

## ALLEGATO 1- SCEGLI CON GUSTO

<b>MODIFICAZIONI DEL CONTESTO</b>	<b>TEMPO 0</b> (fotografia dell'istituto prima dell'inizio del progetto)	<b>1° ANNO</b>	<b>2° ANNO</b>	<b>3° ANNO</b>
<b>Inserimento del tema e delle attività di promozione della salute nel PTOF.</b>				
<b>Costituzione di un gruppo di lavoro d'Istituto.</b>				
<b>Approfondimento disciplinare da parte dei docenti in orario curricolare</b>				
<b>Presenza della peer education all'interno dell'istituto.</b>				
Garantire spazi idonei e adeguatamente attrezzati per l'attività fisica, ove possibile anche all'aperto e assicurarne il rispetto.				
Coinvolgimento della famiglia e della comunità locale nella promozione di stili di vita sani nella scuola e nel territorio.				
L'Istituto adotta accordi con le agenzie deputate alla fornitura dei cibi utilizzando la Piramide Alimentare come criterio di orientamento nella scelta.				
Gli spazi di ristorazione interna promuovono scelte di cibi e bevande salutari (per esempio attraverso cartelli, poster, prezzo e criteri di posizionamento dei prodotti).				
Laboratori didattici di sala e cucina dedicati almeno una volta alla settimana alla degustazione di cibi e bevande per il benessere psicofisico.				
Favorire la sinergia con gli enti competenti per la realizzazione di percorsi pedonali e ciclabili agevoli per l'accesso alla scuola.				
Concedere la possibilità di attuare interventi di personalizzazione degli ambienti da parte di allievi, docenti, genitori.				

## ALLEGATO 1- SCEGLI CON GUSTO

---

Esplicitare l'attenzione al risparmio energetico e alla raccolta differenziata dei rifiuti in modo organizzato.				
In merito ai consumi alimentari nei contesti extrascolastici l'Istituto adotta raccomandazioni per favorire un uso salutare e consapevole del cibo e disincentivare il consumo di bevande alcoliche nei viaggi di istruzione e nelle uscite scolastiche.				
La scuola concorda con i gestori dei bar interni all'Istituto strategie per aumentare il consumo di cibi salutare piuttosto che di prodotti ipercalorici. Per esempio: i gestori dei bar sono in grado di preparare pasti bilanciati dal punto di vista nutrizionale e offrono la possibilità di consumare verdura e frutta fresca a tutti i consumatori favorendone l'accesso,				
Divieto di somministrazione di bevande alcoliche nelle mense scolastiche, ove presenti.				
Modifica dell'offerta di cibi e bevande nei distributori automatici degli alimenti e nei punti ristoro della scuola, favorendo il consumo di frutta e verdura e stipulando accordi per una riduzione dei prezzi degli alimenti salutare e un aumento del costo dei prodotti ipercalorici con le ditte fornitrici.				
Limitare l'uso degli ascensori solo alle situazioni di necessità.				
Promuovere e agevolare l'accesso a strutture favorevoli l'attività fisica sul territorio (es: palestre etiche).				
L'Istituto vieta, anche durante le esercitazioni di sala bar, la somministrazione di bevande alcoliche agli allievi minorenni che prevedono la preparazione di cocktail a contenuto alcolico.				
Si suggerisce di non prevedere durante le prove pratiche di superamento degli esami ordinari la preparazione di cocktail alcolici				

## ALLEGATO 1- SCEGLI CON GUSTO

---

<p>Attraverso l'adozione del programma "Scegli con gusto, gusta in salute", l'istituto ha attivato una collaborazione con l'Azienda Sanitaria Locale per la realizzazione di percorsi laboratoriali di educazione alimentare rivolti all'ammalato neoplastico e ai suoi familiari.</p>				
<p>Gli studenti coinvolti in attività di educazione fra pari sono di supporto alle altre scuole del territorio per l'organizzazione di laboratori di presentazione e diffusione di cocktail analcolici e spuntini salutari.</p>				
<p>In collaborazione con i Bar del territorio la Scuola promuove iniziative di diffusione di cocktails e bevande analcoliche naturali. Ogni cocktail a contenuto alcolico prevede una versione analcolica alternativa. I cocktail analcolici non prevedono l'integrazione con zuccheri aggiuntivi.</p>				
.....				
.....				
.....				
.....				