

Un'iniziativa di prevenzione in Svizzera di diabètevaud

Che cos'è MAYbe Less Sugar ?

Lanciata nel 2023 da diabètevaud in collaborazione con Unisanté e una cinquantina di partner, MAYbe Less Sugar mira a sensibilizzare la popolazione svizzera sul consumo eccessivo di zuccheri aggiunti per tutto il mese di maggio. Grazie al sito web www.maybeless-sugar.ch, chiunque sia interessato può accedere a un **calcolatore gratuito** degli zuccheri aggiunti consumati, nonché a **ricette e consigli** su come trattarsi in modo diverso. Si stanno inoltre organizzando **eventi** in tutta la Svizzera francese e tedesca.

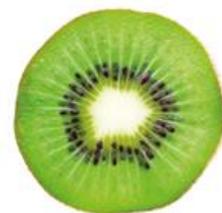
Perché MAYbe Less Sugar ?

Gli **svizzeri consumano** in media 107 grammi di zuccheri aggiunti al giorno, più **del doppio della quantità raccomandata dall'OMS**. Eppure gli studi scientifici hanno chiaramente dimostrato la relazione tra il sovrappeso e le malattie non trasmissibili come il diabete di tipo 2, le malattie cardiovascolari, il cancro, la salute mentale, la carie, ecc.

Pubblico di riferimento

Il consumo eccessivo di zucchero riguarda tutta la popolazione. Tuttavia, come dimostrano i risultati dell'Azione 2023, **le persone di basso livello socio-economico e i giovani** sono più difficili da raggiungere.

RISULTATI DELL'EDIZIONE DI MAGGIO 2024



Obiettivi e risultati

Espansione nella Svizzera tedesca

- Sito web e elementi visivi tradotte in tedesco: raggiunte ~23.000 persone nella Svizzera tedesca; 3.000 visite alle pagine tedesche del sito web a maggio
- 13 partner nella Svizzera tedesca hanno aderito e diffuso la campagna

Azioni specifiche per i giovani

- 3 nuovi partenariati (Jobtrek, Pédiatrie Suisse, Kinderärzte Schweiz)
- 3.500 giovani raggiunti grazie alla decina di eventi organizzati (workshop con giovani in riabilitazione professionale, degustazione di bevande dolce in zucchero con il Consiglio della Gioventù di Losanna, workshop al Miam Festival, ecc.)
- Collaborazione con Neuria: videogioco per ridurre il consumo di bevande zuccherate con +200 partecipanti

Azioni specifiche per le persone in situazione di precarietà

- Conferenza stampa a Point d'Eau di Losanna
- 6 nuovi partenariati (Point d'Eau, Agents de Santé, Trajets, Orif, EPER, AACTS)
- Una decina di eventi organizzati (stand di zucchero al Point d'Eau di Losanna, formazione per operatori sanitari comunitari), che hanno raggiunto quasi 400 persone.



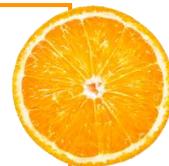
Estratto di una testimonianza sullo zucchero (il video si trova su youtube.com/@maybelessugar)

Sviluppo di materiale educativo

- Materiale educativo sviluppato da una dietista, adatto a bambini, giovani, adulti e persone con scarsa alfabetizzazione sanitaria (quiz, giochi, puzzle sullo zucchero, materiale visivo).

Cifre chiave dell'edizione 2024

- **+45 eventi organizzati** in tutta la Svizzera francese (workshop, stand, degustazioni, esposizioni, distribuzione)
- **+60 partner** attivi a livello cantonale e nazionale
- **16.000** persone raggiunte dagli eventi
- **10.000** utenti del sito web
- **+11.000** persone raggiunte dalla campagna digitale
- **Ampia copertura mediatica** (15 articoli di stampa, 22 pubblicazioni online/intranet e 4 trasmissioni radiofoniche)
- **4 iniziative politiche presentate**: comuni di Nyon e Mont-sur-Lausanne, Gran Consiglio del Vaud e Consiglio Nazionale



Feedback dei partecipanti (sondaggio, n=83)

Per esempio, ho mangiato un solo biscotto invece di due quando erano troppo dolci. Continuerò a impegnarmi anche dopo maggio

Un'ottima realizzazione, anche se pensavo di aver già affrontato il problema dello zucchero.

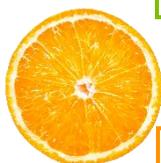
- ✓ **60%** dei partecipanti al sondaggio ha notato **un impatto dell'azione MAYbe Less Sugar sulla propria vita quotidiana.**
- ✓ **66%** hanno **ridotto** il consumo di zuccheri aggiunti durante il mese di maggio

Bilanci e conti (fino al 30.06.2024)

Finanziamenti ottenuti (Loterie Romande, Promozione Salute Svizzera, Fondazione filantropica della famiglia Sandoz, Fondazione Sana, Zoé Stiftung, fondazione privata e proventi degli interventi): 240.940 franchi svizzeri.

