

ALIMENTARE LA SALUTE

SCUOLE PRIMARIE
Anno scolastico 2016/2017

COS'E'	<p><i>Progetto di educazione alla corretta alimentazione</i></p> <p>Finalità: fornire gli strumenti adeguati per adottare un'alimentazione sana, bilanciata e orientata alla prevenzione dei tumori, coinvolgendo tutto il contesto educativo (scuola, famiglia) nell'impegno di promuovere il benessere del bambino.</p>
DESTINATARI	<p>Tutte le classi della scuola primaria con programmi differenziati per fasce di età. Insegnanti, personale ausiliario, genitori.</p>
OBIETTIVI	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Informare i bambini sull'importanza dell'alimentazione per il mantenimento di un buono stato di salute ✓ Promuovere l'acquisizione di corrette abitudini alimentari ✓ Stimolare nei bambini un approccio critico verso i diversi cibi ✓ Coinvolgere la famiglia nell'adottare una corretta alimentazione
MODALITA' DI SVOLGIMENTO	<ul style="list-style-type: none"> – 2 incontri della durata di circa 2 moduli ciascuno, con un educatore LILT che tratterà la tematica dell'alimentazione con attività ludiche. – registrazione delle scelte alimentari dei bambini su apposite schede fornite per 2 settimane, dopo il 1 incontro – partecipazione al concorso 'La ricetta della salute' e premiazione finale della classe/bambino "salutista" durante la 'Festa della Prevenzione'. <p>Materiale messo a disposizione: semaforo della salute, lettera per i genitori, schede di registrazione delle scelte alimentari.</p> <p>Durata complessiva dell'intervento: 4 moduli per classe</p> <p><i>Il calendario degli interventi, nonché i dettagli degli stessi, verranno discussi insieme all'insegnante di riferimento.</i></p>
COSA CHIEDIAMO ALLA SCUOLA	<ul style="list-style-type: none"> – disponibilità di 2 incontri di due ore per classe a distanza di un mese l'uno dall'altro – monitoraggio della corretta compilazione delle schede alimentari da parte degli alunni (col supporto delle insegnanti) e loro restituzione alla LILT al secondo incontro – cartelloni per la realizzazione delle attività (da concordare con l'educatore)
TERMINE PER L'ISCRIZIONE	<p>Posti Disponibili: 15 classi.</p> <p>Responsabile progetto: D.ssa Laura Valsecchi e D.ssa Azzurra Spreafico</p> <p>Operatori: psicologi LILT, educatori professionali LILT, volontari LILT</p> <p><i>Le domande di partecipazione dovranno pervenire alla LILT via fax o e-mail tramite il modulo allegato, entro e non oltre il 30 SETTEMBRE 2016. La partecipazione al progetto è gratuita. Eventuali contributi saranno ben accetti e saranno utilizzati per finanziare le attività della LILT</i></p>

