

pesopositivo

insieme, contro i disturbi alimentari

3 APRILE 2023
FIDAL

p!

@2023

Peso Positivo

Fondo per l'Anoressia – Famiglia Peppino Fumagalli

Il Fondo per l'Anoressia - Famiglia Peppino Fumagalli

2

Il Fondo nasce per iniziativa del Cav. del Lav. Peppino Fumagalli. La morte per anoressia della figlia di un caro amico lo aveva talmente toccato che in lui è nata l'idea di contrastare e vincere questa subdola malattia.

Aveva così costituito, con altri donatori, presso la Fondazione della Comunità di Monza e Brianza, il **Fondo per l'Anoressia – Famiglia Peppino Fumagalli** con l'obiettivo di impegnarsi nell'ambito dei disturbi alimentari ed in particolare nell'attività di **prevenzione dell'anoressia**.

Dalla sua morte, la figlia Laura insieme ai fratelli, si sta impegnando in progetti per affrontare i temi legati ai Disturbi del Comportamento Alimentare.

È stata costituita l'Associazione Famiglia Peppino Fumagalli, associazione che raggrupperà tutte le iniziative di oggi e di domani.



Peppino Fumagalli

p!

@2023

Peso Positivo

Fondo per l'Anoressia – Famiglia Peppino Fumagalli

3

Nasce così un nuovo progetto: Peso Positivo

Nel Marzo 2020 nasce Peso Positivo, progetto che attraverso un account Instagram si prefigge di raggiungere persone di qualsiasi età che soffrono di disturbi alimentari e chi ogni giorno le affianca, creando uno spazio per la propria Community Digitale dove i problemi possano essere affrontati in modo competente, costruttivo e sereno.

*Un nome facile da ricordare e impossibile da dimenticare.
Che parla di peso ma ci porta al pensiero e al pensare.
E ci conduce per mano in un mondo “body positive”,
avvicinandosi ai concetti di inclusione e accettazione.*

