



sportpertutti

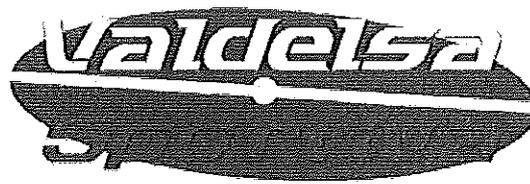
## **SELEZIONE STAMPA**

*(A cura dell'Ufficio stampa Uisp)*

21 gennaio 2014

### ARGOMENTI:

- Nuoto: mercoledì 22 gennaio L'Uisp presenta un nuovo prodotto multimediale per formare una nuova leva di tecnici-educatori del nuoto sociale e per tutti.
- Calcio: "Allo stadio Bologna si scopre razzista"
- Immigrazione: Welfare a rischio
- Non profit: l'erasmus apre alle ong
- Pronti, Partenza, Via: presentati i dati allarmanti della ricerca Ipsos sugli stili di vita dei bambini.



Il quotidiano sportivo online dell'Empolese Valdelsa

 [valdelsasportiva.it](http://valdelsasportiva.it)

<http://valdelsasportiva.it/attivita-e-corsi-uisp-e-sport-amatoriali-di-empoli/uisp-presenta-prodotto-multimediale-formare-leva-tecnici-ed-educatori-nel-nuoto-sociale/>

## L'Uisp presenta un prodotto multimediale per formare una leva di tecnici ed educatori nel nuoto sociale

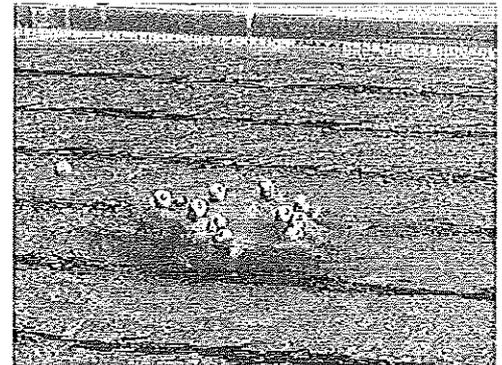
in Attività Uisp Nuoto e Pallanuoto di Redazione — 20 gennaio 2014 at 16:45 | Nessun commento

**FIRENZE.** “Acqua, un mondo per tutti” è il dvd didattico realizzato dalla Lega nuoto nazionale Uisp che diventerà materiale formativo per le migliaia di operatori-educatori Uisp e gli studenti di scienze motorie dell'Università di Firenze. Questo innovativo prodotto multimediale sarà presentato mercoledì 22 gennaio a Firenze, con inizio alle 10.30, nell'Aula magna della ex Presidenza della facoltà di medicina presso il Policlinico di Careggi, con una conferenza stampa a cui prenderanno parte rappresentanti dell'Uisp e dell'Università di Firenze, oltre a tecnici e studenti.

Aprirà l'iniziativa Mauro Dugheri, presidente Uisp Firenze, e intervengono: Massimo Gulisano, presidente corso di laurea in Scienze motorie, sport e salute; Paolo Malinconi, docente teoria, tecnica e didattica sport natatori; Vincenzo Manco, presidente nazionale Uisp; Massimo Tesei, presidente nazionale Lega nuoto Uisp; Mauro Rozzi, ex-allenatore nazionale paralimpica di nuoto e presidente Uisp Emilia Romagna; Eva Paoli, formatrice Lega nuoto Uisp nazionale.

All'interno del Dvd “Acqua, un mondo per tutti”, ci sono due sezioni: una sul nuoto e una sulla ginnastica in acqua. Il dvd è stato realizzato con l'intento di permettere a chi inizia un percorso da tecnico-educatore di capire da dove si parte e quali sono gli obiettivi primari da ottenere per raggiungere poi gli obiettivi a lunga scadenza.

“Il valore aggiunto è dato dal fatto che siamo davanti ad un prodotto di tutta l'associazione – dice Massimo Tesei, presidente nazionale Lega nuoto Uisp – la stesura definitiva è il frutto di tante intelligenze ed esperienze che hanno fatto sì che il lavoro possa essere il più possibile completo e realizzato da una complessa rete di moltissime esperienze territoriali. Il Dvd è unico anche per la scelta di una formula multimediale, grazie alla quale tutti i contenuti sono resi ancora più espliciti con video, oltre che foto, che facilitano e chiariscono le nozioni inserite nel testo”.



Tags: nuoto uisp



News dalle Pubbliche Amministrazioni  
della Toscana centrale

[Sport]

Redazione Met Sport

**L'UISP PRESENTA UN NUOVISSIMO PRODOTTO MULTIMEDIALE, PER FORMARE UNA NUOVA LEVA DI TECNICI-EDUCATORI DEL NUOTO SOCIALE E PER TUTTI**

*Mercoledì 22 gennaio, ore 10,30, presso l'Università di Firenze la presentazione del DVD formativo "Acqua, un mondo per tutti"*

"Acqua, un mondo per tutti" è il dvd didattico realizzato dalla Lega nuoto nazionale Uisp che diventerà materiale formativo per le migliaia di operatori-educatori Uisp e gli studenti di scienze motorie dell'Università di Firenze. Questo innovativo prodotto multimediale sarà presentato mercoledì 22 gennaio a Firenze, con inizio alle 10.30, nell'Aula magna della ex Presidenza della facoltà di medicina presso il Policlinico di Careggi, con una conferenza stampa a cui prenderanno parte rappresentanti dell'Uisp e dell'Università di Firenze, oltre a tecnici e studenti.

Aprirà l'iniziativa Mauro Dugheri, presidente Uisp Firenze, e interverranno: Massimo Gulisano, presidente corso di laurea in Scienze motorie, sport e salute; Paolo Malinconi, docente teoria, tecnica e didattica sport natatori; Vincenzo Manco, presidente nazionale Uisp; Massimo Tesei, presidente nazionale Lega nuoto Uisp; Mauro Rozzi, ex-allenatore nazionale paralimpica di nuoto e presidente Uisp Emilia Romagna; Eva Paoli, formatrice Lega nuoto Uisp nazionale.

All'interno del Dvd "Acqua, un mondo per tutti", ci sono due sezioni: una sul nuoto e una sulla ginnastica in acqua. Il dvd è stato realizzato con l'intento di permettere a chi inizia un percorso da tecnico-educatore di capire da dove si parte e quali sono gli obiettivi primari da ottenere per raggiungere poi gli obiettivi a lunga scadenza.

"Il valore aggiunto è dato dal fatto che siamo davanti ad un prodotto di tutta l'associazione – dice Massimo Tesei, presidente nazionale Lega nuoto Uisp - la stesura definitiva è il frutto di tante intelligenze ed esperienze che hanno fatto sì che il lavoro possa essere il più possibile completo e realizzato da una complessa rete di moltissime esperienze territoriali. Il Dvd è unico anche per la scelta di una formula multimediale, grazie alla quale tutti i contenuti sono resi ancora più espliciti con video, oltre che foto, che facilitano e chiariscono le nozioni inserite nel testo".

20/01/2014 15.28

Redazione Met Sport

a cura di: Provincia di Firenze - Direzione Urp, Partecipazione, E-Government, Quotidiano Met  
Elaborato con Web Publishing System

[© copyright e licenza d'uso](#) | [Informazioni sul sito](#) | [Chi siamo](#) | [Clausola di esclusione responsabilità](#) |

# Allo stadio Bologna si scopre razzista

A.COM.

acomaschi@unita.it

L'orgoglio ritrovato per quella doppietta di Bianchi inflitta ai terzi in classifica è già storia: il giorno dopo il match contro il Napoli Bologna si trova a fare i conti con i cori razzisti rivolti agli avversari sulle note di *Caruso* di Dalla. Un comportamento contro cui si scaglia Gianni Morandi, presidente onorario del Bfc, minacciando l'addio: «Incivili, la loro è una maleducazione deficiente, anche se la mia è una carica simbolica e forse inutile, non mi piace più». Mentre la Procura aspetta la relazione della Digos per aprire un fascicolo, e si parla di un tifoso napoletano ferito da una bottigliata in testa, dopo essere stato inseguito da alcuni bolognesi perché aveva sottratto una bandiera.

«Sono lontani i tempi quando lo stadio di Bologna veniva preso ad esempio per la civiltà e la sportività del pubblico che sapeva addirittura applaudire la squadra avversaria quando giocava meglio della nostra», tuona dunque Morandi su Facebook. «Non so quanti fossero ieri quegli incivili - continua -, capaci di un comportamento razzista ed offensivo. Spero fossero pochi, certo non mi riconosco in loro che oltraggiano la figura di Lucio e insultano gli avversari». Comune e Provincia si affrettano a chiedergli di restare, Morandi è un'istituzione a sua volta. Ma lo schiaffo patito dal cantante è doppio. Proprio lui aveva accolto l'idea, lanciata dal direttore del museo MAMbo Gianfranco Maraniello di introdurre la partita con una delle canzoni più note di Dalla. «Voleva essere un segnale distensivo» spiega Mara-

niello, che chiamato ai vertici della Gam da Cofferati si considera ormai bolognese, al di là delle origini napoletane e degli studi a Milano: «Non era un omaggio al Napoli quanto l'invito a fare dello stadio e della partita un momento di festa, puntando su un terreno comune alle due tifoserie», ovvero su Caruso, tributo di uno dei bolognesi più amati al celebre tenore partenopeo.

Ma già le primé note sono coperte dai fischi, seguiti dagli sfottò velati di un odio rituale, «Lavali col fuoco, Vesuvio lavali col fuoco... merda Napoli», da striscioni inequivocabili e incredibili. Si spègne la voce di Dalla, una delle persone più aperte e tolleranti che hanno dato lustro alle due torri, oltre che tifoso sfegatato della squadra rossoblù. Una brutta pagina, che ne apre un'altra inaspettata con l'annunciato addio di Mo-

randi alla società di cui è fedelissimo. Una reazione che dà la misura dello choc patito dalla città.

Non è la prima volta che Bologna deve confrontarsi con l'idea di non essere più un'isola felice, la città «sazia e disperata» apostrofata ormai trent'anni fa dal cardinale Giacomo Biffi ha lasciato il segno. Ma da qui a scoprirsi razzista ce ne passa. Il sindaco Virginio Merola condanna «la memoria infangata di Dalla» e i cori «inaccettabili. Sono comportamenti che nulla hanno a che fare con lo sport. Una violenza verbale inconcepibile». L'assessore provinciale allo Sport Marco Pondrelli esprime «vergogna» per cori e striscioni che attribuisce però a una «sparuta minoranza, gli autentici tifosi bolognesi hanno sempre fatto della pluralità e dell'integrazione la loro forza».

## LE PRESE DI DISTANZA

Anche il Consiglio comunale si disassocia, e a nome di tutti i bolognesi chiede scusa a Napoli e ai suoi cittadini. Ma l'ordine del giorno del Pd Corrado Melega sottoscritto da tutte le forze politiche chiama in causa anche la società,

perché «prenda le distanze da quelle curve violente». L'unica eccezione sollevata dai grillini è sull'invito a Morandi, anche questo unanime, perché ci ripensi: «Sarà un segnale forte a tutte le tifoserie». «Dalla disse "siamo tutti napoletani", a Bologna potremmo fare lo stesso» propone poi il consigliere regionale Libdem Franco Grillini, già presidente Arcigay e tra i fondatori della Lila. Un primo passo per cambiare mentalità, visto che «contro il razzismo non ci possiamo accontentare di un buffetto o solo di un documento del Consiglio Comunale, occorre un impegno comune quotidiano specie nelle scuole. Si prova pena e rabbia quando proprio in una città civile come Bologna si assiste all'espressione di un razzismo antimeridionalista che pensavamo sepolto per sempre». Sui siti più visitati dai tifosi sono tanti i messaggi di condanna per cori e striscioni di «frustrati e ignoranti», anche con motivazioni diverse («non esiste bolognese che fischi Lucio», scrive qualcuno). Ma c'è chi riesce a prendersela con la società per avere voluto, con Caruso, dare un'accoglienza speciale ai napoletani.