ALIMENTARE LA SALUTE

FORMAZIONE INSEGNANTI E GENITORI

Anno scolastico 2016/2017

COS'E'	<p><i>Progetto di educazione alla corretta alimentazione</i></p> <p>Finalità: sensibilizzare gli insegnanti e i genitori rispetto al tema di un'alimentazione sana, bilanciata e orientata alla prevenzione dei tumori.</p>
DESTINATARI	Insegnanti e genitori della scuola dell'infanzia e della scuola primaria .
OBIETTIVI	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Informare gli adulti sull'importanza dell'alimentazione per il mantenimento di un buono stato di salute ✓ Fornire agli insegnanti strumenti e attività per condurre in autonomia interventi/laboratori di educazione alimentare in classe ✓ Coinvolgere la famiglia nell'adottare una corretta alimentazione, al fine di favorire un atteggiamento critico e consapevole verso i cibi anche nei propri figli
MODALITA' DI SVOLGIMENTO	<ul style="list-style-type: none"> – 1 incontro serale della durata di circa 2 ore con un tecnologo alimentare che tratterà il tema dell'alimentazione con riferimento alle Linee Guida per una sana alimentazione e una corretta prevenzione oncologica. – 2 laboratori pomeridiani tematici della durata di circa 2 ore ciascuno, rivolto alle insegnanti, con educatori che forniranno strumenti e attività utili e creativi per trattare il tema dell'alimentazione in classe – 1 incontro di verifica e restituzione finale con le insegnanti, dopo la messa in atto delle attività proposte in classe <p>Durata complessiva dell'intervento: circa 8 ore</p> <p><i>Il calendario degli incontri, nonché i dettagli degli stessi, verranno discussi insieme all'insegnante di riferimento.</i></p>
COSA CHIEDIAMO ALLA SCUOLA	<ul style="list-style-type: none"> – co-progettazione dell'intervento con la responsabile del progetto – organizzazione della serata divulgativa aperta a genitori ed insegnanti con il tecnologo alimentare – disponibilità delle insegnanti a partecipare a due laboratori tematici – realizzazione delle attività laboratoriali sperimentate dalle insegnanti con gli educatori LILT, in classe con gli alunni
TERMINE PER L'ISCRIZIONE	<p>Posti Disponibili: 2 scuole dell'infanzia e 2 scuole primarie</p> <p>Responsabile progetto: D.ssa Azzurra Spreafico</p> <p>Operatori: tecnologo alimentare, educatori professionali LILT, volontari LILT</p> <p><i>Le domande di partecipazione dovranno pervenire alla LILT via fax o e-mail tramite il modulo allegato, entro e non oltre il 30 SETTEMBRE 2016. La partecipazione al progetto è gratuita. Eventuali contributi saranno ben accetti e saranno utilizzati per finanziare le attività della LILT.</i></p>

ALIMENTARE LA SALUTE

SCUOLE SECONDARIE DI I GRADO

Anno scolastico 2016/2017

COS'E'	<p><i>Progetto di educazione alla corretta alimentazione</i></p> <p>Finalità: fornire gli strumenti adeguati per adottare un'alimentazione sana, bilanciata e orientata alla prevenzione dei tumori, coinvolgendo tutto il contesto educativo (scuola, famiglia) nell'impegno di promuovere il benessere del ragazzo.</p>
DESTINATARI	Scuola secondaria di I grado Insegnanti, genitori e personale ausiliario
OBIETTIVI	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Informare sull'importanza dell'alimentazione per il mantenimento della salute ✓ Promuovere l'acquisizione di corrette abitudini alimentari ✓ Stimolare un approccio critico verso i diversi cibi ✓ Favorire una modifica comportamentale verso stili di vita più sani ✓ Coinvolgere la famiglia nell'adottare una corretta alimentazione
MODALITA' DI SVOLGIMENTO	<ul style="list-style-type: none"> – 1 incontro a classi congiunte, della durata di circa 2 moduli, con un tecnologo alimentare che tratterà la tematica dell'alimentazione con riferimento ai componenti dei nutrienti ed alle linee guida per una sana alimentazione. – somministrazione iniziale di un questionario per la valutazione del regime alimentare dei ragazzi – 1 incontro rielaborativo di 2 moduli con un educatore LILT con presentazione del concorso 'La ricetta della salute'. <p>I percorsi possibili sono due in base alla diversa conoscenza dell'argomento:</p> <p>BASIC "Il piatto salutare": gli alunni impareranno, attraverso attività interattive, a nutrirsi correttamente durante la giornata.</p> <p>ADVANCED "Le etichette": gli alunni impareranno, attraverso attività interattive, a scegliere con razionalità i diversi cibi partendo dalla lettura delle etichette.</p> <ul style="list-style-type: none"> – 1 incontro, della durata di un modulo, di restituzione dei risultati ottenuti nei questionari e visione delle videoricette per il concorso. – partecipazione alla 'Festa della Prevenzione' e premiazione della classe "salutista". <p>Durata complessiva dell'intervento: 5 moduli per classe</p> <p><i>Il calendario degli interventi, nonché i dettagli degli stessi, verranno discussi insieme all'insegnante di riferimento.</i></p>
COSA CHIEDIAMO ALLA SCUOLA	<ul style="list-style-type: none"> – Contatto telefonico del professore referente con l'operatrice LILT per concordare i dettagli dell'intervento. – Fotocopie dei questionari ed eventuali cartelloni per l'attività del secondo incontro – Disponibilità di un'aula adeguata ad accogliere 2-3 classi (per il primo incontro) ed un proiettore per la proiezione di slides/video – Aula con LIM per il secondo e il terzo incontro
TERMINE PER L'ISCRIZIONE	<p>Posti Disponibili: 20 classi.</p> <p>Responsabile progetto: D.ssa Laura Valsecchi e D.ssa Azzurra Spreafico</p> <p>Operatori: tecnologo alimentare, educatori professionali LILT, volontari LILT</p> <p><i>Le domande di partecipazione dovranno pervenire alla LILT via fax o e-mail tramite il modulo allegato, entro il 30 SETTEMBRE 2016.</i></p> <p><i>La partecipazione al progetto è gratuita. Eventuali contributi saranno ben accetti e saranno utilizzati per finanziare le attività della LILT.</i></p>