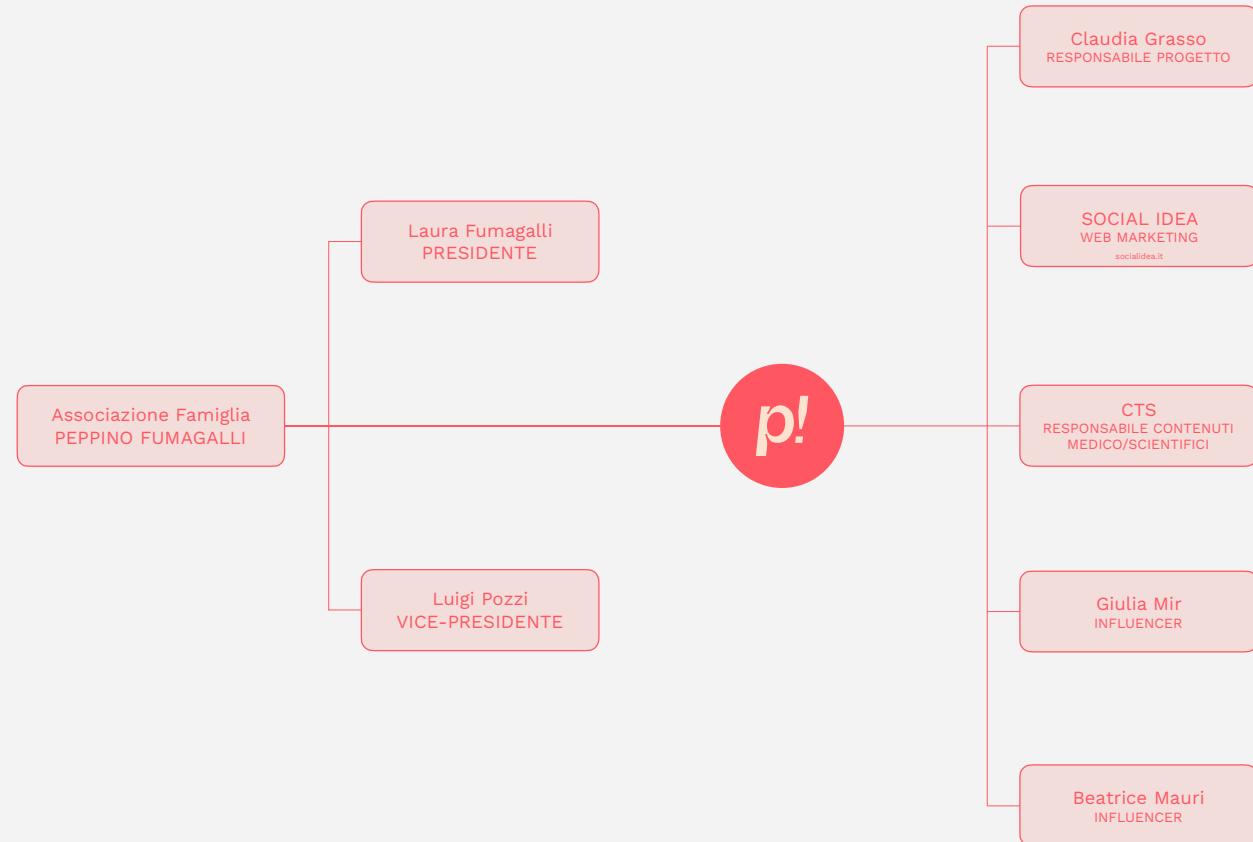


L'organigramma di Peso Positivo

Per quanto, agli occhi del pubblico, la pagina potrà sembrare un'iniziativa di due giovani ragazze intraprendenti che affrontano il tema

con spontaneità, le diverse professionalità coinvolte sono fondamentali al fine di assicurare la veridicità, la qualità, la coerenza e l'appeal di ciascun messaggio e di tutta la pagina nel suo insieme.

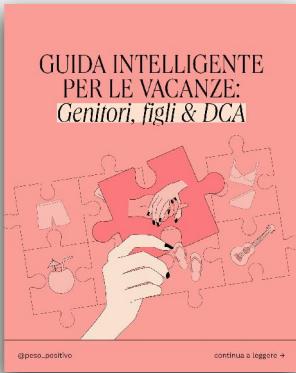
Per questo, al Comitato Scientifico, è stato affiancato un team di consulenti qualificato che offrirà tutti gli strumenti di marketing, editoriali e di social media management necessari allo sviluppo e alla gestione di Peso Positivo.



I contenuti



Forte presenza delle esperte che vagliano ogni post delle ragazze



Post semplici, veri e con un messaggio preciso



Forte presenza delle ragazze (sono la voce del progetto)



Anche per il 2023 Peso Positivo è partner di RS21 Italian Class

Peso Positivo
Peso Positivo è un progetto che fa prevenzione e consapevolizza sui DCA
Giulia&Bea
Sostienici con una donazione, clicca qui sotto linktr.ee/peso_positivo

Dizionario **Sport** **Donazioni** **Parlano di noi** **FAQ**

Buoni propositi per il 2023
Prendi cura di te con lo Yoga

DCA maschili: le domande più frequenti

Binge Eating

L'ora di TE
Sabato 4 Febbraio dalle ore 16:30
Il progetto per prevenire e consapevolizzare sui DCA

I buoni propositi per il duemila-sempre

Peso Positivo entra nella tua scuola per fare prevenzione sui DCA

Ma non avevi un destino alimentare?

Ha mangiato tutto il dolce della calza?

Peso Positivo e lo Sport

1. Lo Sport e i DCA per Peso Positivo
2. Collaborazioni

I. Lo sport e i DCA per Peso Positivo

L'attività fisica, se praticata in maniera sana e consapevole, può essere un'ottima alleata nel percorso di cura da un DCA.

Purtroppo però il mondo dello sport può diventare anche molto pericoloso sotto certi punti di vista.

Soprattutto quando si pratica sport nell'infanzia è importante essere seguiti da persone che possano educare a vivere in modo sano e consapevole il rapporto con il proprio corpo.

peso_positivo ...

