

DIARIO DI BORDO

Affluenza e Attività Svolte presso Cascina Triulza

SETIMANE DALLA 1 ALLA 3 (periodo dal 22 giugno al 12 luglio)

Sezione LILT DI REGGIO EMILIA

CHILDREN LAB – “INFANZIA A COLORI” (Colourful Childhood) – 29/06/2015 al 05/07/2015

Numero di visitatori approssimativo: 80 – 100 bambini

Target di età: dai 4 anni ai 12 anni

Traccia Attività:

Il laboratorio “Infanzia a Colori” prevede 3 step:

1. Inserimento delle immagini dei cibi o dei comportamenti protettivi per la salute nell’albero della salute e eliminazione dei cibi e dei comportamenti ritenuti dai bambini come negativi della salute. Alcuni esempi sono: chiedere al bambino di riempire il suo piatto con i cibi da lui/lei preferiti (raccolti dalla piramide alimentare) e indicare successivamente il corretto bilanciamento; colorare dei disegni prestampati che raffigurano diversi tipi di alimenti.
2. Laboratorio espressivo con colori e attività di animazione sulla composizione del piatto personale della salute. Inserimento del piatto nell’albero e fotografia del laboratorio.
3. Raccolta delle emozioni e delle associazioni legate all’esperienza. Alcuni esempi sono: chiedere al bambino di associare cibi con le emozioni più conosciute come la rabbia, la tristezza, la gioia, ecc.; conduzione di analisi immaginative dedicate ai vari sapori del cibo come esperienza sensoriale e alle vie dell’acqua.

STAND

Numero di visitatori approssimativo: 100 – 150 persone

Target di età: dai 3 anni ai 75 anni

Traccia Attività:

I Gusti della Salute riprende il concetto di “energia” come sinonimo di “trasformazione” e “sinergia” rapportate alle potenzialità dell’essere umano. La persona è al centro dei processi di cambiamento che la LILT sostiene dal punto di vista culturale, sanitario, sociale e comunicativo.

Il percorso è suddiviso in 10 tappe chiave:

Gusti e salute: perché è difficile modificare i comportamenti: la relazione fra informazione, desiderio, motivazione e cambiamento

I significati degli alimenti: relazione fra cibo, corporeità e benessere psicofisico.

Processi decisionali e comportamento alimentare e problem solving: i cibi adottati dalla LILT per la Prevenzione dei Tumori.

Processi di cambiamento e scelta degli alimenti: il riconoscimento delle emozioni legate al cibo e il significato della attivazione emotiva nei processi di cambiamento.

Immaginario legato al cibo: la mediazione dei linguaggi espressivi di arte, letteratura, religione (mostre espositive con laboratori di lettura, teatro di improvvisazione e percorsi didattici sulla relazione fra cibo e arte e cibo e letteratura con attenzione specifica rivolta alla relazione fra cibo, prima infanzia e dimensioni della cura).

La contrattazione di obiettivi di cambiamento sulla alimentazione differenziati per target: operatori della ristorazione, operatori delle aree del benessere psico-fisico, docenti e educatori.

Cibo e prevenzione dei tumori presentato con simulazioni didattiche.

La ricerca nei processi di cambiamento degli stili di vita a rischio.

Il cambiamento dei contesti sanitari come opportunità per promuovere le trasformazioni dei gusti.

Formazione a distanza e contributi della ricerca nella relazione fra cibo, corporeità e benessere psicofisico.

In pratica, le attività sottoposte ai visitatori sono state la auto-compilazione del questionario di auto-valutazione del cambiamento e la successiva contrattazione dell'obiettivo di salute, la misurazione del monossido di carbonio in caso di soggetti fumatori, ex fumatori o esposti al fumo, la prova con l'etilometro e la simulazione visiva in caso di stato di ebbrezza (maschera).

Contatti con altre realtà:

- Coop: ricerca di collaborazione per 2 Ottobre "Manifestazione Nastro Rosa".
- SlowFood
- Technogym
- CONI
- LIONS CLUB VENETO

Si tratta di contatti che dovrebbero essere proseguiti e sostenuti a cura di tutte le Sezioni LILT che si alterneranno nei prossimi mesi nella gestione dello stand.