# «No ai razzisti»

## Morandi al Bologna

# «Potrei andarmene»

Curva chiusa con la condizionale dopo i cori ai napoletani. Il presidente onorario: «Tifosi, vergogna»

ANDREA TOSI  
BOLOGNA

I fischi, i cori e gli striscioni discriminatori degli ultras bolognesi contro i napoletani che hanno oscurato le note di «Caruso», il capolavoro di Lucio Dalla, prima di Bologna-Napoli, hanno lasciato il segno. Soprattutto su Gianni Morandi che aveva raccolto l'idea di Gianfranco Maraniello, direttore del museo d'arte moderna del capoluogo emiliano, di suonare la canzone dedicata al grande tenore partenopeo in omaggio a due grandi artisti per unire entrambe le tifoserie. Ieri mattina Morandi ha sfogato tutta la sua amarezza sul suo profilo di Facebook adombrando le sue dimissioni da presidente onorario.

**Deficienti** Questo il post di Morandi: «Allo stadio di Bologna è successo qualcosa di inqualificabile e di cui mi sono vergognato. Prima dell'inizio della partita sono comparsi striscioni intollerabili contro la squadra e la città di Napoli e mentre le note di "Caruso" con la voce di Lucio risuonavano nell'aria, una parte della curva dei tifosi rossoblù ha cominciato a fischiare. Non credo che il tifo fosse degenerato a questo punto. Sono lontani i tempi in cui lo stadio di Bologna veniva preso a esempio per la civiltà e la sportività del pubblico. Non so quanti fossero ieri quegli incivili, capaci di un simile comportamento, razzista e offensivo. Spero fossero pochi, ma non mi riconosco in loro, che oltraggiano la figura di Lucio e insultano gli avversari con questa maleducazione deficiente. Essere il presidente onorario, anche se è una carica simbolica e forse inutile, non mi piace più».

**Pranzo e reazioni** Sempre in mattinata, Morandi ha animato con l'allenatore Ballardini il pranzo di «Piazza Grande/Caritas» per i senzatetto in un noto ristorante cittadino. Scuro in volto, ha risposto con un «ci penso» alla domanda sulla sua possibile uscita dall'organigramma di Casteldebole. Con lui c'era il sindaco Merola che ha condiviso le parole del cantante: «E' stata infangata la memoria di Dalla. Comprendo Morandi, mi unisco allo sdegno, mi auguro però che non abbandoni la presidenza onoraria». Anche il sindaco di Napoli, Luigi de Magistris, è intervenuto: «Lo sport e il calcio non possono diventare occasione di razzismo e discriminazione territoriale. Ringrazio Gianni Morandi, il sindaco di Bologna e tutti coloro che si sono espressi contro i cori razzisti».

**Giudice e Procura** Intanto la Procura di Bologna attende gli atti dalla Digos per aprire un fascicolo d'indagine. Inevitabile, è arrivata la sanzione del giudice sportivo Tosel che ha disposto un turno di chiusura alla curva Bulgarelli, pena sospesa per un anno. Invece è effettiva la squalifica di un turno a Davide Ballardini per una bestemmia.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

**INTERVISTA** • Corrado Bonifazi (Cnr), oggi a Roma presenta la sua ricerca

# Migrazioni, nuovo punto di svolta. Welfare a rischio

Eleonora Martini

**L**a terza fase della bilancia migratoria - con il calo degli arrivi e l'aumento delle partenze -, apertasi con la crisi finanziaria del 2008, vede l'Italia - ma anche l'Europa - «entrare in concorrenza con i Paesi in via di sviluppo, nuova destinazione degli emigrati». Lontana ormai l'era della prima globalizzazione che «in mezzo secolo ha spinto a espatriare 14 milioni di italiani gettando le basi delle nostre comunità all'estero che ancora contano 4,2 milioni di componenti», e superata anche la recente «seconda globalizzazione che ha fatto salire il numero di stranieri residenti regolarmente nel nostro Paese dai 356 mila del 1991 ai 4,3 milioni attuali», oggi siamo ad un nuovo punto di svolta. E le criticità italiane emergono tutte: «I cittadini in età lavorativa sono destinati a diminuire di 4 milioni tra il 2015 e il 2030 e di altri 7 milioni dal 2030 al 2050, mentre gli ultraottantenni aumenteranno rispettivamente di 1,4 e 2,2 milioni. Uno scenario insostenibile, senza un adeguato apporto migratorio». È quanto sostiene il ricercatore Irpps-Cnr, Corrado Bonifazi, che stamattina presenterà a Roma, nella sede del Consiglio nazionale delle ricerche, la sua analisi storico-economica de «L'Italia delle migrazioni», edito da Il Mulino.

**Questo nuovo scenario investe tutta l'Europa?**

La crisi sta colpendo quei Paesi che negli ultimi 15 anni erano diventati le mete più importanti dei flussi migratori internazionali: nell'ordine, Spagna, Italia, Irlanda, Portogallo e Grecia. In Spagna il saldo migratorio positivo per 731 mila unità del 2007 è diventato negativo nel 2011 con una perdita di 50 mila persone. Anche in Irlanda si è passati a valori negativi e in Italia il deflusso si attesta intorno a 40 mila unità. Sia chiaro: la popolazione straniera conti-

*La crisi dimezza il saldo positivo di immigrati. In Italia nel 2050 avremo 11 milioni di lavoratori in meno e 3,6 milioni di ultra 80enni in più*

nua ad aumentare per via delle nascite e del ricongiungimento familiare, ma in Italia si è scesi da un saldo positivo di 493 mila unità del 2007, a 245 mila nel 2012.

**Parlando di migrazioni lavorative, avete dati riguardo la qualifica dell'offerta e della domanda?**

Nell'emigrazione italiana è aumentato il peso dei laureati, anche se è sempre più presente l'emigrazione con titolo di studi di medio e basso livello. L'immigrazione invece - nel caso italiano, a differenza di altri sistemi produttivi come quello francese o tedesco - deve fare i conti con una richiesta di lavoro tarata sul medio o basso livello, a prescindere dal titolo di studio delle persone.

**Quali sono le comunità straniere maggiormente cresciute in Italia?**

Rispetto al 2001, c'è la Moldavia, con un aumento del 31,2%, e l'Ucraina (23,2%). Segue la comunità rumena che in termini assoluti rimane la prima ma è cresciuta del 12,9%. Cinesi e indiani si fermano ad un tasso di crescita del 4,5%. Ma la novità maggiore mi sembra l'aumento di minori - indice di una stabilizzazione - e la tendenza verso un riequilibrio tra i sessi. Per esempio nel 1991 erano donne l'81,5% degli immigrati dall'Ucraina; nel 2011 sono scese al 79,8%. Fa eccezione la Polonia, da

dove continuano ad arrivare soprattutto donne.

**Gli italiani che partono oggi, invece, scelgono nuove mete?**

Per ovvi motivi, i Paesi europei sono sempre privilegiati ma ci sono dati interessanti: in questi ultimi anni è cresciuta l'emigrazione italiana - e non solo - altamente qualificata verso la Cina. Secondo i dati Istat, nel 2011 gli italiani laureati sono diventati un quarto di coloro che si trasferiscono all'estero, nel caso della Cina si arriva al 45%. Negli anni precedenti il flusso italiano verso le città cinesi era così basso che i dati non venivano nemmeno pubblicati.

**Malgrado negli ultimi dieci anni la Cina abbia quasi dimezzato il Pil?**

Parliamo di un Paese cresciuto al tasso del 7,5%, pari a sette volte la percentuale di crescita dell'Italia nel periodo pre-crisi. Anche se ha rallentato nell'ultimo anno, per noi si tratta di un tasso irraggiungibile. Se nel 2014 riuscissimo a tornare all'1% faremmo i salti di gioia. Segnali di crescita del flusso di immigrazione qualificata arrivano anche dal Brasile e dall'India.

**Dalla sua ricerca emerge che i dati sulle migrazioni differiscono a seconda del Paese che li raccolgono. Ci spiega perché?**

La lettura dei dati non è mai univoca: è dal 1850 che si cerca di creare statistiche migratorie comparabili tra diversi Paesi, compito difficilissimo. Ogni Paese definisce e calcola i flussi a seconda della legge sull'immigrazione: le statistiche infatti registrano i fenomeni che stuzzicano l'interesse politico. Per esempio l'Italia per un secolo ha misurato solo l'emigrazione. Poi le cose sono cambiate ma oggi misura gli arrivi attraverso l'anagrafe, quindi non registra i trasferimenti non definitivi o i soggiorni di breve durata, come avviene invece in Germania. Anche per questo il dato tedesco dell'immigrazione è più alto di quello italiano.

## L'Erasmus cresce e apre alle ong: dall'Ue quasi 15 miliardi

Il programma per la mobilità internazionale degli studenti cambia denominazione, Erasmus+, aumenta i finanziamenti del 40% rispetto agli attuali e fa spazio ai progetti educativi delle organizzazioni non governative

20 gennaio 2014

Roma – L'Erasmus aumenta i finanziamenti: 14,7 miliardi di euro, con un aumento del 40% rispetto ai livelli attuali. Il nuovo programma, che durerà 7 anni, si chiama Erasmus+ e non è più solo incentrato sulla mobilità, ma raggruppa tutti i diversi programmi relativi ai settori dell'istruzione, della formazione, della gioventù e, novità per questo tipo di progetti, dello sport. Nel dettaglio i programmi Erasmus, Leonardo, Comenius, Grundtvig, Gioventù in azione, Erasmus Mundus, Tempus, Alfa, Edulink e Servizio Volontario Europeo.

Erasmus+, spiega il sito [Info-cooperazione](#), ha tre obiettivi principali: due terzi del bilancio sono destinati alle opportunità di studio all'estero per i singoli individui, nell'Ue e fuori di essa, il resto andrà a sostegno dei partenariati tra le istituzioni d'istruzione, le organizzazioni giovanili, le imprese, le autorità locali e regionali e le Ong oltre ad incoraggiare le riforme per ammodernare l'istruzione e la formazione e promuovere l'innovazione, l'imprenditorialità e l'occupabilità. Da notare l'inserimento di un apposito obiettivo specifico dedicato ai paesi partner (contribute to the achievement of the sustainable development of Partner Countries in the field of higher education). E' qui che si inserisce la novità e l'opportunità per le Ong come dettagliato nelle Key action 2 e 3 del programma.

L'Azione 2 è nominata Capacity Building ed è così descritta nella guida del programma "projects in higher education promoting cooperation and partnerships that have an impact on the modernisation and internationalisation of higher education institutions and systems in Partner Countries".

L'Azione 3 è dedicata al support del dialogo politico in tema di giovani ed educazione, "policy dialogue through the network of Higher Education Reform Experts in Partner Countries neighbouring the EU, the international alumni association, policy dialogue with partner countries and international attractiveness and promotion events".

Spazio quindi per progetti di scambio e capacity building con i paesi partner soprattutto a livello giovanile o sui temi dell'educazione all'interno di partenariati multi-stakeholders nei quali le Ong possono giocare un ruolo fondamentale essendo fortemente in contatto con le autorità locali dei paesi e la società civile locale, inclusa quella giovanile. La guida di Erasmus+ (263 pagine) è già disponibile e pochi giorni fa è stato pubblicato il primo invito a presentare proposte progettuali per le Key Action 1 e 2.