Come comportarsi con allenatori/allenatrici che fanno commenti cattivi e pericolosi sull'aspetto fisico?

FAQ DCA

@peso_positivo continua a leggere →

peso_positivo ...

Se un allenatore ci mette a disagio è importante che ciò possa essere condiviso con la società oppure con adulti in grado di accogliere e gestire questa problematica.

Ricordiamoci sempre che il nostro corpo non deve cambiare per adattarsi alle richieste di un'altra persona o di un allenatore.

Il corpo, così come la nostra mente, sono alleati preziosi nel miglioramento della attività sportiva se integrati e in equilibrio.

- Roberta Porta

@peso_positivo

I. Lo sport e i DCA per Peso Positivo



2. Collaborazioni

CONSORZIO VERO VOLLEY



Da Aprile 2022 Peso Positivo è partner del Consorzio Vero Volley e lo sarà per tutta la stagione 2022/23

ATTIVAZIONE:

- Visibilità all'interno della sede attraverso:
 - Cartellonistica
 - Video
 - Led
- Foto, video, interviste con atleti
- Presenza del logo Peso Positivo sulle divise degli atleti
- Presenza di uno stand Peso Positivo durante gli eventi presso l'Arena
- Supporto nella divulgazione di iniziative Peso Positivo
- Sessioni informative a genitori e atleti
- Sessioni dedicate alla divulgazione del progetto durante gli eventi presso l'Arena



2. Collaborazioni

RS21 ITALIAN CLASS



Da Settembre 2022 Peso Positivo è partner di RS21 Italian Class.

2. Collaborazioni

MILANO WALKING WEEK - 17/23 OTTOBRE 2022



WALKING WEEK

Milano Walking Week
CAMMINARE FA BENE
ANZI BENISSIMO!

20 OTT 2022 | 9.00/13.00 | CONFCOMMERCIO CORSO VENEZIA 47, MILANO

PROGRAMMA

9.00-9.30 Accrediti

GUADAGNARE IN SALUTE

9.30-9.50 Milano Walking Week: presentazione del Convegno Marco Marchel e Italo Meli Walking: che effetto fa? **Fabio Esposito**
L'importanza della prevenzione. **Stefano Carugo**
La salute passa anche per l'attività fisica. **Matteo Bonato**
Coffee break
Coronaropatia & walking: fine di una storia o inizio di un bel percorso? **Gabriele Tummarello**
Camminare fa bene alla mente. **Adriana Lombardi**

9.50-10.10 Milano Walking Week: presentazione del Convegno Marco Marchel e Italo Meli Walking: che effetto fa? **Fabio Esposito**
L'importanza della prevenzione. **Stefano Carugo**
La salute passa anche per l'attività fisica. **Matteo Bonato**
Coffee break
Coronaropatia & walking: fine di una storia o inizio di un bel percorso? **Gabriele Tummarello**
Camminare fa bene alla mente. **Adriana Lombardi**

10.10-10.30 L'importanza della prevenzione. **Stefano Carugo**

10.30-10.50 La salute passa anche per l'attività fisica. **Matteo Bonato**

10.50-11.10 Coffee break
Coronaropatia & walking: fine di una storia o inizio di un bel percorso? **Gabriele Tummarello**

11.10-11.30 Camminare fa bene alla mente. **Adriana Lombardi**

11.30-11.50 Milano Walking Week: presentazione del Convegno Marco Marchel e Italo Meli Walking: che effetto fa? **Fabio Esposito**
L'importanza della prevenzione. **Stefano Carugo**
La salute passa anche per l'attività fisica. **Matteo Bonato**
Coffee break
Coronaropatia & walking: fine di una storia o inizio di un bel percorso? **Gabriele Tummarello**
Camminare fa bene alla mente. **Adriana Lombardi**

MILANO: CITTÀ DEL WALKING

11.50-12.10 Promuovere l'attività fisica sul territorio: i Gruppi di Cammino dell'ATS Milano Città Metropolitana. **Cristina Morelli**
12.10-12.50 Talk about Walk. Conduce Marco Marchel.
Assessora Arianna Censi, Assessora Martina Riva, Professor Stefano Carugo, Professor Fabio Esposito.
12.50-13.00 Presentazione del Walking Day. Roberto Clufoletti.

