

CORSO DI FORMAZIONE - *DIAITA: Vivere bene mangiando meglio, parte seconda.*

Descrizione: Sono numerose le evidenze che testimoniano la necessità di un intervento diretto a prevenire e migliorare il quadro di salute. La diffusione e il continuo aumento di sovrappeso e obesità è particolarmente preoccupante se si pensa alle implicazioni socio sanitarie correlate allo sviluppo di patologie cronico degenerative legate a questi stati clinici. Discende da queste osservazioni la necessità di promuovere una “Cultura e consapevolezza alimentare” attraverso un approccio sistemico che coinvolga la scuola Italiana di ogni ordine e grado come protagonista.

La scuola, infatti, ha integrato negli anni la responsabilità della educazione alimentare degli adolescenti prima delegata alle famiglie. È, quindi, imprescindibile sostanziare una partecipazione e un coinvolgimento attivo della scuola, insegnanti ed alunni e delle famiglie, anche per far riacquistare alle stesse la consapevolezza dell'importanza della giusta e corretta alimentazione.

L'obiettivo del corso è prioritariamente rendere percettibili ai discenti, gli insegnanti, concetti tecnici enfatizzando l'aspetto educativo comportamentale, motivazionale e la piena consapevolezza dell'importanza della corretta alimentazione, così da poterli trasmettere agli alunni.

Il corso è l'ideale prosecuzione dell'omonimo corso di formazione tenuto presso il Nostro istituto durante lo scorso anno scolastico, ma la partecipazione alla prima parte non costituisce condizione necessaria per l'adesione a questa seconda parte, il cui accesso è libero.

Destinatari: insegnanti della scuola primaria e secondaria dell'ambito Cn4 (Pie20).

Durata corso: 8 ore

Calendario e argomenti: il corso sarà articolato in tre incontri:

- **Giovedì 29/11/2018, ore 15-17:** Diaita: Tra miti e realtà. Un approccio sistematico alla nutrizione.
- **Giovedì 24/01/2019, ore 15-18:** Cibo: dalle macromolecole ai quanti energetici.
- **Giovedì 21/03/2019, ore 15-18:** Cibo: dalle sensazioni fisiche alle emozioni.

Luogo: Aula Polivalente dell'Istituto Magistrale Statale "Leonardo da Vinci" – piazza San Francesco,1 - Alba

Relatore: Dott.ssa Annalisa Ghiglia, Biologa & Nutrizionista, PhD in Medicina Molecolare, Specializzata in Patologia Clinica, Master in Nutrizione Clinica, Borsista AMD, Master Personal Trainer CSEN.

Iscrizioni: Per le iscrizioni al corso compilare il modulo al seguente link (è necessario un account Gmail):

<https://docs.google.com/forms/d/19IUbxXEKIHmsf3VDIIme9TL8rCTSzjb4Xm4cFlvB8Xz4/e/dit>

Le adesioni sono fino a un massimo di 90 docenti; in caso di superamento la priorità è data in base all'ordine di iscrizione.

Per ulteriori informazioni (o problemi con l'iscrizione al corso) contattare la segreteria della scuola cnpm04000x@istruzione.it o la referente della Formazione docenti silvia.roggero@gmail.com.

Scadenza per le iscrizioni: martedì 27 novembre. (Il corso **non** è a pagamento)