© Copyright Redattore Sociale

15-01-2014 sezione: LATINA

## Latina. Mangiano male, troppa tv e poco sport: indagine sui ragazzi

LATINA - Stili di vita pigri e abitudini alimentari poco corrette: c'è anche Aprilia tra le dieci città italiane scelte per la ricerca promossa da Save the Children e Mondelez International Foundation. Lo studio è condotto nelle zone periferiche, finalizzata a sensibilizzare le famiglie e gli operatori del settore sull'adozione di stili di vita più salutari.

Analizzando le risposte dei ragazzi e dei genitori, dall'indagine emerge che 3 ragazzi su 10 ad Aprilia e in provincia di Roma si muovono in auto, il 35% a piedi, ancora meno (4%) in bici; il 26% non mangia mai o giusto 1/2 volte a settimana frutta e verdura e il 5% non fa colazione mentre l'abitudine di sedersi a tavola a cena è ancora di 8 famiglie su 10 ad Aprilia. E ancora si cammina poco, massimo mezz'ora per il 63% (il dato nazionale è 66%) dei ragazzini e delle ragazzine apriliani e della provincia di Roma.

Ricerca Ipsos per Save The Children: si muovono poco e mangiano sempre peggio

## Bambini sempre più pigri

ROMA • Sembrano lontanissimi i tempi in cui si vedevano bambini inseguire il pallone nel campetto sotto casa. In Italia un ragazzo su quattro non fa sport nel tempo libero, anzi: addirittura il 73% dei nostri figli trascorre in casa il tempo libero, magari giocando ai videogame, come fa il 57% degli under 18, oppure navigando su Internet, come



avviene per il 100% degli over 14. Questi sono alcuni dei dati allarmanti della ricerca "Lo stile di vita dei bambini e dei ragazzi", realizzata da Ipsos e presentata questa mattina, in occasione dei 3 anni di attività di "Pronti, Partenza, Via!", un progetto di Save the Children e Mondalez che si propone di promuovere la pratica sportiva e l'educazione alimentare dei bambini nelle aree periferiche di dieci città italiane. Finora ne hanno beneficiato 70mila tra minori e adulti, sono state recuperate e rese fruibili 10 aree sportive e verdi, dove i bambini possono fare sport o giocare all'aria

aperta. Uno dei problemi che ostacolano la possibilità di praticare sport, infatti, è il costo eccessivo delle strutture. Dai dati emerge che il 28% dei genitori non può permettersi di pagare le attività sportive ai figli. Ma a quanto pare la crisi non ha scalfito il grande utilizzo dell'automobile, anche per percorsi brevi: 6 bambini su 10 vengono

accompagnati dai genitori a scuola anche quando si potrebbe andare a piedi. Paiono invece contraddittori i dati del rapporto sulle abitudini alimentari: nonostante il 90% delle famiglie italiane continui a riunirsi attorno al tavolo per cena, il

consumo di frutta e verdura è calato e si attesta al 35%. Si mangia insieme ma non per forza meglio. E così i bambini in sovrappeso in Italia sono più di un terzo, ma i genitori sono restii ad ammetterlo: per l'80% delle famiglie i propri figli sono nella norma. Cuore di mamma, insomma.

## Sport

### Napoli, Benitez ai suoi: «Dovete avere fiducia»

NAPOLI • La squadra di Benitez si prepara a scendere in campo questa sera per la sfida di Coppa Italia con l'Atalanta. Benitez sceglie il turnover, ma può contare sul rientro di Hamsik. Con occhio al calciomercato - Jorginho rimane l'obiettivo principale - l'allenatore degli Azzurri carica i tifosi: «La squadra è vostra e della città, abbiate fiducia».

\*\*\*

### Tennis, Australian Open: avanti Pennetta e Fognini

MELBOURNE • Secondo turno positivo per gli italiani impegnati negli Australian Open. Flavia Pennetta batte in due set la portoricana Monica Puig 6-3, 6-4 mentre Fabio Fognini supera in quattro set il finlandese Nieminen. Avanzano nella competizione anche il numero due della classifica Atp Novak Djokovic e la numero uno del ranking WTA Serena Williams.

\*\*\*

### Mondiali 2014, designato l'arbitro Rizzoli

ZURIGO • A rappresentare l'Italia ai Mondiali di calcio in Brasile ci saranno l'arbitro Nicola Rizzoli e gli assistenti di linea Renato Faverani e Andrea Stefani. La commissione arbitrale della Fifa ha scelto le 25 terne che dirigeranno le gare della prossima Coppa del Mondo, oltre a 8 coppie di supporto, a rappresentanza di 43 diverse nazioni.

## Cronaca

**Morto Paolo Onofri, papà di Tommy**  
PARMA • Si è spento nella notte Paolo Onofri, papà del piccolo Tommy, il bambino che venne rapito ed ucciso a Casalbaroncolo il 2 marzo 2006. L'uomo era stato colpito da un attacco cardiaco nell'agosto del 2008 e non aveva più ripreso conoscenza. Per la morte di Tommy è stato condannato all'ergastolo Mario Alessi, l'allora manovale della ristrutturazione dell'abitazione degli Onofri.

\*\*\*

**Al domiciliari il fonico dei Modà**  
MILANO • Paolo Bovi, ex tastierista dei Modà e ora fonico della band, è agli arresti domiciliari con l'accusa di molestie sessuali. Le vittime sono quattro ragazzi tra i 13 e i 16 anni. I fatti si sarebbero svolti in un oratorio dell'hinterland milanese dove Bovi svolgeva l'attività di educatore. Prima ancora delle denunce dei genitori il sacerdote insospettito aveva allontanato l'uomo.

\*\*\*

**Commerciante si uccide con l'acido**  
SALERNO • Un commerciante di 41 anni è si è tolto la vita bevendo acido muriatico. L'uomo, che gestiva con il fratello un negozio di detersivi nel rione Carmine, è morto dopo una lenta agonia. La polizia sta accertando le cause del gesto disperato: si segue la pista dei motivi personali, ma pare che l'uomo avesse grosse difficoltà economiche a causa della crisi.

**Camorra, dodici arresti ad Aversa**  
AVERSA • Arrestate dai carabinieri dodici persone accusate di essere affiliate alla fazione «Bidogetti» del clan dei Casalesi. I reati contestati agli indagati sono associazione di tipo mafioso, estorsione, porto e detenzione di armi, illecita concorrenza con violenza e minaccia. I decreti di fermo stati emessi dai magistrati della Direzione distrettuale antimafia di Napoli.

\*\*\*

**Terra dei Fuochi, si scava a Villa Briano**  
CASERTA • Terza giornata di scavi alla ricerca dei rifiuti tossici interrati a Villa di Briano, nel Casertano. Gli uomini del corpo Forestale e i carabinieri sono impegnati a 20 metri di profondità: emergono al di sotto della falda acquifera rifiuti solidi urbani, pneumatici e fanghi industriali. Il terreno risulta ridotto ad una discarica abusiva.

\*\*\*

### Anziana assassinata in casa

TORINO • Potrebbe essere stata uccisa la donna di 79 anni trovata morta nella sua casa di Rivoli il 29 dicembre. Sul collo dell'anziana sono stati rilevati alcuni segni riconducibili ad un decesso per asfissia e ad omicidio. Mentre i familiari avevano ipotizzato la morte per cause naturali, il medico legale ha avanzato l'ipotesi dell'assassinio, confermata poi dall'autopsia.

## Seedorf a Milano, ecco il nuo progetto rossonero

Atterraggio previsto alle 18.40. Intanto la squadra sfida lo Spezia

MILANO • Ora è tutto più «Clarence». Il futuro, in casa Milan, ha il volto del Professore. Mister Champions League, 4 con 3 squadre diverse. 10 trofei in maglia rossonera e un legame viscerale con la famiglia Berlusconi e la società. Il pedigree è quello dei vincenti, il carisma dei leader, la visione tattica di uno tra i più grandi centrocampisti di sempre: l'ideale insomma per iniziare un'avventura così onerosa. Si dice che Seedorf abbia studiato da Phil Jackson, mister undici anelli in Nba, con i Bulls di Micheal Jordan e i Lakers di Kobe Bryant. Se sia davvero così, forse non lo sapremo mai, sicuramente quello che Seedorf proverà a portare a Milanello dagli sport americani sono gli allenatori dei reparti. Si parla di

Stam, Crespo, forse Nesta: presto però per fare i nomi. A lui, l'head coach, il capo allenatore per dirlo all'italiana, il compito di amalgamare la squadra, motivare il gruppo, gestire una rosa di giovani talenti e se possibile, anche di qualche campione.



CLARENCE SEEDORF

Il progetto partirà dopo i mondiali, ma come ogni rivoluzione, c'è bisogno di un periodo di incubazione. Questi mesi in tandem con Tassotti serviranno così a progettare il Milan del futuro, a salvare la faccia in campionato, provare a superare il turno in Champions e chissà, magari per farsi valere in

Coppa Italia, passaportout per l'Europa League. Come in ogni azzardo, il rischio di perdere è alto almeno quanto la possibilità di vincere, e questo, a Milanello, è «Clarence» a tutti.

DISPONIBILE SU:



giornali



ClassTV msnbc (canale 27 digitale terrestre)



ClassTV msnbc (interattivo)



sito Internet



sito mobile



iPhone



iPad



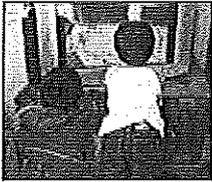
Blackberry



Samsung

ROMASETTE.it

## Peggiora lo stile di vita dei ragazzi: 1 su 4 non fa attività fisica



Ricerca di Ipsos per Save the children e Mondelez: il 23% dei minori italiani non fa sport (+2% rispetto al 2012), contro il 77% che lo fa con regolarità. Tra i motivi c'è l'eccessivo costo delle strutture di Redattore Sociale

**Se delle sane abitudini** di vita continuano a riguardare una quota ampia di bambini e adolescenti in Italia, tuttavia – complice anche la crisi – i dati segnalano come una fetta crescente di minori si ritrova esclusa dalla possibilità di fare sport e movimento con regolarità, di avere un'alimentazione completa e di godere dei positivi effetti fisici ed emotivi di corretti stili di vita. In particolare, un quarto circa dei bambini e adolescenti italiani - pari al 23% (+2% rispetto al 2012) - non fa alcuna attività motoria nel tempo libero a fronte del 77% di minori che invece fa sport e movimento. Tra le cause dell'inattività - secondo il 35% di genitori intervistati - la mancanza di voglia e di interesse da parte dei bambini e ragazzi, quindi il costo eccessivo delle strutture, per il 28% di madri e padri, con un aumento del 13% rispetto al 2012, l'incompatibilità degli orari - per il 13% del campione.

**A documentarlo è la ricerca** su “Lo stile di vita dei bambini e dei ragazzi” realizzata da Ipsos per Save the Children e Mondelez in Italia e presentata oggi, mercoledì 15 gennaio, in occasione dei 3 anni di attività di “Pronti, Partenza, Via!”, progetto promosso da Save the Children insieme a Mondelez International Foundation nelle aree periferiche di 10 città italiane (Milano, Torino, Genova, Napoli, Catania, Sassari, Palermo, Bari, Ancona, Aprilia) a favore della pratica motoria e sportiva e dell'educazione alimentare dei bambini. L'intervento è realizzato in partnership con Centro sportivo italiano (Csi) e Unione italiana sport per tutti (Uisp) e - l'annuncio ufficiale è stato dato stamani da Save the Children insieme a Mondelez in Italia - proseguirà per tutto il 2014.