DIREZIONE SCIENTIFICA
Professor Stefano Carugo, Dipartimento di Scienze Motorie e di Comunità, Università degli Studi di Milano, Direttore di Unità Operativa Comitato Nazionale di Promozione del Camminare
Professor Fabio Esposito, Dipartimento di Scienze Biomediche per la Salute, Università degli Studi di Milano, Presidente del Comitato di Direzione della Scuola di Scienze Motorie

RELATORI
Professor Matteo Bonato, Ricercatore, Dipartimento di Scienze Motorie e di Comunità, Università degli Studi di Milano
Professor Roberto Clufoletti, Presidente OPES Lombardia
Dottoressa Adriana Lombardi, Psicologo dello sport
Dottor Marco Marchel, giornalista
Dottor Giacomo Moretti, Presidente della Milano Walking Week
Dottoressa Cristina Morelli, Dirigente Medico UOC Promozione della Salute ATS Milano Città Metropolitana
Dottor Giacomo Moretti, Presidente della Milano Walking Week, Fondazione IRCCS Ca' Granda, Policlinico di Milano, Ospedale Maggiore, Dipartimento di Scienze Cliniche e di Comunità, Università degli Studi di Milano

Con il patrocinio di: **Regione Lombardia**, **PROMOZIONE DEL CAMMINARE MILANO**, **UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI MILANO**, **SCUOLA DI SCIENZE MOTORIE**

Peso Positivo ha preso parte alla Walking Week 2022

p!

Cosa sono i DCA?

I dati di oggi

I disordini alimentari sono diventati nell'ultimo ventennio una vera e propria **emergenza di salute mentale** per gli effetti devastanti che hanno sulla salute e sulla vita di adolescenti e giovani adulti.

È una malattia **difficile da diagnosticare**, soprattutto nei più giovani «perché i cambiamenti fisici che accompagnano l'adolescenza e che comportano squilibri di peso possono mascherarne le prime fasi».

Ai sintomi strettamente fisici si associano poi quelli mentali.



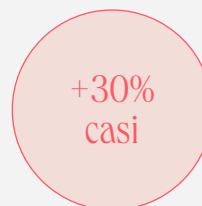
Il 90% delle vittime sono donne



Sono oltre tre milioni le persone in Italia che convivono con i DCA



Anoressia e bulimia sono la seconda causa di morte tra i 12 e i 25 anni



Dall'inizio della pandemia (Covid-19) sono aumentati del 30% i casi di anoressia e bulimia



Negli ultimi dieci anni si è abbassata in modo vistoso l'età di insorgenza dei DCA



Solo il 10% delle persone chiede aiuto



In Italia si stimano ogni anno circa 8.500 nuovi casi

Prevenzione e Cura

1. Individuare i sintomi
2. Comunicare e ruolo dei media
3. Percorso di guarigione

1. Individuare i sintomi



Non devi avere tutti i sintomi per soffrire di un DCA.

p!

@2023

16

Peso Positivo

Fondo per l'Anoressia – Famiglia Peppino Fumagalli

2. Comunicare



Il segreto è educarsi alla pazienza e alla gentilezza.

p!