Organizzazione evento sabato 11 luglio in collaborazione con Educativa di strada presso Corte Triulza: La LILT di Reggio Emilia ha sperimentato la possibilità di contatti informali con il pubblico di Expo con le metodologie della prossimità con un evento in corte con intrattenimenti musicali informali, giocoleria, proposte di rilassamento. Scopo della giornata era capire come costruire la programmazione di un evento di forte richiamo giovanile il 26 agosto. Sono emerse alcune criticità che si stanno cercando di superare. La giornata ha visto la partecipazione non organizzata di circa 80 persone, mai tutte insieme.

SETIMANA 4 (periodo dal 13 luglio al 19 luglio)

Sezione LILT DI TREVISO, BIELLA

Diario di bordo a cura della LILT di Treviso- dott. Roberto Latini

Dal 13 al 19 luglio i volontari della LILT di Treviso hanno iniziato la loro esperienza a Expo. In questo report raccontiamo cosa abbiamo fatto, visto e proposto.

Coinvolti nel progetto LILT a EXPO in quanto aderenti al progetto nazionale Rete di eccellenza, ci siamo offerti di realizzare la parte relativa ai video di presentazione del percorso "I gusti della Salute". Dopo aver visionato in una riunione di preparazione il filmato per l'approvazione finale è stata decisa, e abbiamo accettato, di produrre anche i video relativi alle singole delegazioni coinvolte, al fine di rappresentare in modo omogeneo le singole realtà locali.

La prima impressione arrivati a Cascina Triulza è quella di una struttura organizzata, così come lo stand, ma laterale al flusso principale di visitatori. Per questa ragione ho parlato con il Presidente di Fondazione Triulza dott. Sergio Silvotti per chiedere la possibilità di portare all'esterno alcuni pannelli presenti nello stand, pannelli indicanti le attività che svolgiamo nel progetto e un cartello di invito per le persone a fare il "Controllo del fumo", prova della misurazione del monossido di carbonio presente soprattutto nei fumatori o nell'inquinamento atmosferico.

Vista la vicinanza a un punto di ristoro (Bar) e al Mobility Center (servizio di noleggio di carrozzine elettriche per persone a mobilità ridotta) è aumentato il numero di visitatori incuriositi dalla prova dando così la possibilità ai volontari di sensibilizzare le persone e di parlare del progetto "i gusti della salute".

Altra azione intrapresa, sempre al fine di indirizzare le persone presenti a Expo allo stand della LILT, è stata quella di presentarsi all'ufficio stampa di Cascina Triulza (fisicamente presente a fianco del nostro stand).

Ho avuto così modo di parlare con la dott.ssa Luisa Cavagnera alla quale ho presentato l'esperienza che stiamo facendo e che incuriosiva e coinvolgeva chi veniva. Misurare l'inquinamento da monossido di carbonio suscita sempre interesse o preoccupazione. Ho anche presentato il prossimo workshop che faremo assieme a Unindustria di Treviso sul tema dell'analisi sensoriale. Questi temi sono stati presi in considerazione, la stessa dott.ssa Cavagnera ha voluto fare la prova e ha poi richiesto maggiori informazioni sul workshop per poter scrivere un articolo visto la prossima scadenza (martedì 28 luglio dalle ore 10,00 alle ore 13.30).

Allego la mail ricevuta dal giornalista Giorgio Zerbinati che ha scritto l'articolo sul workshop svolto sul tema alimentazione e stili di vita

Buongiorno Roberto,

ti confermo che la news sull'incontro LILT in Cascina Triulza di oggi è online sul sito istituzionale di Expo Milano 2015:

<http://www.expo2015.org/it/news/alimentazione--stili-di-vita-e-salute--la-lilt-organizza-un-incontro-a-cascina-triulza>

Grazie per la preziosa collaborazione
Giorgio

Sono volontaria LILT sezione di Oderzo (TV)

La responsabile della sottosezione sig. Tonon mi ha proposto di partecipare a questo grande evento che ho accettato con tanta gioia per curiosità nata dal tam-tam televisivo e cartaceo.

SETIMANA 5 (periodo dal 20 luglio al 26 luglio)

Sezione LILT DI REGGIO EMILIA, BOLOGNA

Diario di bordo a cura della LILT di Bologna- dott. Giorgia Buselli e operatori della LILT di Reggio Emilia

Forte calo di affluenza visitatori a Expo a causa del caldo; mantenimento quota media di nostri visitatori : 15/ 20 al giorno; sono stati effettuati 2 workshop nei giorni 22 e 23, il primo, sul disagio psichico, poco riuscito per affluenza, il secondo sugli interventi di comunità negli interventi di promozione della salute, molto ben riuscito e frequentato.

