



## **INTERNET: Fit for Future... giocando on-line si impara a mangiare bene e a vivere in forma**

Promuovere tra i giovani uno stile di vita sano e un'alimentazione consapevole attraverso il gioco e la tecnologia: questo l'obiettivo di "Pegaso, Fit for Future", il progetto europeo gestito dalla Fondazione Politecnico di Milano e coordinato dal Dipartimento di Design del Politecnico di Milano ([www.pegasof4f.eu](http://www.pegasof4f.eu)), nato per sensibilizzare gli adolescenti sull'importanza di una cultura alimentare corretta, dello sport e di uno stile di vita sano, attraverso attività di engagement studiate per sfidare i ragazzi su un terreno a loro comune: i videogiochi, i social networks e gli smartphone. L'obiettivo del progetto Pegaso è di creare una piattaforma educativa in grado di sensibilizzare i ragazzi attraverso il gioco e le sfide di gruppo, virtuali e reali, in una logica "social" in cui gli uni influenzano gli altri. Il progetto, della durata di tre anni e mezzo, si avvarrà di alcune delle tecnologie più avanzate e, oltre ad un'apposita app per smartphone, una community virtuale e la messa a punto di un vero e proprio videogame educativo, vedrà anche l'utilizzo di dispositivi indossabili, in grado non solo di monitorare i parametri fisici dei ragazzi, ma anche di interfacciarsi con gli altri strumenti previsti dal progetto. Il tutto al fine di prevenire, nel lungo termine, l'obesità e altri problemi di salute causati da ridotta attività fisica e alimentazione non bilanciata. Pegaso si rivolgerà non solo agli adolescenti, ma anche alle famiglie, alle scuole e ai medici, attraverso iniziative di sensibilizzazione, eventi e incontri con esperti, al fine di contribuire a diffondere la cultura verso uno stile di vita e un'alimentazione sana ed equilibrata. Lo sviluppo del progetto prevede, fin dalle sue fasi iniziali, il coinvolgimento degli utenti attraverso strumenti di co-design, oltre alla partecipazione di una serie di stakeholder che operano nell'ecosistema della salute e del benessere. Dopo aver realizzato focus group con gruppi ristretti di ragazzi in tre Paesi pilota (Italia, Spagna, Gran Bretagna), nei prossimi mesi sarà avviata una sperimentazione in alcune scuole superiori italiane per far testare l'applicazione mobile e gli strumenti di misurazione dei parametri fisici agli studenti. Successivamente, sulla base dei risultati sarà realizzato il videogame online che permetterà ai ragazzi di giocare in prima persona, attraverso un proprio avatar virtuale, imparando in modo divertente come seguire un corretto regime alimentare e adottare uno stile di vita sano. Al progetto, cofinanziato dall'Unione Europea, partecipa una task force internazionale e interdisciplinare che include, oltre al Politecnico di Milano, il CNR (Consiglio Nazionale delle Ricerche), il CSEM (Centre Suisse d'Electronique et de Microtechniques, Recherche et Developpement), l'Univerdidat de Lleida, il Gruppo Sigla S.r.l., l'Haute Ecole Specialisee de Suisse Occidentale, la Fundacio Privada Barcelona Digital Centre Tecnologic, l'Agencia d'informacio avaluacio i Qualitat en Salut, Lombardia Informatica S.p.A., Neos Sistemi S.r.l., the University of Nottingham, Ropardo S.r.l., Coventry University, Lifegate S.p.A., Imaginary S.r.l., Bildungsberatung Till Becker & Co. GmbH, Lothian Health Board. "L'approccio di Pegaso non è strettamente clinico, vuole anzi essere indirizzato ai ragazzi in modo semplice, tenendo conto della loro dimensione fisica, fisiologica, psicologica e sociale – precisa Giuseppe Andreoni, coordinatore scientifico del progetto e ricercatore del Dipartimento di Design del Politecnico di Milano -. Facendo leva sulla loro propensione di nativi digitali all'uso delle tecnologie mobili e dei sensori indossabili, nonché sulla loro apertura a giochi sociali su tali dispositivi, Pegaso si propone come un servizio integrato di coscienza, motivazione e engagement di stili di vita più salubri".