Il Programma "Scegli con gusto e gusta in salute"

Premessa

Gli Istituti Alberghieri sono una risorsa essenziale per la promozione degli stili di vita salutari. Aspetti peculiari e fondamentali di questi istituti sono infatti: imparare a cucinare piatti vari, rispettosi del gusto e adeguati ad un comportamento alimentare corretto, promuovere l'uso di bevande naturali, non zuccherate e non alcoliche; far conoscere il significato del vino senza favorirne l'abuso; diffondere l'idea che il fumo è nocivo ai sensi (riducendo la percezione di gusto e olfatto), spiegare che il movimento facilita respirazione, consumo di calorie e predispone ad adottare comportamenti salutari.
La didattica consente anche l'approfondimento degli elementi di un contesto in cui si sa non solo cosa si cucina o cosa si propone come bevanda, ma anche dove lo si propone, quando e come.
La consapevolezza di mangiare e bere meglio passa attraverso la capacità di comunicare in modo efficace cosa si sta proponendo, la cura per il servizio, l'attenzione ai dettagli.
Queste sono alcune delle considerazioni che ha spinto la Regione Emilia Romagna per il terzo anno consecutivo a promuovere, avvalendosi del coordinamento di Luoghi di Prevenzione, il programma "Scegli con gusto, gusta in salute".

Il programma

Il programma è rivolto a tutti gli istituti Alberghieri interessati al tema della relazione tra benessere psicofisico, consumo di alcol e comportamento alimentare nella formazione dei futuri operatori del settore.

Obiettivi:

- ✓ Inserire nella formazione curriculare degli allievi degli Istituti Alberghieri competenze specifiche sulla relazione fra cibo, consumo di alcol e salute, per migliorare le loro caratteristiche di futuri operatori della ristorazione, a partire dalle scelte alimentari e dagli stili di consumo alcolico da parte dei giovani.
- ✓ Promuovere nella comunità scolastica l'adozione di politiche e prassi riconducibili alle raccomandazioni educative di Scuola che Promuove Salute.

Target:
Il programma coinvolge come destinatari gli studenti del primo e del secondo anno delle scuole secondarie di secondo grado e prevede l'attivazione di gruppi di pari del terzo e quarto anno (per gli istituti professionali, i destinatari saranno gli studenti del primo anno e verranno attivati i pari delle seconde classi).
Per gli Istituti che hanno già partecipato alle scorse edizioni è possibile effettuare un focus sulla relazione tra stile alimentare e Prevenzione tumori attraverso l'adesione ad alcuni momenti formativi effettuati all'interno del progetto CCM 2012 "Servizi di supporto integrato all'ammalato neoplastico e alla sua famiglia".

Metodologia e fasi

1. Costituzione di un gruppo di lavoro d'istituto composto da dirigente, docenti interessati, rappresentanza studenti, referenti Ausl (nutrizionisti e/o esperti alcologi). Compito del gruppo sarà condividere finalità, obiettivi, piano operativo delle azioni, criteri per l'identificazione peer. Periodo: NOVEMBRE 2013
2. Formazione a Luoghi di Prevenzione rivolta a insegnanti e tutor locale Ausl in cui condividere strumenti e metodologie di lavoro (approfondimenti curriculari, laboratori esperienziali, motivazione e formazione peer, ecc). periodo: 10 DICEMBRE 2013. Per le scuole impossibilitate per ragioni logistiche a raggiungere Reggio Emilia è possibile organizzare un momento di formazione in loco con il proprio tutor Ausl.

3. FORMAZIONE DEI PEER. Partecipazione di due/tre studenti peer per Istituto a due giornate seminariali a Luoghi di Prevenzione rivolte a tutti i peer della Regione. Periodo: 14 e 15 GENNAIO).
4. Incontri formativi locali, per ogni Istituto, rivolti ai peer.
5. Attivazione dei percorsi curriculari e laboratoriali su alimentazione e alcol (da gennaio a maggio) alle classi prime e seconde.
6. Giornata finale con menu e presentazione degli obiettivi di salute sostenuti. Periodo: MAGGIO)

Adesione e Finanziamento

L'adesione al progetto va comunicata alla segreteria di LDP entro 8 novembre 2013: segreteria@luoghidiprevenzione.it.

Le scuole partecipanti potranno usufruire di un contributo economico finalizzato allo svolgimento delle azioni del progetto:
- rimborso delle spese di viaggio e vitto a Reggio Emilia per insegnanti e studenti
- contributo economico legato alla partecipazione al progetto (da definire entro la fine dell'anno in base al numero di istituti che aderiranno al programma)

La Regione si impegna a dare ampia visibilità al progetto e agli istituti che vi aderiranno per la loro funzione di educazione culturale in tema di alimentazione.

Referenti regionali:
Marina Fridel, Servizio veterinario e Igiene degli alimenti - MFridel@Regione.Emilia-Romagna.it
Marilena Durante, Servizio Salute Mentale, Dipendenze Patologiche Salute nelle carceri - MDurante@Regione.Emilia-Romagna.it