Migliora lo scambio con gli espositori e l'esperienza degli operatori che gestiscono lo stand. A fronte della tenuta del numero di visitatori, nonostante il caldo, si ritiene – dopo un mese di lavoro- che le persone che possono essere intercettate in modo non strutturato dalla LILT, sia di 20/ 30 persone al giorno motivate.

- Fondazione Gruppo San Donato (stand - quasi -di fianco a noi): hanno un progetto, EAT (educazione alimentare teenagers) molto simile al nostro #Teen4Food. Mi hanno già risposto che sono interessati a valutare una collaborazione post Expo. Se qualcuno ha progetti specifici su alimentazione, inoltre, allo stand sono presenti a rotazione delle dietiste: credo possano essere interessati anche a collaborazioni durante Expo. Vale la pena di parlarci, le ragazze sono ben formate e molto gentili.- l'associazione Erika che si occupa di disturbi alimentari sarà presente a settembre, spero di intercettarli in quel periodo. - ESO e ONDA, che operano sempre in ambito oncologico, saranno presenti a ottobre (dal 5/10). Save the children: il loro progetto "pronti, via!" per promuovere attività fisica nei bambini , si attua in diverse città, ma non Bologna: ho quindi lasciato cartellina e riferimenti per una collaborazione post Expo e avviare il progetto anche nella provincia di Bologna. Li contatterò' direttamente dopo le vacanze. Technogym: avevo già lasciato una cartellina prima di sapere da Daniele (LdP) che non sono proprio solerti nel rispondere...infatti mi hanno inserito nella loro mailing list ma null'altro. Vista l'esperienza di Reggio E. soprassiederò'. Peccato perché hanno un punto proprio nella piazzetta di Cascina Triulza. Slow Food: il Padiglione della Biodiversità è interessante per prendere spunti (tradotto: rubare idee). Tengono dei laboratori sullo spreco alimentare ai ragazzi delle superiori: noi ci siamo proposti per un intervento congiunto con una nostra dietista che possa evidenziare le proprietà anti-tumorali degli alimenti che sono presenti nel Padiglione (cereali, legumi, spezie...). Ci siamo anche resi disponibili a "lasciare" una nostra dietista a disposizione nel loro allestimento (in fasce orarie stabilite) per rispondere a eventuali domande dei visitatori. Padiglione Messico: visitandolo abbiamo notato un'attenzione agli alimenti come rimedi per il corpo (il loro materiale è tra l'altro scaricabile quindi se qualcuno lo vuole visionare senza andare al padiglione posso girarlo via mail). Abbiamo proposto di organizzare uno o più incontri (sempre con le nostre dietiste): tutto ancora in fase di definizione. Parlare con la responsabile del padiglione è molto facile, lei poi indirizza alla persona giusta. Non so se è così in tutti i padiglioni, ma tentar non nuoce: soprattutto considerando la scarsa affluenza a Cascina T. poter avere iniziative lungo il decumano puo' essere utile...e divertente. Varie ed eventuali: Per coinvolgere gente a Cascina Triulza noi ci siamo "agganciati" all'iniziativa di Grana Padano che ha due momenti, alle 11.30 e alle 16.30, ogni giorno. Senza interferire con loro si possono intercettare le persone che lasciano la dimostrazione e indirizzarli allo stand LILT. Un'altra modalità, che ci è stata sollecitata da una ragazza del punto informazioni, è lasciare un volantino in ogni info-point in modo che possano essere loro ad indirizzare in Cascina le persone interessate a laboratori, attività con bambini ecc... Sembra che a volte le persone chiedano cosa si puo' fare "di diverso" a Expo e loro sono a corto di risposte: aiutiamole!

