



COMUNICATO STAMPA

## **NUTRI-MENTI: AL VIA IL PROGETTO PER PREVENIRE LO STRESS E PROMUOVERE IL BENESSERE PSICOLOGICO**

Ogni sabato mattina all'Ipercoop di Torino uno sportello gratuito per colloquiare con uno psicologo e capire gli effetti della pandemia

**Torino, 24 marzo 2022** | La pandemia di COVID-19 ha cambiato repentinamente la quotidianità delle persone, alimentando condizioni di malessere e alienazione sociale ancora poco indagate. In questo difficile scenario, l'associazione **Linea-menti ODV**, lancia il progetto **"NUTRI-MENTI"** per fornire una prima risposta ai bisogni di assistenza e benessere psicologico, con il supporto di **Nova Coop**, **Fondazione Mario e Ofelia Martoglio Onlus** e del **Dipartimento di Psicologia dell'Università degli Studi di Torino**.

Il progetto **"NUTRI-MENTI"** si avvicina alla cittadinanza offrendo la possibilità di colloquiare con uno psicologo in forma gratuita per rispondere in prima istanza ai suoi bisogni di assistenza e di benessere. Nutri-Menti prevede l'erogazione di un questionario test (anonimo e gratuito) utile per la rilevazione del livello di stress individuale e successivamente la consegna di materiale informativo con consigli su come fronteggiarlo. Il progetto si configura come un'azione di prevenzione che mette in atto interventi precoci per diminuire la possibilità d'insorgenza di determinate patologie e azioni di promozione per il perseguimento del benessere psicologico e di corretti stili di vita.

Per conseguire la prima fase di "sensibilizzazione", ogni sabato dalle **9:30 alle 13:30** gli psicologi dell'Associazione Linea-menti ODV si troveranno presso lo **spazio Soci Coop dell'Ipercoop di Torino, Via Livorno** (ingresso ipermercato) nel centro commerciale Parco Dora e saranno disponibili per far partecipare al test rapido di rilevazione dello stress e a fornire consigli utili su come fronteggiarlo.

In seguito alla diffusione in Italia della pandemia, nel marzo 2020, la necessità di adottare misure di confinamento domiciliare ha messo a dura prova le capacità di adattamento di tutti i cittadini, non solo per la limitazione della libertà o per la riorganizzazione della propria quotidianità, ma anche per la gestione di informazioni, talora contrastanti, rendendo il momento storico particolarmente incerto e stressogeno, specie se si considera che ai fattori sopraindicati, si sono aggiunte anche le problematiche di natura socio-economica.

Otteniamo allora un quadro che ci mostra un'Italia pervasa da problemi laceranti, in preda a un crescente malessere - il nostro Paese resta fra i primi al mondo per consumo di psicofarmaci - e si percepiscono chiaramente segnali ammonitori di un'alienazione sociale e di una disperazione individuale che, se non controllati, potrebbero un giorno portare a lacerazioni ancora più profonde nel tessuto sociale.

La scelta di realizzare Nutri-Menti in un ipermercato Coop risponde al bisogno di incontrare le persone in un contesto quotidiano, potendo così ingaggiare non solo persone particolarmente sensibili al tema ma soci e clienti che, grazie all'iniziativa, possono essere coinvolti su tematiche di loro interesse. Da questo punto di vista i centri commerciali Coop sono da sempre un punto di riferimento per iniziative informative e formative rivolte alla clientela.

Il progetto Nutri-Menti si avvale della collaborazione della dott.ssa **Concetta Finocchiaro**, specialista in Dietologia e Scienza dell'Alimentazione e del dott. **Massimo Massarini**, specialista in Medicina dello Sport.

UFFICIO STAMPA

Monica Di Martino relazioni esterne e con i media

00393357857389

monica.dimartino@novacoop.coop.it

NOVA COOP s.c.

via Nelson Mandela, 4 Vercelli, 13100

<https://vivicoop.it/media-e-stampa/>

Blog [www.vivicoop.it](http://www.vivicoop.it), Twitter @Nova\_Coop FB @Novacoop



**Novacoop**

COMUNICATO STAMPA

Per chi avesse piacere di contribuire alla ricerca può compilare autonomamente il form on line sul sito [www.lineamenti.it](http://www.lineamenti.it), con possibilità di scaricare la brochure “I Consigli degli esperti per prevenire lo stress”.

Le dichiarazioni dei partner del progetto:

**Associazione Linea-Menti Odv**, realtà formata da diversi professionisti attivi nell’ambito sanitario, la cui azione è orientata all’accrescimento del benessere psicofisico e alla sensibilizzazione culturale nei confronti della psicologia. Il presidente dell’associazione dott. **Michele Abbruscato**: *<Questo progetto rappresenta senza dubbio la volontà di rendere sempre più concreta la mission con cui è nata l’associazione, ovvero quello di porre in prima linea la figura dell’esperto psicologo, rendendola quindi più vicina e immediatamente presente rispetto ai bisogni della persona>*.

**NOVA COOP Società Cooperativa** s’impegna costantemente a produrre e condividere valore nei territori in cui è presente, non solo a vantaggio di Soci e Clienti, ma dialogando attivamente con le diverse realtà che già operano sugli stessi territori, quali le scuole, gli enti pubblici e privati, le associazioni, le Onlus, i fornitori, i cittadini in genere. Il direttore Politiche sociali **Silvio Ambrogio**: *<Nova Coop è da sempre attenta ai temi della salute e del benessere, in coerenza con i propri valori aziendali e con il suo impegno nel sociale. Questo contributo si concretizza, a partire dai punti vendita, attraverso campagne commerciali e iniziative valoriali in materia di politiche sociali e attenzione al territorio e ai suoi cittadini>*.

**Fondazione Mario e Ofelia Martoglio Onlus**, ha tra i propri fini l’attività di solidarietà sociale a favore di persone in generale svantaggiate in ragione di carenti condizioni fisiche, psichiche, economiche, sociali o famigliari ed è quindi interessata a sviluppare attività di ricerca/formazione in collaborazione in questo settore.

**Ezio Risatti**, Consigliere di Amministrazione della Fondazione Martoglio e responsabile scientifico del Progetto per la stessa: *<La Fondazione è sensibile a tutte le forme di disagio, sociale, economico e personale, per questo sostiene con interesse e convinzione questo progetto a favore della promozione del benessere psicologico>*.

Il progetto ha il contributo scientifico di:

**Università Degli Studi Di Torino**, il Dipartimento di Psicologia dell’Università degli Studi di Torino ha convalidato il programma di ricerca e provvederà all’elaborazione scientifica dei dati, secondo i suoi fini istituzionali.

Prof. **Alessandro Zennaro**, Vicerettore vicario con delega al Public Engagement e referente per il Dipartimento di Psicologia: *<La collaborazione al progetto Nutri-Menti rappresenta perfettamente ciò che da alcuni anni ha ormai assunto una valenza strategica per l’Università di Torino, vale a dire l’impegno per lo sviluppo del territorio, delle sue istituzioni e aziende e per la promozione del benessere delle persone che lo abitano>*.

UFFICIO STAMPA

Monica Di Martino relazioni esterne e con i media

00393357857389

monica.dimartino@novacoop.coop.it

NOVA COOP s.c.

via Nelson Mandela, 4 Vercelli, 13100

<https://vivicoop.it/media-e-stampa/>

Blog [www.vivicoop.it](http://www.vivicoop.it), Twitter @Nova\_Coop FB @Novacoop