ALIMENTARE LA SALUTE

PEER EDUCATION – SCUOLE SECONDARIE DI II GRADO

Anno scolastico 2016/2017

COS'E'	<p><i>Progetto di educazione alla corretta alimentazione</i></p> <p>Finalità: fornire gli strumenti adeguati per adottare un'alimentazione sana, bilanciata e orientata alla prevenzione dei tumori, coinvolgendo tutto il contesto educativo (scuola, famiglia) nell'impegno di promuovere il benessere del ragazzo.</p>
DESTINATARI	<p>Scuola secondaria di II grado</p> <p>Alunni di tutte le classi interessati e motivati a partecipare. Insegnanti, personale ausiliario, adulti di riferimento della scuola</p>
OBIETTIVI	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Informare sull'importanza dell'alimentazione per il mantenimento della salute ✓ Promuovere l'acquisizione di corrette abitudini alimentari ✓ Stimolare un approccio critico verso i diversi cibi ✓ Facilitare l'instaurarsi di comportamenti di protezione e di un atteggiamento responsabile verso la propria salute ✓ Formare "educatori" che sensibilizzino i coetanei al problema
MODALITA' DI SVOLGIMENTO	<p><u>Peer-Education</u> (in orario scolastico o extrascolastico, su partecipazione volontaria di alunni interessati):</p> <ul style="list-style-type: none"> – 3 incontri formativi pomeridiani di 2 ore ciascuno – simulazione in una o più classi di 2 ore – 1 giornata conclusiva svolta dai peer-educator formati, nelle classi prime/seconde dell'istituto individuate dagli insegnanti <p><i>Il calendario degli interventi, nonché i dettagli degli stessi, verranno discussi insieme all'insegnante di riferimento.</i></p>
COSA CHIEDIAMO ALLA SCUOLA	<ul style="list-style-type: none"> – 1 incontro di co-progettazione dell'intervento + 1 di restituzione finale – Lavagna Interattiva Multimediale o strumenti per proiettare slide/video – Collaborazione per l'organizzazione della Peer-Education
TERMINE PER L'ISCRIZIONE	<p>Posti Disponibili: 2 scuole secondarie di secondo grado Responsabile progetto: D.ssa Azzurra Spreafico e D.ssa Laura Valsecchi Operatori: psicologi, educatori professionali LILT</p> <p><i>Le domande di partecipazione dovranno pervenire alla LILT via fax o e-mail tramite il modulo allegato, entro il 30 SETTEMBRE 2015. La partecipazione al progetto è gratuita. Eventuali contributi saranno ben accetti e saranno utilizzati per finanziare le attività della LILT.</i></p>