**A conferma dell'impatto crescente** delle difficoltà economiche sugli stili di vita di minori e famiglie anche il dato su cosa fanno gli stessi genitori nel tempo libero: fra le attività che registrano un ridimensionamento (non lo praticano mai o raramente) vi è infatti lo sport a cui rinuncia il 44% dei genitori (a fronte del 37% nel 2012). Analizzando l'opinione dei ragazzi, colpisce l'incremento di coloro che assegnano scarsa rilevanza e valore all'attività fisica: alla domanda “tra i tuoi amici e compagni come viene considerato uno che pratica sport, fa attività fisica”, il 39% (+7% rispetto al 2012) risponde “in nessun modo particolare, non se ne parla quasi” a fronte invece di un 40% (-6% in confronto al 2012) di under 18 che dichiara un'opinione positiva del fare sport e moto.

**Rilevante si conferma, secondo** la ricerca, il ruolo della scuola nella promozione delle attività sportive anche se si registra una maggiore indisponibilità di spazi a ciò destinati: il 91% dei ragazzi pratica attività nel contesto del programma scolastico, prevalentemente con la classica frequenza bi-settimanale, riferiscono i genitori intervistati. Un 9% di minori, tuttavia, non fa pratica motoria a scuola e ciò si deve, nel 39% dei casi, alla assenza di uno spazio attrezzato (+10% rispetto al 2012).

**Per quanto riguarda altre occasioni** di sport o movimento, la ricerca rileva come la crisi non abbia scalfito il grande utilizzo dell'automobile, anche per percorsi brevi come l'andare a scuola: in media 4 minori su 10 si muovono in auto (6 su 10 tra gli alunni della primaria) mentre solo il 24% a piedi (-6% rispetto al 2012) e il 9% (a fronte dell'11% del 2012) in bici. Gli adolescenti, più autonomi nello spostamento e non ancora “motorizzati”, impiegano i mezzi pubblici in misura superiore agli studenti degli altri gradi di scuola (59% contro 16% della secondaria inferiore) ma

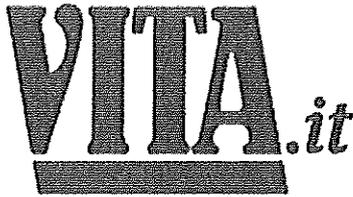
anche presso questo gruppo di età l'uso della bicicletta è limitato al 12%, come del resto presso i pre-adolescenti (11-13 anni) che tuttavia si muovono a piedi in un terzo delle occasioni. Gli spostamenti a piedi, sebbene decisamente più limitati per i 14-17enni (11%), tendono ad esser un po' più lunghi, ma permane l'abitudine a camminare poco, massimo mezz'ora per due ragazzi su tre (66%) e più di un'ora solo per un segmento limitatissimo di giovani (4%), senza mutamenti d'abitudini rispetto agli anni passati. L'ascensore per raggiungere i piani alti si conferma la scelta di un terzo dei ragazzi (32%).

**A incentivare alcune abitudini** sedentarie dei bambini e adolescenti italiani c'è poi la fruizione dei media: il tempo trascorso davanti alla TV si conferma significativo - coerentemente con i dati 2013 sulla popolazione generale che mettono Italia e Spagna ai primi posti in Europa con 4 ore e 15 minuti (fonte: eMarketer The GlobalMediaIntelligenceReport) - sulla totalità dei minori che la vedono quasi la metà (47%) la vede per un tempo compreso fra 1 e 3 ore al giorno. E aumenta, anche se di poco, il tempo dedicato dai ragazzi ai video-game: dell'85% che vi gioca (il 15% no), il 57% lo fa mediamente per un tempo compreso fra 1 e le 3 ore. Internet è legato all'età: lo utilizza il 100% degli over 14 anni e il 30% vi passa anche più di tre ore, contro un 80% degli 11-13 enni e il 59% dei minori di 10 anni, che ne fanno un uso più morigerato: rispettivamente in media un'ora e mezz'ora.

15 gennaio 2014

Questa notizia proviene da RomaSette  
<http://www.romasette.it>

L'indirizzo di questa notizia è:  
<http://www.romasette.it/modules/news/article.php?storyid=11824>



## **Piccoli italiani: 1 su 4 non fa né moto né sport**

di Antonietta Nembri

### **Ricerca Ipsos sullo stile di vita dei minori a 3 anni dall'avvio del progetto di Save the Children "Pronti, Partenza, Via!" con Csi e Uisp per incentivare l'attività sportiva e la sana alimentazione. Il progetto prosegue per tutto il 2014**

A tre anni dall'avvio del progetto "Pronti, Partenza, Via!", promosso da Save the Children con Mondelez International Foundation, in partnership con Csi (Centro sportivo italiano) e Uisp (Unione italiana sport per tutti) nelle aree periferiche di dieci città italiane ((Milano, Torino, Genova, Napoli, Catania, Sassari, Palermo, Bari, Ancona, Aprilia) una ricerca racconta lo stile di vita dei bambini in Italia.

**Il progetto "Pronti, Partenza, Via!", che mira a favorire la pratica motoria e sportiva e l'educazione alimentare dei bambini e degli adolescenti, ha raggiunto finora 70mila minori e adulti, ha recuperato dieci aree sportive e verdi e proseguirà per tutto il 2014.**

Dai dati della ricerca "Lo stile di vita dei bambini e dei ragazzi" (in allegato la ricerca completa) realizzata da Ipsos per Save the Children e Mondelez in Italia emerge da un lato che le sane abitudini di vita continuano a riguardare una quota ampia di bambini e adolescenti, ma complice anche la crisi i dati segnalano come una numero crescente di minori sia esclusa dalla possibilità di fare sport e movimento con regolarità, ma anche di avere un'alimentazione completa e quindi di godere dei positivi effetti fisici ed emotivi di corretti stili di vita.

**Un minore su 4 non fa moto e sport nel tempo libero, nel 28% dei casi (+13%) per difficoltà economiche; 4 ragazzi su 10 si muovono in auto, pochi (24%) a piedi, ancora meno (9%) in bici; il 73% sta in casa nel tempo libero; diffuso - riguarda 7 minori su 10 - ma in flessione il consumo quotidiano di frutta e verdura e il 9% non fa colazione mentre l'abitudine di sedersi a tavola è ancora di 9 famiglie su 10 con figli**

Tra le cause dell'inattività - secondo il 35% di genitori intervistati - la mancanza di voglia e di interesse da parte dei bambini e ragazzi, quindi il costo eccessivo delle strutture, per il 28% di madri e padri, con un aumento del 13% rispetto al 2012, l'incompatibilità degli orari - per il 13% del campione.

**A conferma dell'impatto crescente delle difficoltà economiche sugli stili di vita di minori e famiglie anche il dato su cosa fanno gli stessi genitori nel tempo libero: fra le attività che registrano un ridimensionamento (non lo praticano mai o raramente) vi è infatti lo sport cui rinuncia il 44% dei genitori (a fronte del 37% nel 2012).**

**Rilevante si conferma, secondo la ricerca, il ruolo della scuola nella promozione delle attività sportive** anche se si registra una maggiore indisponibilità di spazi a ciò destinati: il 91% dei ragazzi pratica attività nel contesto del programma scolastico, prevalentemente con la classica frequenza bi-settimanale, riferiscono i genitori intervistati

Un 9% di minori, tuttavia, non fa pratica motoria a scuola e ciò si deve, nel 39% dei casi, alla assenza di uno spazio attrezzato (+10% rispetto al 2012).

**La crisi non ha scalfito il grande utilizzo dell'automobile, anche per percorsi brevi come l'andare a scuola:** in media 4 minori su 10 si muovono in auto (6 su 10 tra gli alunni della primaria) mentre solo il 24% a piedi (-6% rispetto al 2012) e il 9% (a fronte dell'11% del 2012) in bici.

**Non è una sorpresa che a incentivare alcune abitudini sedentarie dei bambini e adolescenti italiani c'è il tempo trascorso davanti alla TV** che si conferma significativo: sulla totalità dei minori che la vedono quasi la metà (47%) la vede per un tempo compreso fra 1 e 3 ore al giorno. **Aumenta, anche se di poco, il tempo dedicato dai ragazzi ai video-game.**

In generale **i minori italiani stanno moltissimo a casa: il 73%** passa qui (a casa propria o di amici) il proprio tempo libero, a fronte di un 27% che lo trascorre fuori casa all'aperto con gli amici. Il 36% dei genitori, a fronte del 26% nel 2012, motiva lo stare a casa dei figli con la mancanza di "spazi all'aperto dove incontrarsi con gli amici", e questo sembrerebbe legato ad un leggero calo della disponibilità di campi sportivi (-6% secondo i genitori, -3% secondo i figli).

**«La pratica sportiva e motoria dovrebbe essere una parte fondamentale nel processo di crescita di ogni bambino e adolescente.** Al contrario, i dati rilevano un numero crescente di minori esclusi da attività così importanti non solo per lo sviluppo fisico, ma anche cognitivo, relazionale, in una parola per il benessere generale di un bambino o un ragazzo», commenta Valerio Neri Direttore Generale Save the Children Italia. **«Le difficoltà economiche che attanagliano sempre più famiglie sicuramente sono una delle cause del minor numero di bambini che ha la possibilità di fare sport e attività fisica,** in aggiunta alle poche ore di pratica motoria in orario scolastico e alla scarsa educazione al movimento. Bambini più sedentari, disabituati all'incontro e confronto con i pari, che passano molto tempo a casa, rischiano più di altri non solo di sviluppare patologie ma anche di essere più tristi, depressi, soli».

Per quanto riguarda le abitudini alimentari, **due genitori su tre (64%) dichiarano di conoscere le regole alimentari di base tuttavia, per quanto riguarda il consumo di frutta e verdura,** la ricerca evidenzia una flessione nel numero dei bambini e adolescenti che ne mangia ad ogni pasto (35% a fronte del 37% nel 2012) o una volta al giorno (35% contro il 39% dell'anno precedente) e un aumento di coloro che non l'assumono o lo fanno un massimo di 2 volte a settimana (31% contro il 24% del 2012).

**Per quanto riguarda il numero e regolarità dei pasti, dalla ricerca emerge un dato particolarmente critico circa la prima colazione che ben un quarto dei ragazzi non consuma regolarmente:** in particolare il 9% mai e il 16% a volte sì, a volte no; inoltre con il crescere dell'età questo pasto perde il suo fondamentale ruolo e ben il 14% dei 14-17enni non lo consuma mai a casa ma al bar.

Per ciò che concerne il pranzo, circa metà dei ragazzi ha l'opportunità di consumarlo con almeno un genitore (49%) o comunque a casa in compagnia di qualcuno (14%). La mensa scolastica serve solo un quarto dei ragazzi intervistati, che sale a metà circa (48%) tra i 6-10enni.