Uscite (costi del personale, comunicazione, eventi, traduzioni, sito web, ecc) : 166.460 CHF

N.B. Poiché alcuni finanziamenti sono stati confermati e ricevuti dopo maggio (in particolare la Fondazione Dutmala e la Fondazione DSR) e/o si riferiscono agli anni 2024 e 2025, è ancora disponibile un saldo positivo. Sarà utilizzato per realizzare alcune delle azioni menzionate di seguito a partire dall'estate del 2024.



Prospettive per il 2025-2026

Oltre a rinnovare l'azione con un'ampia comunicazione e attività di proposta come nel 2024, le prospettive per il 2025-2026 sono le seguenti (a condizione di ottenere ulteriori risorse finanziarie) :

- **Costituzione di un gruppo di esperti scientifici e di un gruppo di dietisti**

Al fine di rafforzare le azioni di MAYbe Less Sugar e di avere una base scientifica, si prevede di istituire un gruppo di esperti scientifici, il cui scopo sarà quello di consigliare il team del progetto. Inoltre, sarà istituito un gruppo di lavoro specifico di dietisti per sostenere il materiale educativo, monitorare i nuovi partenariati e rafforzare le competenze dell'azione.

- **Rafforzamento del team di progetto**

In considerazione dei numerosi compiti da svolgere e a condizione che si ottenga un finanziamento, si prevede di rafforzare il team di progetto: aumentare il tasso di attività del project manager, assumere un tirocinante, assumere un project manager per lavorare con la Svizzera tedesca.

- **Rafforzamento del partenariato con la Svizzera tedesca e lancio del partenariato con la Svizzera italiana**

L'iniziativa MAYbe Less Sugar è stata ampiamente pubblicizzata dai partner della Svizzera tedesca nel maggio 2024, in particolare dalle associazioni cantonali per il diabete. È prevista l'inclusione di nuovi partner nella Svizzera tedesca per raggiungere un maggior numero di persone. Alcune associazioni cantonali (Grigioni, Aarau) hanno manifestato il loro interesse a partecipare attivamente. Infine, il team del progetto attiverà la sua rete di partnership nella Svizzera italiana per coprire l'intero Paese.

- **Traduzione del sito web in italiano, inglese e altre lingue straniere comunemente parlate in Svizzera**

Il sito web e il materiale educativo saranno tradotti in italiano e in inglese, oltre che nelle altre lingue straniere più comunemente parlate in Svizzera (albanese, portoghese, spagnolo, ecc.). Ciò consentirà di raggiungere le persone di nazionalità straniera che vivono in Svizzera (e che non parlano necessariamente una delle lingue nazionali), che sono 1,3 volte più colpite da sovrappeso e obesità.

- **Sviluppo del materiale educativo**

Il materiale educativo creato per la prima volta nel 2024 in forma "pilota" per i partner e utile per eventi, conferenze, stand, ecc. sarà ulteriormente sviluppato e adattato a diversi pubblici.

- **Lavorare con le autorità locali**

Alcune località sono già partner di MAYbe Less Sugar (ad esempio Yverdon-les-Bains, Onex) e hanno diffuso l'azione all'interno della loro rete nel maggio 2024 (workshop, volantini nei locali, menzione sul sito web o nella newsletter). Le autorità locali possono svolgere un ruolo fondamentale, soprattutto per quanto riguarda gli alimenti disponibili nelle mense scolastiche, che hanno un impatto diretto sul cibo consumato dagli alunni. Il team di MAYbe Less Sugar collaborerà con le località interessate.

- **Nuovi elementi visivi stampati e calcolatore migliorato**

Al fine di apportare una diversità all'identità visiva, verranno creati nuovi elementi visivi stampati (volantini, poster, roll-up). Inoltre, in base al feedback dei partecipanti, il calcolatore sarà migliorato per renderla più facile da usare (più prodotti, scansione, applicazione, ecc.).



MAYBE LESS SUGAR

MENO ZUCCHERO, MAGGIORE DOLCEZZA

Il team del progetto desidera ringraziare i finanziatori (Promozione Salute Svizzera, Loterie Romande, Sandoz Family Philanthropic Foundation, Sana Foundation, Zoe Stiftung, DSR Foundation, Dutmala Foundation e una fondazione privata) per il loro sostegno, nonché tutti i partner che sono stati fortemente coinvolti nell'avvio dell'iniziativa *MAYbe Less Sugar* (<https://maybeless-sugar.ch/a-propos-de-nous/>).

Contatto :

Aurélie Giger, direttrice di *diabètevaud*, aurelie.giger@diabetevaud.ch

Tiffany Martin, responsabile del progetto *diabètevaud*, tiffany.martin@diabetevaud.ch

Alcune foto degli eventi organizzati durante maggio 2024 (non esaustivo)



Laboratorio per bambini al
Miami Festival



Dopolavoro al SILAB - Ecole de la Source



Degustazione di bevande dolce
in zucchero per i giovani con La
Sobriété



Stand a "Familles en fête" a Losanna



Stand presso i negozi di
alimentari Caritas (Yverdon,
Renens e Losanna)



Stand al Point d'Eau, Losanna



Mercato di Sion con diabetesvalais



Distribuzione di mele all'esterno di
una scuola secondaria a Delémont



Degustazione di gelato dolce in zucchero a Ouchy