partecipato circa 120 persone, per lo più donne. Ad ogni incontro si sono alternati 5 relatori.

Comune Teoria	Data	Comune Pratica	Data
Gemona	22/03/2022	Amaro	07/04/2022
Muzzana del Turgnano	24/03/2022	Sedegliano	13/05/2022
Turriaco	29/03/2022	San Pier d'Isonzo	05/05/2022
San Quirino	12/04/2022	Caneva	20/05/2022

**Partecipanti ai corsi per luogo e sesso  
(valori percentuali)**



# Corso per walking leader - soddisfazione



## **Corso di ginnastica dolce**

- 18 Comuni per 350 partecipanti
- 3 Comuni non fanno parte del progetto ma hanno aderito ugualmente all'iniziativa (effetto volano)

# Ricerca – divulgazione, disseminazione

- 1-4 marzo 2022 - Congresso dell'American Heart Association "Epidemiology and Prevention | Lifestyle and Cardiometabolic Health", Chicago. Viene presentato un poster dal titolo "Ten thousand steps for Health: a Regional project for the promotion of physical activity", Canevari M., Degano C., Graniero F. , Mos L., Centro per la Prescrizione Esercizio Fisico, ASUFC, dove si parla del progetto
- 5 maggio 2022 - Invecchiamento Attivo, Agroalimentare, IA-Robotica: risultati finali di 3 progetti interdisciplinari dell'Università di Udine. All'interno del progetto "Invecchiamento attivo", WP 5: *Broad assessment of living and health conditions of elders*, sono stati presentati, tra l'altro alcuni lavori legati al progetto, più precisamente
  - o Pagani, L., Panarello, D. Evaluation of a program for promoting physical activity and well-being: Friuli Venezia Giulia in Movimento. METRON (2021): 1-24.
  - o Pagani, L., Panarello, D. Secondo rapporto sulla valutazione del progetto "Friuli Venezia Giulia in Movimento. 10mila passi di salute". (2021), DOI: 10.13140/RG.2.2.18790.55362
- 11-13 settembre 2023 - 18th annual meeting and 12th conference of HEPA Europe, the European Network for the Promotion of Health-Enhancing Physical Activity, Lovanio. Accettato contributo dal titolo "Friuli Venezia Giulia in Movimento, 10000 passi di salute" as an example of a multilevel-multifaceted project promoting citizens' physical activity and healthy habits, L. Pagani, A. Del Bianco, T. Del Fabbro, L. Sandrin, G. Zamaro

# Comunicazione e attività social

- La comunicazione è un aspetto molto importante del progetto. Numerosi gli articoli apparsi sui social media tradizionali, frequenti le partecipazioni dei soggetti coinvolti nel progetto a trasmissioni sia radiofoniche che televisive dove si parla di argomenti legati alla salute/benessere
- Divulgazione del progetto in concomitanza di eventi particolari (ad esempio la giornata mondiale della salute che si celebra ogni anno il 7 aprile)
- Molto frequentata la pagina web di Federsanità Anci FVG legata al progetto e molto dinamiche anche le attività legate ai social media (pagina FB e Instagram)
- Predisposizione di dépliant sia in italiano che in inglese che illustrano la mappa e le caratteristiche dei percorsi

# Conclusioni

- I numeri appena visti confermano la complessità e la dinamicità del progetto
- Data la conclusione del terzo bando, il successo che hanno avuto le iniziative collaterali e le attività organizzate dai Comuni aderenti sui percorsi i numeri presentati oggi sono destinati ad aumentare
- L'interesse dimostrato dai cittadini per questo progetto è un valore aggiunto molto importante che andrà valutato nel breve/medio periodo.



**UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI UDINE**  
hic sunt futura



**Grazie per  
l'attenzione!**

[laura.pagani@uniud.it](mailto:laura.pagani@uniud.it)