La presenza della famiglia intorno al tavolo a cena risulta invece una costante nel tempo per quasi il 90% delle famiglie con bambini e ragazzi, anche se **un convitato che risulta spesso presente è la TV, accesa sempre in 4 famiglie su 10,** occasionalmente nel 35% dei casi e assente soltanto in un quarto dei casi. La presenza della TV non è certo legata all'assenza di vigilanza genitoriale, ma è

anzi una presenza bene accettata nella metà dei casi o comunque tollerata (41%)

**Il fuori pasto poi è un'abitudine che riguarda il 70% circa dei giovani intervistati.**

«Anche per quanto riguarda l'alimentazione, accanto a delle buone abitudini, sembrano consolidarsi delle tendenze poco sane, come non mangiare la frutta e verdura, saltare la colazione, concentrare i pasti piuttosto che fare i 5 consigliati al giorno, o mangiare con la tv accesa», spiega ancora Valerio Neri. **«Se a delle cattive abitudini alimentari si associa, come spesso, accade, l'assenza di un'adeguata pratica sportiva e motoria, le conseguenze sul benessere di un bambino o un adolescente, sia sul piano fisico che emotivo, possono diventare rilevanti».**

Raffaella Milano, direttore Programmi Italia-Europa di Save the Children Italia spiega l'intervento **«consistito nel recupero e messa in opera di spazi come campi da gioco, percorsi sportivi, spazi verdi, campi polivalenti, skate e roller park, piste podistiche e ciclabili, con l'obiettivo di farne dei luoghi aperti a tutto il quartiere,** contribuendo così a contrastare fenomeni di emarginazione ed esclusione sociale. Inoltre sono state organizzate sessioni informative su alimentazione e stili di vita salutari, all'interno delle scuole primarie e **sono stati aperti 10 punti informativi dove le famiglie possono incontrare professionisti, quali nutrizionisti e pediatri».**

«Il progetto ha ricevuto anche una valutazione da un ente esterno e indipendente, coadiuvato dall'Università La Sapienza di Roma», spiega ancora Raffaella Milano. «Attraverso la somministrazione di questionari ai genitori dei bambini e agli operatori, sono state valutate le ricadute delle varie azioni portate avanti ed è emerso, tra l'altro, come nei bambini coinvolti sia aumentata la propensione a fare quotidianamente attività che implicino movimento e ci sia stato un aumento nella consapevolezza delle scelte alimentari».



---

[Home](#) » C'è la crisi. E i bambini perdono le buone abitudini

## C'è la crisi. E i bambini perdono le buone abitudini

**Con l'aggravarsi delle condizioni economiche si riducono le possibilità di fare sport e movimento con regolarità e di avere un'alimentazione corretta**

*Redazione*

*Giovedì 16 Gennaio 2014, 11:42*

La crisi economica non accenna a placarsi. E ora, cominciano a osservarsi gli effetti, anche in settori inaspettati. Come quello degli stili di vita di bambini e ragazzi. Una fetta crescente di minori, complice la crisi, si ritrova infatti esclusa dalla possibilità di fare per esempio sport e movimento con regolarità e di avere un'alimentazione corretta.

A documentarlo è la ricerca su "Lo stile di vita dei bambini e dei ragazzi" realizzata da Ipsos per Save the Children e Mondelez in Italia e presentata ieri, in occasione dei 3 anni di attività di "Pronti, Partenza, Via!", un progetto promosso da Save the Children insieme a Mondelez International Foundation nelle aree periferiche di 10 città italiane (Milano, Torino, Genova, Napoli, Catania, Sassari, Palermo, Bari, Ancona, Aprilia) a favore della pratica motoria e sportiva e dell'educazione alimentare dei bambini.

L'indagine è realizzata in partnership con Centro Sportivo Italiano (CSI) e Unione Italiana Sport Per tutti (UISP).

I dati sono preoccupanti: un quarto circa dei bambini e adolescenti italiani, pari al 23% (+2% rispetto al 2012), non fa alcuna attività motoria nel tempo libero a fronte del 77% di minori che invece fa sport e movimento.

Tra le cause dell'inattività, secondo il 35% di genitori intervistati, la mancanza di voglia e di interesse da parte dei bambini e ragazzi. Al secondo posto, però, c'è il costo eccessivo delle strutture, con un aumento del 13% rispetto al 2012.

A conferma dell'impatto crescente delle difficoltà economiche sugli stili di vita di minori e famiglie anche il dato su cosa fanno gli stessi genitori nel tempo libero: fra le attività che registrano un

ridimensionamento (non lo praticano mai o raramente) vi è infatti lo sport a cui rinuncia il 44% dei genitori (a fronte del 37% nel 2012).

Analizzando l'opinione dei ragazzi, si registra un incremento di coloro che assegnano scarsa rilevanza e valore all'attività fisica: alla domanda "tra i tuoi amici e compagni come viene considerato uno che pratica sport, fa attività fisica", il 39% (+7% rispetto al 2012) risponde "in nessun modo particolare, non se ne parla quasi" a fronte invece di un 40% (-6% in confronto al 2012) di under 18 che dichiara un'opinione positiva del fare sport e moto.

Rilevante si conferma, secondo la ricerca, il ruolo della scuola nella promozione delle attività sportive anche se si registra una maggiore indisponibilità di spazi a ciò destinati: il 91% dei ragazzi pratica attività nel contesto del programma scolastico, prevalentemente con la classica frequenza bi-settimanale, riferiscono i genitori intervistati. Un 9% di minori, tuttavia, non fa pratica motoria a scuola e ciò si deve, nel 39% dei casi, alla assenza di uno spazio attrezzato (+10% rispetto al 2012).

Così aumenta il tempo trascorso davanti alla tv (il 47% la vede per un tempo compreso fra 1 e 3 ore al giorno), ai videogame (la metà di chi gioca lo fa per un tempo compreso tra 1 e 3 ore), e il computer (il 30% degli over 14 ci passa più di tre ore la giorno).

In sostanza, rileva l'indagine, sta crescendo una generazione che passa la gran parte del proprio tempo a casa (il 73% non esce quasi mai nel tempo libero). Colpa soprattutto dell'assenza di spazi all'aperto in cui incontrare gli amici, secondo i genitori.

Di pari passo, peggiora anche l'alimentazione. Anche se due genitori su tre dichiarano di conoscere le regole alimentari di base, si riduce la percentuale di bambini e ragazzi che consuma frutta e verdura con la frequenza consigliata dagli esperti.

Come da tradizione, un quarto dei ragazzi non la fa come si dovrebbe o non la fa affatto. Cresce il numero di ragazzi che pranza senza genitori (più del 50%), mentre la presenza della famiglia intorno al tavolo a cena risulta una costante nel tempo per quasi il 90% delle famiglie con bambini e ragazzi.

# SALUTE PIÙ

benessere cultura costume

## Bambini: difendiamo le buone abitudini !

In Italia, 1 bambino su 4 non fa moto e sport nel tempo libero. 4 ragazzi su 10 si muovono in auto, pochi (24%) a piedi, ancora meno (9%) in bici. Il 73% sta in casa nel tempo libero. Diffuso – riguarda 7 ragazzi su 10 – ma in flessione il consumo quotidiano di frutta e verdura e il 9% non fa colazione. L'abitudine di sedersi a tavola è ancora di 9 famiglie su 10 con figli.

Se delle sane abitudini di vita continuano a riguardare una quota ampia di bambini e adolescenti in Italia, tuttavia – complice anche la crisi – i dati segnalano come una fetta crescente di minori si ritrova esclusa dalla possibilità di fare per esempio sport e movimento con regolarità, di avere un'alimentazione completa e di godere dei positivi effetti fisici ed emotivi di corretti stili di vita.

A documentarlo è la ricerca su “**Lo stile di vita dei bambini e dei ragazzi**” realizzata da Ipsos per *Save the Children* e *Mondelēz* nelle aree periferiche di 10 città italiane (Milano, Torino, Genova, Napoli, Catania, Sassari, Palermo, Bari, Ancona, Aprilia). L'intervento è stato realizzato in partnership con **Centro Sportivo Italiano (CSI)** e **Unione Italiana Sport Per tutti (UISP)**.

### Sport e attività motoria

**Un quarto circa dei bambini e adolescenti italiani** - pari al **23%** (+2% rispetto al 2012) – non fa alcuna attività motoria nel tempo libero a fronte del **77%** di minori che invece fa sport e movimento. Tra le cause dell'inattività – secondo il **35%** di genitori intervistati – **la mancanza di voglia e di interesse** da parte dei bambini e ragazzi. Quindi il **costo eccessivo delle strutture**, per il **28%** di madri e padri, con un aumento del **13%** rispetto al 2012. L'**incompatibilità degli orari** per il **13%** del campione.

A conferma dell'impatto crescente delle difficoltà economiche sugli stili di vita di minori e famiglie anche il dato su cosa fanno gli stessi genitori nel tempo libero: fra le attività che registrano un ridimensionamento (non lo praticano mai o raramente) vi è infatti **lo sport** a cui rinuncia il **44%** dei genitori (a fronte del **37%** nel 2012).

Analizzando l'opinione dei ragazzi, **colpisce l'incremento di coloro che assegnano scarsa rilevanza e valore all'attività fisica**: alla domanda “*tra i tuoi amici e compagni come viene considerato uno che pratica sport, fa attività fisica*”, il **39%** (+7% rispetto al 2012) risponde “*in nessun modo particolare, non se ne parla quasi*” a fronte invece di un **40%** (-6% in confronto al 2012) di under 18 che dichiara un'opinione positiva del fare sport e moto.

Rilevante si conferma, secondo la ricerca, il ruolo della scuola nella promozione delle attività sportive anche se si registra una maggiore indisponibilità di spazi: **il 91% dei ragazzi pratica attività nel contesto del programma scolastico**, prevalentemente con la classica frequenza bi-

settimanale, riferiscono i genitori intervistati. Un **9% di minori**, tuttavia, **non fa pratica motoria a scuola** e ciò si deve, nel **39%** dei casi, alla assenza di uno spazio attrezzato (+10% rispetto al 2012).

Per quanto riguarda altre occasioni di movimento, la ricerca rileva come la crisi non abbia scalfito il grande utilizzo dell'automobile, anche per percorsi brevi come l'andare a scuola: in media **4 minori su 10** si muovono in auto (6 su 10 tra gli alunni della primaria) mentre solo il **24%** a piedi (-6% rispetto al 2012) e il **9%** (a fronte dell'11% del 2012) in bici.

Gli adolescenti, più autonomi nello spostamento e non ancora "motorizzati", impiegano i mezzi pubblici in misura superiore agli studenti degli altri gradi di scuola (59% versus 16% della secondaria inferiore) ma anche presso questo gruppo di età l'uso della bicicletta è limitato al **12%**, come del resto presso i pre-adolescenti (11-13 anni) che tuttavia si muovono a piedi in un terzo delle occasioni.

Gli spostamenti a piedi, sebbene decisamente più limitati per i 14-17enni (11%), tendono ad esser un po' più lunghi, ma **permane l'abitudine a camminare poco**, massimo mezz'ora per due ragazzi su tre (66%) e più di un'ora solo per un segmento limitatissimo di giovani (4%), senza mutamenti d'abitudini rispetto agli anni passati. L'ascensore per raggiungere i piani alti si conferma la scelta di un terzo dei ragazzi (32%).

## **Il ruolo dei media**

A incentivare alcune abitudini sedentarie dei bambini e adolescenti italiani c'è poi la fruizione dei media: il tempo trascorso davanti alla TV si conferma significativo sulla totalità dei minori che la vedono quasi la metà (**47%**) la vede per un tempo compreso fra 1 e 3 ore al giorno. E aumenta, anche se di poco, il tempo dedicato dai ragazzi ai video-game: dell'85% che vi gioca (il 15% no), il 57% lo fa mediamente per un tempo compreso fra 1 e le 3 ore. Internet è legato all'età: lo utilizza il 100% degli over 14 anni e il 30% vi passa anche più di tre ore, contro un 80% degli 11-13 enni e il 59% dei minori di 10 anni, che ne fanno un uso più morigerato: rispettivamente in media un'ora e mezz'ora.

