

# PROGETTO JACARDI

## AZIONI CONGIUNTE CONTRO LE MALATTIE CARDIOVASCOLARI E IL DIABETE MELLITO



Un'iniziativa dell'**Università di Firenze** (Dipartimento di Scienze della Salute) e dell'**Azienda Usl Toscana Centro**, finanziata dall'**Unione Europea**.

### OBIETTIVI

Migliorare la salute delle persone diminuendo le malattie del cuore e il diabete.

Scoprire le **conoscenze** su salute, alimentazione e dieta mediterranea.

### Come raggiungere gli obiettivi

Promuovere strategie che agiscano a livello educativo e comportamentale sulla **promozione della salute**, attraverso l'aumento dell'alfabetizzazione sanitaria e nutrizionale con un focus sull'aderenza alla dieta mediterranea.

### Chi può partecipare

**DONNE** di età compresa tra i **45 e i 70 anni** che abitano nel **Quartiere 5** di Firenze.



### LA PARTECIPAZIONE È GRATUITA!

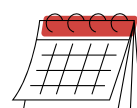
Sarà consegnato un **regalo** per la partecipazione!

Professionisti sanitari dell'**Università di Firenze** saranno disponibili per rispondere a qualsiasi **CURIOSITA'** sul progetto.

### FASI DEL PROGETTO

#### 1 COINVOLGIMENTO DELLE PARTECIPANTI

Verranno effettuate alcune **domande** riguardo stato di salute, alimentazione e stile di vita durante alcune giornate fissate.



#### QUANDO E DOVE



**Dal 12 ottobre al 30 novembre 2024**

Tutti i **SABATI MATTINA** dalle 9:00 alle 13:00

Tutti i **MERCOLEDI' POMERIGGIO** dalle 14:00 alle 19:00 presso

Casa di Comunità Le Piagge (via dell'Osteria, 18)

#### 2 FOCUS GROUP



Le partecipanti verranno ricontattate per **indagare le conoscenze** in merito a menopausa, alimentazione, salute, malattie cardiovascolari e diabete, e valutare la disponibilità al cambiamento.

#### 3 PROGETTAZIONE INTERVENTI



Progetteremo insieme a partecipanti, operatori sanitari, associazioni e realtà locali gli **interventi di promozione della salute** con un focus su alimentazione e attività fisica.

Il progetto completo, le date e i luoghi del coinvolgimento sono visibili scannerizzando il **qr code**.



Per informazioni contattare:

Dott.ssa Diletta Buresta [diletta.buresta@unifi.it](mailto:diletta.buresta@unifi.it)