Oltre al test del monossido, noi abbiamo sfruttato anche la piramide alimentare facendola "costruire" ai visitatori e poi confrontare con quella corretta. Grazie a LdP per il materiale fornito! Non so se puo' essere utile: se qualche sezione non ha facebook ma vuole girarci le foto della sua esperienza possiamo

Prossimi appuntamenti di rilievo interregionale

8 settembre: seminario del prof. Di Clemente ad Expo. Il programma della giornata sarà inviato nei prossimi giorni. Si prevede di coinvolgere LILT, Università, Società Scientifiche, COOP del territorio. Ogni LILT dovrebbe individuare un esponente di società scientifica, un Referente del Piano regionale della Prevenzione, un universitario, un esponente COOP che si occupa della disposizione dei prodotti da invitare. I biglietti di accesso ad Expo sono richiedibili gratuitamente dalla LILT di Reggio Emilia. Dopo il seminario è prevista una riunione di lavoro riservata ai referenti LILT o loro delegati.

2 ottobre: Giornata Nastro Rosa LILT: si allega in allegato la bozza di programma.

Conclusioni e Bilancio del primo mese di presenza ad Expo:

Il percorso è difficile e non ci è familiare: è molto molto diverso organizzare una conferenza o una festa su un territorio che si conosce e organizzarla ad Expo. Expo è poco familiare a tutti e il terzo settore non è un interlocutore privilegiato, perché ha un mandato prettamente commerciale.

Nonostante ciò, ci sta portando alcuni risultati concreti:

1. La possibilità e l'opportunità di miglioramento nel lavorare insieme in modo non solo dichiarato, ma praticato. Non è facile, ma ci stiamo provando tutti con molta energia.
2. La possibilità di costruire un progetto scientifico da finanziare nel dopo EXPO: la collaborazione fra LILT, SSN e Società scientifiche è finalizzato a ottenere questo obiettivo.
3. La costruzione dal basso di alcuni eventi comuni: 8 settembre e 2 ottobre dovrebbero essere appuntamenti a cui tutti noi contribuiamo attivamente.
4. La visibilità della Rete LILT sui media che dovremo rendere insieme più evidente nei prossimi mesi.

E' un primo report. Vi invitiamo a consultare il sito www.luoghidiprevenzione.it al link lilt ad expo per approfondimenti e materiale fotografico.

Cordialmente.

Ermanno Rondini e Sandra Bosi

SETTIMANA 6 (PERIODO 27 LUGLIO - 02 AGOSTO 2015)

Sezione LILT di REGGIO EMILIA

Diario di bordo a cura degli operatori della LILT di Reggio Emilia e della LILT di Treviso

Questa settimana è stata dedicata, oltre che alla gestione attiva dello stand, al reclutamento di potenziali collaborazioni e successivi inviti al workshop del 26 agosto presso Cascina Triulza e alla giornata del 2 ottobre 2015. Nello specifico, sono stati approcciati “porta a porta” i pavilion managers o i referenti aziendali che partecipano ad EXPO 2015, individuando quelli più forti a livello di numero di visitatori e di immagine. La risposta è stata positiva: tutti quelli approcciati fino ad ora (vedi scheda excel “Indirizzario Contatti EXPO”) a parte uno (Germania) si sono resi disponibili (hanno consegnato la loro business card) a ricevere la mail di invito al workshop del 26 agosto 2015 ed avere più informazioni riguardo la giornata del 2 ottobre 2015.

E' stata infatti creata una tabella online su Google drive dell'account luoghidiprevenzione@gmail.com che elenca tutti i contatti raccolti fino ad ora.

Nel caso di nuovi, inserirli direttamente sullo stesso file- link tabella: <https://docs.google.com/spreadsheets/d/1oWPvPLXJ7qyhJupCiTehC9xa3GnMz3WfDCU-hzShmxQ/edit#gid=0>

Per quanto riguarda l'attività allo stand LILT, c'è stata un'affluenza media di circa 10 – 15 visitatori al giorno e i tests più utilizzati sono stati quelli della misurazione del monossido di carbonio e il test online dell'autovalutazione del cambiamento.

In data 28 luglio 2015, è stato presieduto un workshop da parte della LILT di Treviso introdotto dal Dott. Alessandro Gava (Presidente), proseguito dalla dott.ssa Ornella Calessio e dal Dott. Roberto Latini. L'affluenza è stata relativamente alta: 50 – 60 partecipanti. Ecco a seguire il report a cura del Dott. Latini.

Workshop della LILT di Treviso a EXPO 2015

(28 luglio 2015)

“La cucina salutare nella prevenzione dei tumori” & “L'analisi sensoriale per la percezione della qualità dei cibi che mangiamo”

“Fa che il cibo sia la tua medicina, e la medicina sia il tuo cibo”

(Ippocrate di Samo, 2400 A.C.)