## **Tempo libero al chiuso**

**In generale i minori italiani stanno moltissimo a casa: il 73%** passa qui (a casa propria o di amici) il proprio tempo libero, a fronte di un **27%** che lo trascorre fuori casa all'aperto con gli amici. Il **36%** dei genitori, a fronte del 26% nel 2012, motiva lo stare a casa dei figli con la mancanza di "spazi all'aperto dove incontrarsi con gli amici", e questo sembrerebbe legato ad un leggero calo della disponibilità di campi sportivi (-6% secondo i genitori, -3% secondo i figli). In generale, comunque, gli spazi pubblici permangono a disposizione di bambini e adolescenti essenzialmente nelle proporzioni indicate in passato (cioè in 9 casi su 10, è disponibile uno spazio di ritrovo o aggregazione) e sono giudicati in condizioni accettabili o più che accettabili da 3 intervistati su 4.

## **L'Alimentazione**

Due genitori su tre (64%) dichiarano di conoscere le regole alimentari di base tuttavia, per quanto riguarda il **consumo di frutta e verdura**, la ricerca evidenzia una flessione nel numero dei bambini e adolescenti che ne mangia ad ogni pasto (35% a fronte del 37% nel 2012) o una volta al giorno (35% contro il 39% dell'anno precedente) e un **aumento di coloro che non l'assumono o lo fanno un massimo di 2 volte a settimana (31% contro il 24% del 2012).**

Per quanto riguarda il numero e regolarità dei pasti, dalla ricerca emerge un dato particolarmente critico circa la **prima colazione** che ben un quarto dei ragazzi non consuma regolarmente: in particolare **il 9% mai e il 16% a volte sì, a volte no**; inoltre con il crescere dell'età questo pasto perde il suo fondamentale ruolo e **ben il 14% dei 14-17enni non lo consuma mai a casa ma al bar**.

Per ciò che concerne il **pranzo**, circa metà dei ragazzi ha l'opportunità di consumarlo con almeno un genitore (49%) o comunque a casa in compagnia di qualcuno (14%). La mensa scolastica serve solo un quarto dei ragazzi intervistati, che sale a metà circa (48%) tra i 6-10enni.

**La presenza della famiglia intorno al tavolo a cena risulta invece una costante nel tempo per quasi il 90% delle famiglie con bambini e ragazzi**, anche se un convitato che risulta spesso presente è la TV, accesa sempre in 4 famiglie su 10, occasionalmente nel 35% dei casi e assente soltanto in un quarto dei casi. La presenza della TV non è certo legata all'assenza di vigilanza genitoriale, ma è anzi una presenza bene accettata nella metà dei casi o comunque tollerata (41%)

Il fuori pasto è un'abitudine che riguarda il 70% circa dei giovani intervistati, con maggiore occasionalità al crescere dell'età. Pomeriggio e metà mattina risultano alternativi per circa il 40% dei ragazzi intervistati, mentre solo 1 ragazzo sui 5 fa due break al giorno.

### **Il sovrappeso: percezioni e opinioni**

L'obesità di bambini o ragazzi appare per i genitori un problema visibile e consueto: i genitori continuano a ritenere – in linea con il passato – che più di un terzo di bambini italiani sia sovrappeso od obesi ed un altro terzo che questa percentuale stia comunque tra il 20% e il 30%. I bambini più piccoli sono, secondo la percezione dei nostri intervistati, colpiti in misura quasi doppia rispetto agli adolescenti.

Tuttavia, quando si tratta di valutare lo stato di salute del proprio figlio, **solo un genitore circa su 10** ammette un sovrappeso, mentre per l'80% delle famiglie i propri figli sono assolutamente nella norma.

## **Salute: bimbi italiani mangiano male, saltano colazione, tv accesa a tavola**

**Nonostante 2 genitori su 3 (64%) dichiarino di conoscere le regole alimentari di base, sembrano consolidarsi delle tendenze poco sane**

di ADNKRONOS

Roma, 15 gen. (Adnkronos Salute) - Peggiorano le abitudini alimentari dei ragazzi italiani. Nonostante 2 genitori su 3 (64%) dichiarino di conoscere le regole alimentari di base, sembrano consolidarsi delle tendenze poco sane come non mangiare la frutta e verdura, saltare la colazione, concentrare i pasti piuttosto che fare i 5 consigliati al giorno, o mangiare con la tv accesa. E' la fotografia scattata dalla ricerca 'Lo stile di vita dei bambini e dei ragazzi', realizzata da Ipsos per Save the Children e Mondelez, presentata oggi a Roma in occasione dei 3 anni di attività di 'Pronti, Partenza, Via!', progetto promosso nelle aree periferiche di 10 città italiane, per favorire la pratica motoria e sportiva e l'educazione alimentare dei bambini. Progetto che proseguirà anche nel 2014.

Dall'indagine emerge una flessione nel numero dei bambini e adolescenti che mangia frutta e verdura ad ogni pasto (35% a fronte del 37% nel 2012) o una volta al giorno (35% contro il 39% dell'anno precedente) e un aumento di coloro che non l'assumono o lo fanno un massimo di 2 volte a settimana (31% contro il 24% del 2012). Per quanto riguarda il numero e regolarità dei pasti, risulta un dato particolarmente critico circa la prima colazione che ben un quarto dei ragazzi non consuma regolarmente: il 9% mai, il 16% a volte sì e a volte no. Inoltre, con il crescere dell'età questo pasto perde il suo fondamentale ruolo e ben il 14% dei 14-17enni non lo consuma mai a casa ma al bar. Quanto al pranzo, circa metà dei ragazzi ha l'opportunità di consumarlo con almeno un genitore (49%) o comunque a casa in compagnia di qualcuno (14%). La mensa scolastica serve solo un quarto dei ragazzi intervistati, che sale a metà circa (48%) tra i 6-10enni.

La presenza della famiglia intorno al tavolo a cena risulta invece una costante nel tempo per quasi il 90% delle famiglie con bambini e ragazzi, anche se un invitato che risulta spesso presente è la tv, accesa sempre in 4 famiglie su 10, occasionalmente nel 35% dei casi e assente soltanto in un quarto dei casi. La presenza della tv non è certo legata all'assenza di vigilanza genitoriale, ma è anzi una presenza bene accettata nella metà dei casi o comunque tollerata (41%). Il fuori pasto è un'abitudine che riguarda il 70% circa dei giovani intervistati, con maggiore occasionalità al crescere dell'età. Pomeriggio e metà mattina risultano alternativi per circa il 40% dei ragazzi intervistati, mentre solo un ragazzo su 5 fa 2 break al giorno.

L'obesità minorile in Italia appare per i genitori un problema visibile e consueto: continuano a ritenere - in linea con il passato - che più di un terzo di bambini italiani sia sovrappeso oppure obesi e un altro terzo che questa percentuale stia comunque tra il 20% e il 30%. I bambini più piccoli sono, secondo la percezione dei nostri intervistati, colpiti in misura quasi doppia rispetto agli adolescenti. Tuttavia, quando si tratta di valutare lo stato di salute del proprio figlio, solo un genitore circa su 10 ammette un sovrappeso, mentre per l'80% delle famiglie i propri figli sono assolutamente nella norma.

"Se a delle cattive abitudini alimentari si associa, come spesso, accade, l'assenza di un'adeguata pratica sportiva e motoria, le conseguenze sul benessere di un bambino o un adolescente, sia sul piano fisico che emotivo, possono diventare rilevanti", commenta Valerio Neri, direttore generale di Save the Children Italia. Da qui l'esigenza di avviare, nel 2011 - insieme a Mondelez International Foundation e in partnership con il Centro sportivo italiano (Csi) e l'Unione italiana sport per tutti (Uisp) - il progetto 'Pronti, Partenza, Via!'. Obiettivo: sensibilizzare, informare e coinvolgere bambini, genitori, insegnanti e operatori del settore per promuovere stili di vita più salutari in aree particolarmente disagiate di 10 città italiane: Torino, Genova, Milano, Aprilia, Ancona, Sassari, Napoli, Bari, Palermo e Catania.

"A distanza di 3 anni sono 70.000 i bambini e gli adulti raggiunti, 10 le aree sportive e verdi anche pubbliche riqualificate e utilizzate per attività motorie, ricreative ed educative, 1.400 i professionisti coinvolti, fra operatori, insegnanti, pediatri, nutrizionisti", spiega Raffaella Milano, direttore Programmi Italia-Europa di Save the Children Italia. "L'intervento è consistito nel recupero e messa in opera di spazi come campi da gioco, percorsi sportivi, spazi verdi, campi polivalenti, skate e roller park, piste podistiche e ciclabili, con l'obiettivo di farne dei luoghi aperti a tutto il quartiere, contribuendo così a contrastare fenomeni di emarginazione ed esclusione sociale. Inoltre sono state organizzate sessioni informative su alimentazione e stili di vita salutari nelle scuole primarie e sono stati aperti 10 punti informativi dove le famiglie possono incontrare nutrizionisti e pediatri", spiega ancora Milano. Oggi e domani (ingresso gratuito, dalle 10 alle 18) sarà possibile visitare la mostra fotografica 'Pronti, Partenza, Via!'. Le foto sono state scattate da Francesco Alesi in varie città italiane e rappresentano 'I luoghi restituiti ai bambini' e 'I protagonisti del progetto'.

24option.com  
 Anno nuovo, iPad nuovo  
 Fai trading con il tuo oggi stesso!  
 2014

ABBONAMENTI | ARCHIVIO | MUSEO | PIÙ VISTI | SOCIAL | METEO | TUTTOAFFARI | LAVORO | LEGALI | NECROLOGIE | SERVIZI |

# LA STAMPA MAMME

Cerca...

TORINO - CUNEO - AOSTA - ASTI - NOVARA - VCO - VERCELLI - BIELLA - ALESSANDRIA - SAVONA - IMPERIA e SAHREMO

VOCI DI: MILANO - ROMA

ATTUALITÀ | OPINIONI | ECONOMIA | SPORT | TORINO | CULTURA | SPETTACOLI | COSTUME | MOTORI | DONNA | CUCINA | SALUTE | VIAGGI | FOTO | VIDEO

HOME | MAMME | SALUTE | MODA | CASA | CUCINA | OROSCOPO

HOME

ATTUALITÀ

GRAVIDANZA E PARTO

BAMBINI

TEMPO LIBERO

SALUTE

Consiglia

7

Tweet

<7

8+1 0

Indoona

Rubriche

Giovanna Favro



Un pittogramma ci salverà sui bus

+ MAMMAMIA

Luna Guaschino



Cari genitori

+ FUTURMAMA

ATTUALITÀ  
16/01/2014

## Un ragazzo su 4 non pratica sport Colpa della crisi e della pigrizia

Bambini e ragazzi sono sempre più sedentari, e sempre più disabituati all'incontro e confronto con i pari. Il 73% passa il tempo libero a casa

La crisi economica pesa anche sugli stili di vita e la salute dei nostri bambini. Un minore su 4, infatti, nel tempo libero non fa moto e non pratica uno sport proprio a causa di problemi economici. È uno dei dati che emerge dalla ricerca «Lo stile di vita dei bambini e dei ragazzi», realizzata da Ipsos per Save the Children e Mondelez in Italia, condotta fra i ragazzi italiani tra 6 e 17 anni, e presentata a Roma, in occasione dei 3 anni di attività di «Pronti, Partenza, Via!», progetto promosso nelle aree periferiche di 10 città italiane, che proseguirà anche per tutto il 2014.