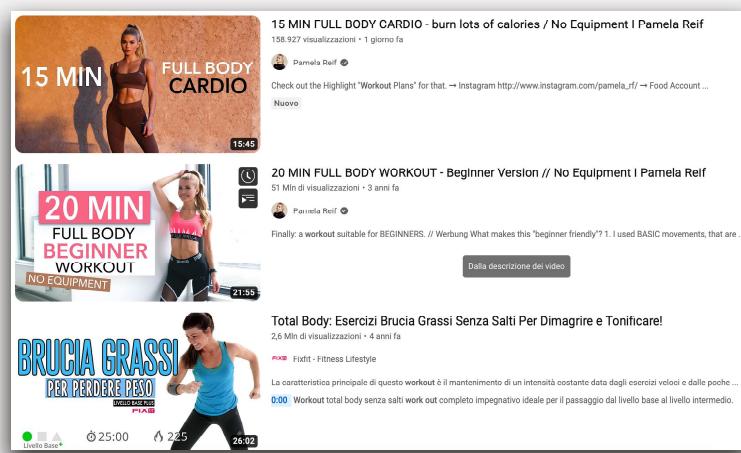
@2023

17

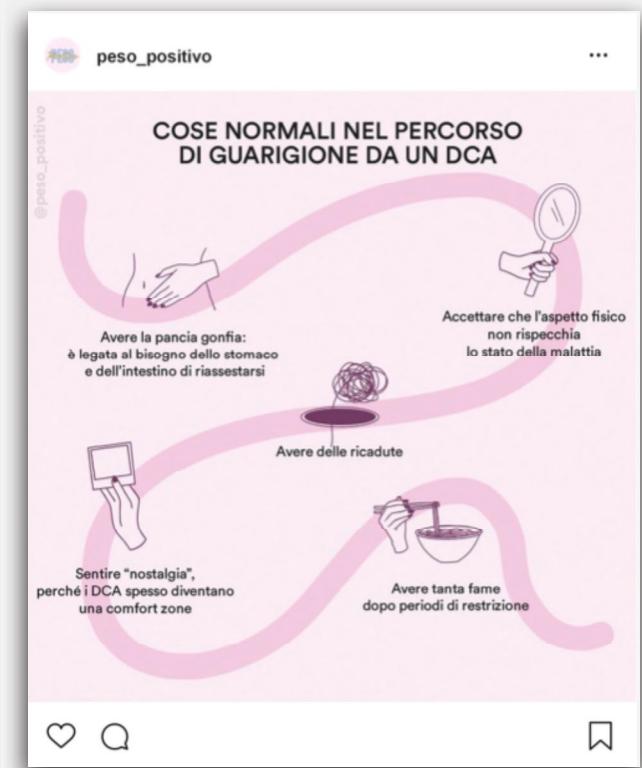
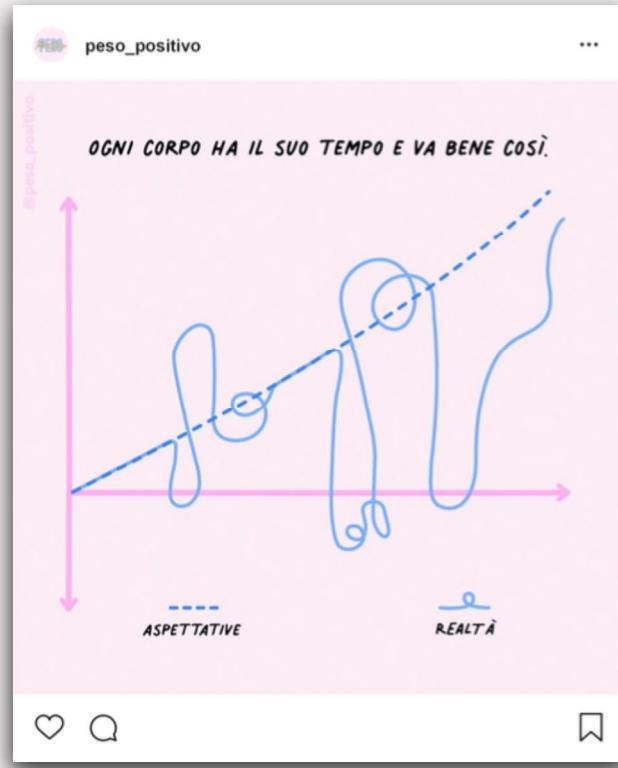
Peso Positivo

Fondo per l'Anoressia – Famiglia Peppino Fumagalli

Che ruolo hanno i media?



3. Percorso di guarigione



Chi ha detto che ogni percorso di guarigione deve essere uguale?



p!

p!

CONTATTI

www.pesopositivo.it

instagram.com/peso_positivo/

ciao@pesopositivo.it

p!

Grazie.