Il workshop organizzato dalla delegazione di Treviso sul tema **“La cucina salutare nella prevenzione dei tumori”** è stato introdotto dalla relazione del dott. Alessandro Gava Presidente della LILT di Treviso il quale ha definito il cibo come il carburante della vita che permette all'individuo di svilupparsi di crescere di mantenere il proprio equilibrio, ma una scorretta alimentazione può anche essere causa di molte malattie e di alcune neoplasie.

L'alimentazione assieme all'abuso di alcol al fumo alla sedentarietà è ritenuta tra i principale fattori causali e voluttuari, cioè fattori sui quali noi possiamo intervenire nelle neoplasie.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità ci ricorda che circa il 30 % delle malattie neoplastiche può essere condotto ad una cattiva alimentazione.

L'invito è quindi stato quello di **Scegliere attentamente la propria alimentazione** infatti secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità circa il 30/40 % degli 11 milioni di persone che ogni anno si ammalano di cancro in tutto il mondo avrebbe potuto evitare la malattia se avesse seguito una alimentazione corretta.

E' stato poi spiegato come opera la LIL nel campo della alimentazione

La LILT ha detto il dott. Gava è impegnata a promuovere corretti stili di vita fin dalla adolescenza proprio per insegnare ai giovani come comportarsi per ridurre l'incidenza dei tumori.

A Treviso si realizzano delle iniziative con interventi nel mondo della scuola proprio per educare i giovani, si organizzano corsi di cucina salutare per insegnare a cucinare in modo corretto, e poi si fanno anche delle consulenze alimentari per le persone che stanno affrontando la dura realtà della malattia neoplastica.

Il secondo intervento è stato tenuto dalla dott.ssa Ornella Calesso

che ha introdotto la sua relazione con una definizione: La LILT è un ente Pubblico vigilato dal Ministero della Salute e lo statuto della LILT sancisce come obiettivo prioritario la prevenzione primaria.

Ha quindi illustrato le attività di prevenzione della LILT di Treviso che riguardano l'alimentazione si che si articolano principalmente in due attività:

attività nelle scuole, attività che è consolidata da diversi anni, dove andiamo a parlare con i ragazzi su quali sarebbero gli alimenti da evitare e gli alimenti da assumere quotidianamente.

Sono stati presentati i corsi di cucina salutare che si articolano in 6 incontri, 3 teorici e 3 pratici. Ha spiegato l'importanza di fare riferimento sempre alle etichette dei cibi che si acquistano e all'importanza di andare al supermercato ed di abituarsi a leggere che cosa contengono gli alimenti.

Il terzo intervento è stato centrato sul tema dell'Analisi sensoriale per la percezione della qualità dei cibi.

La relazione è stata divisa in due momenti, la parte teorica su cos'è l'analisi sensoriale e la parte pratica di esecuzione di un test-laboratorio di percezione sensoriale su alcuni alimenti. E' stato inizialmente spiegato dal dott. Tiziano Casanova di Unindustria Formazione, che l'analisi sensoriale è una tecnica nata negli Stati Uniti, utilizzata in particolare dalle grandi aziende alimentari e che oggi sta prendendo sempre più piede a prescindere dai settori che approccia" un metodo scientifico per risvegliare, misurare, analizzare e interpretare quelle risposte ai prodotti che sono esito della percezione tramite i sensi della vista, dell'olfatto, del tatto, del gusto e dell'udito.

E' stato poi fatta l'illustrazione delle schede per la valutazione dei cibi che sono stati presentati ai partecipanti e la spiegazione dei percettori, un batteria di test percettivi ha poi caratterizzato la parte esperienziale su diversi prodotti alimentari. Le persone, con la loro soggettività, sono state messe al centro del processo come strumento di valutazione di vari stimoli, chimici o fisici che sono stati poi resi oggettivi grazie a metodi analitici illustrati dal dott. Gianni Moretti sempre di Unindustria Formazione Treviso e aderenti a EUROISA Istituto Europeo di Analisi Sensoriale

Alla fine è stato offerto a tutti i 54 partecipanti al convegno un brindisi a base di prosecco e biscotti.

In conclusione è possibile affermare che il riscontro dell'attività di marketing sociale avvenuta questa settimana è stata relativamente favorevole. Ora, è importante inviare le mail d'invito a tutti e fare eventualmente dei rinforzi.