- + La tv accesa a tavola perché no
- + Videocast: il pediatra risponde Come scegliere la scuola?
- + Vitamina D in gravidanza per bimbi con muscoli fermi
- + Troppi complimenti rendono i bambini insicuri
- + In Italia la mortalità tra i bambini è tra le più basse del mondo
- + Apre a Milano il Museo dei bambini

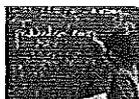
DARIELA KASTAGNENTA



VIDEO Videocast per bambini: biscotti di formaggio



FOTOGALLERY Ecco il look di principessa e contessine



VIDEO Videocast: come scegliere la scuola

Ragazzi italiani, dunque, sempre più pigri: 4 su 10 si muovono in auto, pochi (24%) a piedi, ancora meno (9%) in bici; il 73% sta in casa nel tempo libero. Tra le cause dell'inattività dei ragazzi - secondo il 35% di genitori intervistati - la mancanza di voglia e di interesse da parte dei bambini e ragazzi, quindi il costo eccessivo delle strutture, per il 28% di madri e padri, con un aumento del 13% rispetto al 2012, l'incompatibilità degli orari - per il 13% del campione. A conferma dell'impatto crescente delle difficoltà economiche sugli stili di vita di minori e famiglie anche il dato su

cosa fanno gli stessi genitori nel tempo libero: fra le attività che registrano un ridimensionamento (non lo praticano mai o raramente) vi è infatti lo sport a cui rinuncia il 44% dei genitori (a fronte del 37% nel 2012).

Analizzando l'opinione dei ragazzi, sono sempre più numerosi coloro che danno scarsa rilevanza all'attività fisica: alla domanda «tra i tuoi amici e compagni come viene considerato uno che pratica

### TI CONSIGLIAMO:



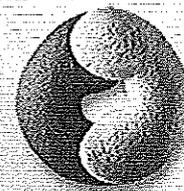
+ Pattinaggio sul ghiaccio: guida alle piste



+ Per il 40% dei ragazzi pc, videogames e tv senza limiti d'orario

sport, fa attività fisica», il 39% (+7% rispetto al 2012) risponde «in nessun modo particolare, non se ne

Con Abbracci  
vinci una settimana  
nel Mulino in Festa!



Regolamento su [www.mulino.it](http://www.mulino.it) fino al 31/01/14  
Montepremi Totale € 28.500

### Il pediatra risponde



#### PARLIAMO DI:

#### TONSILLE E ADENOIDI

Che cosa sono, quali problemi provocano, come intervenire. Se ne parla nella prossima videocast con il pediatra Giuseppe Ferrarini che risponderà alle domande dei genitori il 28 gennaio 2014. Fino ad allora raccogliamo i vostri quesiti: inviate le vostre domande!

+ Invia le tue domande  
+ Conosci il Prof. Ferrarini

#### ABBIAMO APPENA PARLATO DI:

#### COME SCEGLIERE LA SCUOLA?

Le risposte del pediatra alle domande dei genitori alle prese con la scelta di nido, materne, elementari, medie e superiori.  
+ Guarda la videocast

+ CLICCA QUI PER GUARDARE ALTRE  
+ VIDEOCHAT DI PEDIATRIA

### Contatti

+ Scrivici a [mamme@lastampa.it](mailto:mamme@lastampa.it)

### Approfondimenti

Famiglia  
Tutto quello che devi sapere per tutelare la tua famiglia

...quasi il fronte invece di un 40% in confronto al 2012) di un 18 che dichiara un'opinione  
 Sed  
 positiva. Rilevante si conferma il ruolo della scuola nella promozione delle attività sportive anche se si  
 registra un calo nella disponibilità di spazi "dedicati": il 91% dei ragazzi pratica attività a scuola,  
 prevalentemente con la classica frequenza bi-settimanale. Un 9%, tuttavia, non fa pratica motoria a  
 scuola e ciò, nel 39% dei casi, per l'assenza di uno spazio attrezzato (+10% rispetto al 2012).

Per quanto riguarda altre occasioni di sport o movimento, la ricerca rileva come la crisi non abbia scalfito  
 il grande utilizzo dell'automobile, anche per percorsi brevi come l'andare a scuola: in media 4 minori su  
 10 si muovono in auto (6 su 10 tra gli alunni della primaria) mentre solo il 24% a piedi (-6% rispetto al  
 2012) e il 9% (a fronte dell'11% del 2012) in bici. Gli adolescenti, più autonomi nello spostamento e non  
 ancora "motorizzati", usano i mezzi pubblici più degli studenti degli altri gradi di scuola (59% contro 16%  
 della secondaria inferiore) ma anche presso questo gruppo di età l'uso della bicicletta è limitato al 12%,  
 come del resto fra i pre-adolescenti (11-13 anni) che tuttavia si muovono a piedi in un terzo delle  
 occasioni. Gli spostamenti a piedi, sebbene decisamente più limitati per i 14-17enni (11%), tendono ad  
 esser un po' più lunghi, ma permane l'abitudine a camminare poco, massimo mezz'ora per due  
 ragazzi su tre (66%) e più di un'ora solo per un segmento limitatissimo di giovani (4%). E un terzo dei  
 ragazzi (32%) prende l'ascensore per raggiungere i piani alti.

A incentivare la sedentarietà dei bambini e adolescenti italiani ci sono poi i media: il tempo trascorso  
 davanti alla Tv si conferma significativo: quasi la metà (47%) la vede per un tempo compreso fra 1 e 3 ore  
 al giorno. E aumenta, anche se di poco, il tempo dedicato ai videogames: dell'85% che vi gioca, il 57% lo  
 fa mediamente per un tempo compreso fra 1 e le 3 ore. Internet è legato all'età: lo utilizza il 100% degli  
 over 14 anni e il 30% vi passa anche più di tre ore, contro un 80% degli 11-13 enni e il 59% dei minori di 10  
 anni, che ne fanno un uso più moderato: rispettivamente in media un'ora e mezz'ora. In generale i  
 minori italiani stanno moltissimo a casa: il 73% vi trascorre (a casa propria o di amici) il tempo libero, a  
 fronte di un 27% che lo trascorre fuori casa all'aperto con gli amici.

Il 36% dei genitori (il 26% nel 2012), motiva lo stare a casa dei figli con la mancanza di «spazi all'aperto  
 dove incontrarsi con gli amici», e questo sembrerebbe legato ad un leggero calo della disponibilità di  
 campi sportivi (-6% secondo i genitori, -3% secondo i figli). «Bambini più sedentari, disabituati  
 all'incontro e confronto con i pari, che passano molto tempo a casa, rischiano più di altri non solo di  
 sviluppare patologie ma anche di essere più tristi, depressi, soli», commenta Valerio Neri Direttore  
 Generale Save the Children Italia.



Stabilimento



Gravidanza  
 Tutte le fasi della tua  
 avventura spiegate dai  
 nostri medici



Segui la crescita del tuo  
 bimbo  
 Da un mese a 36 mesi,  
 calcola i percentili.

**TI POTREBBERO INTERESSARE ANCHE**



Il drop out sportivo negli  
 adolescenti



Povertà assoluta in Italia  
 per un milione di bambini



Adolescenti sempre meno  
 sportivi



Bruca calorie. Un trucco  
 per aiutare a bruciare  
 grasso ogni giorno a 39€

Annunci PPN



IPad venduto a 14€  
 CuiBids propone degli iPad a  
 prezzi folli abbiamo verificato  
 StyleChic-24.com



American Express per  
 te!  
 Carta Verde con quota  
 gratuita il primo anno! Scopri  
 di più  
[americanexpress.it](http://americanexpress.it)



Bruca calorie  
 Un trucco per aiutare a  
 bruciare grasso ogni giorno  
 a 39€!  
 Leggi l'articolo!

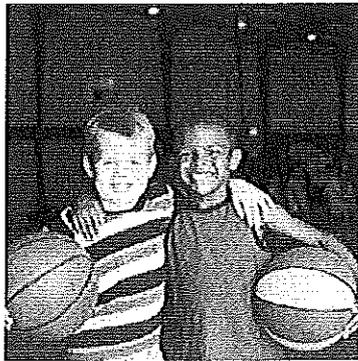


## Gli stili di vita di bambini e adolescenti: sempre meno sport, non si va a piedi, si mangia male, troppi video giochi

La ricerca e il progetto di [Save The Children](#), [Centro Sportivo Italiano](#) e [Uisp](#), finora 70.000 minori e adulti beneficiari, 10 aree sportive e verdi recuperate



16 gennaio 2014



ROMA - L'analisi sugli stili di vita dei bambini in Italia di [Save The Children](#) ci informa che 1 minore su 4 non fa moto e sport nel tempo libero, nel 28% dei casi (+13%) per difficoltà economiche; che 4 ragazzi su 10 si muovono in auto, pochi (24%) a piedi, ancora meno (9%) in bici; che il 73% sta in casa nel tempo libero; che è diffuso - riguarda 7 minori su 10 - ma in flessione il consumo quotidiano di frutta e verdura e che il 9%

non fa colazione, mentre l'abitudine di sedersi a tavola è ancora di 9 famiglie su 10.

**Il progetto.** E' di 3 anni fa l'avvio in zone periferiche di 10 città italiane del progetto "Pronti, Partenza, Vial", per la pratica motoria e l'educazione alimentare di bambini e adolescenti, promosso da Save the Children e [Mondel? z International Foundation](#) e in partnership con [Centro Sportivo Italiano \(CSI\)](#) e [Unione Italiana Sport Per tutti \(UISP\)](#). Il progetto proseguirà per tutto il 2014: finora 70.000 minori e adulti beneficiari, 10 aree sportive e verdi recuperate. A raccontarlo una mostra fotografica a Roma alle Scuderie di Palazzo Ruspoli. Se delle sane abitudini di vita continuano a riguardare una quota ampia di bambini e adolescenti in Italia, tuttavia - complice anche la crisi - i dati segnalano come una fetta crescente di minori si ritrova esclusa dalla possibilità di fare per esempio sport e movimento con regolarità, di avere un'alimentazione completa e di godere dei positivi effetti fisici ed emotivi di corretti stili di vita.

**La ricerca.** A documentarlo è la ricerca su "Lo stile di vita dei bambini e dei ragazzi" realizzata da Ipsos per Save the Children e [Mondel? z](#) in Italia e presentata oggi, in occasione dei 3 anni di attività di "Pronti, Partenza, Vial", progetto promosso da Save the Children insieme a [Mondel? z International Foundation](#) nelle aree periferiche di 10 città italiane (Milano, Torino, Genova, Napoli, Catania, Sassari, Palermo, Bari, Ancona, Aprilia) a favore della pratica motoria e sportiva e dell'educazione alimentare dei bambini.

**I dati completi.** Un quarto circa dei bambini e adolescenti italiani - pari al 23% (+2% rispetto al 2012) - non fa alcuna attività motoria nel tempo libero a fronte del 77% di minori che invece fa sport e movimento, si legge nella ricerca. Tra le cause dell'inattività - secondo il 35% di genitori intervistati - la mancanza di voglia e di interesse da parte dei bambini e ragazzi, quindi il costo eccessivo delle strutture, per il 28% di madri e padri, con un aumento del 13% rispetto al 2012, l'incompatibilità degli orari - per il 13% del

campione.

A conferma dell'impatto crescente delle difficoltà economiche sugli stili di vita di minori e famiglie anche il dato su cosa fanno gli stessi genitori nel tempo libero: fra le attività che registrano un ridimensionamento (non lo praticano mai o raramente) vi è infatti lo sport a cui rinuncia il 44% dei genitori (a fronte del 37% nel 2012).

Analizzando l'opinione dei ragazzi, colpisce l'incremento di coloro che assegnano scarsa rilevanza e valore all'attività fisica: alla domanda "tra i tuoi amici e compagni come viene considerato uno che pratica sport, fa attività fisica", il 39% (+7% rispetto al 2012) risponde "in nessun modo particolare, non se ne parla quasi" a fronte invece di un 40% (-6% in confronto al 2012) di under 18 che dichiara un'opinione positiva del fare sport e moto.

