DELICIOUS

PRIMA
IN THE MEDITERRANEAN AREA

Risultati del **progetto**

01 02 03 04 05 06

01. Identificare, qualificare e quantificare i fattori che influenzano il declino nell'aderenza alla Dieta Mediterranea.

02. Valutare la sostenibilità di diverse ricette della Dieta Mediterranea.

03. Creare programmi di attività fisica adattati alla cultura nelle scuole per prevenire e ridurre l'obesità.

04. Sviluppare, produrre e convalidare nuovi prodotti alimentari e riformulare ricette della Dieta Mediterranea.

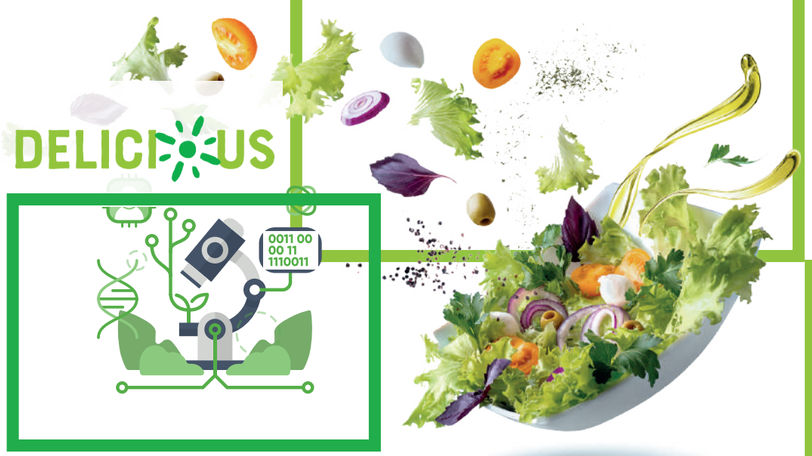
05. Sviluppare una piattaforma digitale che fornisca piani dietetici settimanali basati sulla Dieta Mediterranea.

06. Attuare azioni educative nelle scuole per promuovere cambiamenti nella dieta.

www.deliciousproject.eu

Horizon 2020
European Union Funding
for Research & Innovation

DELICIOUS



PARTNER

aiju TECHNOLOGICAL INSTITUTE FOR CHILDREN'S PRODUCTS & LEISURE
ASSIUT UNIVERSITY
inn bcc innovation basque culinary center
contactica innovation
GRUPO EDELVIVES
LCIbérica
maristas
maristi
maristes
Università di Catania

Contattateci per ulteriori informazioni: juancho.pons@edelvives.es

DELICIOUS

Crescere in modo sano e gioioso

DIETA MEDITERRANEA



Comprendere le scelte alimentari dei consumatori e promuovere diete e stili di vita mediterranei sani e sostenibili nei bambini attraverso azioni che portino ad un cambiamento comportamentale.

Questo progetto fa parte del programma PRIMA, sostenuto dall'Unione Europea secondo l'Accordo di Sovvenzione n. 2131

PRIMA
IN THE MEDITERRANEAN AREA

DELICIOUS PRIMA

Il concetto

Combattere l'obesità nei bambini e negli adolescenti attraverso una dieta mediterranea sana e sostenibile, sport, materiali educativi e giocattoli.

Riformulando le tradizionali Ricette Mediterranee, DELICIOUS mira a renderle più attraenti per il pubblico più giovane e ad ottenere una maggiore aderenza alla Dieta Mediterranea. Il progetto desidera che i bambini e gli adolescenti **abbraccino abitudini sane tipicamente presenti nella cultura Mediterranea.**

Il progetto **DELICIOUS rafforzerà lo stile di vita Mediterraneo** (dieta, attività fisica, patrimonio socio-culturale) nelle società Mediterranee, combinando aspetti tecnologici ed educativi per mettere i consumatori in condizione di fare scelte alimentari più **sostenibili** e **più sane**.



BMI

www.deliciousproject.eu

PRODUTTORI

Agricoltori e prodotti della DM

SCUOLE

ES PT EG LB IT

Mense scolastiche
Servizi di ristorazione scolastica

Bambini e adolescenti dai 6 ai 12 anni e dai 13 ai 17 anni

Docenti

CIRCOLO FAMILIARE

Genitori/Tutor

STAKEHOLDER

AZIONI DELICIOUS

Selezione di 100 ricette della DM

DB Med
Profilo nutrizionale di ricette della DM.

Riformulazione delle ricette della DM
Per una maggiore sostenibilità e accettabilità nei bambini.

LCSA di piatti Mediterranei
Aspetti ambientali, economici e sociali.

Sviluppo di nuovi prodotti
Spuntini sani con ingredienti locali e sostenibili della DM.

Piano settimanale della Dieta Mediterranea
Pasti sostenibili e nutrienti che soddisfino le esigenze e le preferenze dei bambini.

APPROCCIO EDUCATIVO INTEGRATO

Istruzione formale

· Materiale didattico (libri scolastici)
· Integrazione della DM in classe.

Adattamento culturale specifico per paese

Adattamento delle politiche scolastiche nazionali

Educazione non formale

Giochi | Approccio ai **giocattoli** (Approccio Tech | Non-tech che implichi un'attività fisica)
Programma di attività fisica extra.

Corsi | Workshop sulla sostenibilità e sulla nutrizione incentrati sullo STILE DI VITA DELLA DM | Ricettario | **Materiale editoriale**

Visite ai campi degli agricoltori | **Integrazione dell'agricoltura**, nelle classi e comprensione della catena del valore agroalimentare | Orti scolastici |

Giornate gastronomiche nella mensa scolastica | Concorso di cucina Mediterranea

Co-creazione di **nuovi** prodotti **basati sulla DM** (Scienza dei Cittadini).

Monitoraggio dell'aderenza alla DM

Interventi nelle scuole

Comprendere i fattori di non-aderenza alla DM nei bambini e negli adolescenti e il relativo impatto sull'obesità infantile.

DELICIOUS

Le sfide

Malnutrizione

Secondo la Commissione Europea, nel 2017 la metà della popolazione adulta dell'Unione Europea, il **51,8%**, è stata classificata in **sovrappeso** e circa il 14,9% degli adulti è stato classificato come obeso.

L'urbanizzazione, i ritmi accelerati della vita e una **dieta occidentalizzata**, ricca di alimenti ultra-trasformati e povera di frutta fresca, portano al consumo di **alimenti di qualità inferiore**, carenti di micronutrienti e con un contenuto di macronutrienti squilibrato. L'aumento dell'**obesità pediatrica** nella regione del Mediterraneo porta spesso ad ulteriori malattie croniche in età adulta.

Pressione del sistema alimentare sull'ambiente

Gli attuali sistemi alimentari contribuiscono al 20-35% delle **emissioni totali di gas serra.** La produzione agricola mediterranea copre quasi il 40% delle terre coltivabili e la **regione Mediterranea è una delle più vulnerabili ai cambiamenti climatici.** È ormai obbligatorio l'adattamento attraverso sistemi alimentari più resilienti. Elevata pressione ambientale dei sistemi alimentari con conseguenze devastanti per il cambiamento climatico e la biodiversità.