**Il ruolo della scuola.** Rilevante si conferma, secondo la ricerca, il ruolo della scuola nella promozione delle attività sportive anche se si registra una maggiore indisponibilità di spazi a ciò destinati: il 91% dei ragazzi pratica attività nel contesto del programma scolastico, prevalentemente con la classica frequenza bi-settimanale, riferiscono i genitori intervistati. Un 9% di minori, tuttavia, non fa pratica motoria a scuola e ciò si deve, nel 39% dei casi, alla assenza di uno spazio attrezzato (+10% rispetto al 2012). Per quanto riguarda altre occasioni di sport o movimento, la ricerca rileva come la crisi non abbia scalfito il grande utilizzo dell'automobile, anche per percorsi brevi come l'andare a scuola: in media 4 minori su 10 si muovono in auto (6 su 10 tra gli alunni della primaria) mentre solo il 24% a piedi (-6% rispetto al 2012) e il 9% (a fronte dell'11% del 2012) in bici.

**Si cammina poco.** Gli adolescenti, più autonomi nello spostamento e non ancora "motorizzati", impiegano i mezzi pubblici in misura superiore agli studenti degli altri gradi di scuola (59% versus 16% della secondaria inferiore) ma anche presso questo gruppo di età l'uso della bicicletta è limitato al 12%, come del resto presso i pre-adolescenti (11-13 anni) che tuttavia si muovono a piedi in un terzo delle occasioni. Gli spostamenti a piedi, sebbene decisamente più limitati per i 14-17enni (11%), tendono ad esser un po' più lunghi, ma permane l'abitudine a camminare poco, massimo mezz'ora per due ragazzi su tre (66%) e più di un'ora solo per un segmento limitatissimo di giovani (4%), senza mutamenti d'abitudini rispetto agli anni passati. L'ascensore per raggiungere i piani alti si conferma la scelta di un terzo dei ragazzi (32%). A incentivare alcune abitudini sedentarie dei bambini e adolescenti italiani c'è poi la fruizione dei media: il tempo trascorso davanti alla TV si conferma significativo: sulla totalità dei minori che la vedono quasi la metà (47%) la vede per un tempo compreso fra 1 e 3 ore al giorno.

**Sempre più video-game.** E aumenta, anche se di poco, il tempo dedicato dai ragazzi ai video-game: dell'85% che vi gioca (il 15% no), il 57% lo fa mediamente per un tempo compreso fra 1 e le 3 ore. Internet è legato all'età: lo utilizza il 100% degli over 14 anni e il 30% vi passa anche più di tre ore, contro un 80% degli 11-13 enni e il 59% dei minori di 10 anni, che ne fanno un uso più morigerato: rispettivamente in media un'ora e mezz'ora.

**Tempo libero al chiuso.** In generale i minori italiani stanno moltissimo a casa: il 73%2 passa qui (a casa propria o di amici) il proprio tempo libero, a fronte di un 27% che lo trascorre fuori casa all'aperto con gli amici. Il 36% dei genitori, a fronte del 26% nel 2012, motiva lo stare a casa dei figli con la mancanza di "spazi all'aperto dove incontrarsi con gli amici", e questo sembrerebbe legato ad un leggero calo della disponibilità di campi sportivi (-6% secondo i genitori, -3% secondo i figli). In generale, comunque, gli spazi pubblici permangono a disposizione di bambini e adolescenti essenzialmente nelle proporzioni indicate in passato (cioè in 9 casi su 10, è disponibile uno spazio di ritrovo o aggregazione) e sono giudicati in condizioni accettabili o più che accettabili da 3 intervistati su 4.

**Le abitudini alimentari.** Due genitori su tre (64%) dichiarano di conoscere le regole alimentari di base tuttavia, per quanto riguarda il consumo di frutta e verdura, la ricerca evidenzia una flessione nel numero dei bambini e adolescenti che ne mangia ad ogni pasto (35% a fronte del 37% nel 2012) o una volta al giorno (35% contro il 39% dell'anno precedente) e un aumento di coloro che non l'assumono o lo fanno un massimo di 2 volte a settimana (31% contro il 24% del 2012). Per quanto riguarda il numero e regolarità dei pasti, dalla ricerca emerge un dato particolarmente critico circa la prima colazione che ben un quarto dei ragazzi non consuma regolarmente: in particolare il 9% mai e il 16% a volte sì, a volte no; inoltre con il crescere dell'età questo pasto perde il suo fondamentale ruolo e ben il 14% dei 14-17enni non lo consuma mai a casa ma al bar.

**La famiglia attorno ad un tavolo.** Per ciò che concerne il pranzo, circa metà dei ragazzi ha l'opportunità di consumarlo con almeno un genitore (49%) o comunque a casa in compagnia di qualcuno (14%). La mensa scolastica serve solo un quarto dei ragazzi intervistati, che sale a metà circa (48%) tra i 6-10enni. La presenza della famiglia intorno al tavolo a cena risulta invece una costante nel tempo per quasi il 90% delle famiglie con bambini e ragazzi, anche se un convitato che risulta spesso presente è la TV, accesa sempre in 4 famiglie su 10, occasionalmente nel 35% dei casi e assente soltanto in un quarto dei casi. La presenza della TV non è certo legata all'assenza di vigilanza genitoriale, ma è anzi una presenza bene accolta nella metà dei casi o comunque tollerata (41%)

**Il fuori pasto.** Il fuori pasto è un'abitudine che riguarda il 70% circa dei giovani intervistati, con maggiore occasionalità al crescere dell'età. Pomeriggio e metà mattina risultano alternativi per circa il 40% dei ragazzi intervistati, mentre solo 1 ragazzo sui 5 fa due break al giorno.

**Il sovrappeso: percezioni e opinioni.** L'obesità minorile in Italia appare per i genitori un problema visibile e consueto: i genitori continuano a ritenere - in linea con il passato - che più di un terzo di bambini italiani sia sovrappeso od obesi ed un altro terzo che questa percentuale stia comunque tra il 20% e il 30%. I bambini più piccoli sono, secondo la percezione dei nostri intervistati, colpiti in misura quasi doppia rispetto agli adolescenti. Tuttavia, quando si tratta di valutare lo stato di salute del proprio figlio, solo un genitore circa su 10 ammette un sovrappeso, mentre per l'80% delle famiglie i propri figli sono assolutamente nella norma.

**Gli obiettivi raggiunti.** "A distanza di 3 anni sono 70.000 i bambini e gli adulti raggiunti, 10 le aree sportive e verdi anche pubbliche riqualificate e utilizzate per attività motorie, ricreative ed educative, 1.400 i professionisti coinvolti, fra operatori, insegnanti, pediatri, nutrizionisti e cruciale è stato il contributo dei due partner che sin dall'inizio hanno partecipato alla definizione del progetto e ne hanno curato l'implementazione: il Centro Sportivo Italiano e l'Unione Italiana Sport Per tutti", spiega Raffaella Milano, Direttore Programmi Italia-Europa di Save the Children Italia. "L'intervento è consistito nel recupero e messa in opera di spazi come campi da gioco, percorsi sportivi, spazi verdi, campi polivalenti, skate e roller park, piste podistiche e ciclabili, con l'obiettivo di farne dei luoghi aperti a tutto il quartiere, contribuendo così a contrastare fenomeni di emarginazione ed esclusione sociale. Inoltre sono state organizzate sessioni informative su alimentazione e stili di vita salutari, all'interno delle scuole primarie e sono stati aperti 10 punti informativi dove le famiglie possono incontrare professionisti, quali nutrizionisti e pediatri", spiega ancora Raffaella Milano.

**La mostra.** Fino alle 18 di oggi sarà possibile visitare la Mostra fotografica "Pronti, Partenza, Vial", curata da Sarah Carlet per il fotografo Francesco Alesi, con gli scatti realizzati in varie città italiane per rappresentare "I luoghi restituiti ai bambini" - foto delle strutture sportive, educative o degli spazi cittadini recuperati o riqualificati, ritratti dei bambini - nella sezione "I protagonisti del progetto"; l'ultima parte della mostra accoglie le foto scattate dai dipendenti di Mondel z in Italia.

# FOOD

IL MEGLIO DELL'INDUSTRIA E DELLA DISTRIBUZIONE

## Stili alimentari, così mangiano i teenager italiani



In Italia, un bambino/ragazzo su quattro (il 23% sul totale, +2% rispetto al 2012) non fa moto e sport nel tempo libero, nel 28% dei casi (+13%) per difficoltà economiche; quattro ragazzi su dieci si muovono in auto, pochi (24%) a piedi, ancora meno (9%) in bici; il 73% sta in casa nel tempo libero; diffuso – riguarda sette minori su dieci – ma in flessione il consumo quotidiano di frutta e verdura e il 9% non fa colazione, mentre l'abitudine di sedersi a tavola è ancora di 9 famiglie su 10 con figli.

Lo attesta la ricerca su “Lo stile di vita dei bambini e dei ragazzi” realizzata da Ipsos per Save the Children e Mondelēz in Italia, presentata in occasione dei tre anni di attività di “Pronti, Partenza, Via!”,

progetto promosso da Save the Children insieme a Mondelēz International Foundation nelle aree periferiche di 10 città italiane (Milano, Torino, Genova, Napoli, Catania, Sassari, Palermo, Bari, Ancona,

Aprilia) a favore della pratica motoria e sportiva e dell'educazione alimentare dei bambini. Gli interventi sono realizzati in partnership con Csi-Centro Sportivo Italiano e Uisp-Unione Italiana Sport per tutti.

L'indagine s'è occupata anche delle abitudini alimentari: in particolare, nel consumo di frutta e verdura, si evidenzia una flessione nel numero dei bambini e adolescenti che ne mangia a ogni pasto (35% a fronte del 37% nel 2012) o una volta al giorno (35% contro il 39% dell'anno precedente) e un aumento di coloro che non l'assumono o lo fanno un massimo di 2 volte a settimana (31% contro il 24% del 2012).

Per quanto riguarda il numero e regolarità dei pasti, dalla ricerca emerge un dato particolarmente

critico circa la prima colazione, che ben un quarto dei ragazzi non consuma regolarmente: in particolare il 9% mai e il 16% a volte sì, a volte no. Con il crescere dell'età questo pasto perde il suo fondamentale ruolo e ben il 14% dei 14-17enni non lo consuma mai a casa ma al bar. Per il pranzo, circa metà dei ragazzi ha l'opportunità di consumarlo con almeno un genitore (49%) o comunque a casa in compagnia di qualcuno (14%). La mensa scolastica serve solo un quarto dei ragazzi intervistati, che sale a metà circa (48%) tra i 6-10enni.

La presenza della famiglia intorno al tavolo a cena risulta invece una costante nel tempo per quasi il 90% delle famiglie con bambini e ragazzi, anche se un convitato che risulta spesso presente è la tv, accesa sempre in 4 famiglie su 10, occasionalmente nel 35% dei casi e assente soltanto in un quarto dei casi. La presenza della tv non è certo legata all'assenza di vigilanza genitoriale, ma è anzi una presenza bene accettata nella metà dei casi o comunque tollerata (41%)

Il fuoripasto è un'abitudine che riguarda il 70% circa dei giovani intervistati, con maggiore occasionalità al crescere dell'età. Pomeriggio e metà mattina risultano alternativi per circa il 40% dei ragazzi intervistati, mentre solo 1 ragazzo sui 5 fa due break al giorno.

Quando si tratta di valutare lo stato di salute del proprio figlio, solo un genitore circa su 10 ammette un sovrappeso, mentre per l'80% delle famiglie i propri figli sono assolutamente nella norma.