



## Scheda di presentazione progetto del Piano Operativo Giovani (POG)

### 1. Codice Progetto

BBCF\_6\_2018

### 2. Titolo del progetto

DAL CIBO ALLA SALUTE: NICE TO MEET YOU

### 3. Riferimenti del compilatore

Nome	Ilaria
Cognome	Paoli
Recapito telefonico	3409451389
Recapito e-mail	paoli.ilaria@libero.it
Funzione	responsabile progetto, membro a.p.s Civeyoung

### 4. Soggetto proponente

#### 4.1 A quale tipologia di ente appartiene il soggetto proponente il progetto?

Comune

Associazione (specificare tipologia) a.p.s

Comitato/gruppo organizzato locale

Gruppo informale

Cooperativa

Oratorio/Parrocchia

Comunità di Valle/Consorzio di Comuni

Istituto scolastico

Pro Loco

Altro (specificare)



## 5. Soggetto responsabile

### 5.1 A quale tipologia di ente appartiene il soggetto responsabile del progetto?

Comune

**Associazione (specificare tipologia) a.p.s**

Comitato/gruppo organizzato locale

Cooperativa

Oratorio/Parrocchia

Comunità di Valle/Consorzio di Comuni

Istituto scolastico

Pro Loco

Altro (specificare)

### 5.2 Specificare la denominazione o la ragione sociale del soggetto responsabile

A.p.s Civeyoung

### 5.3 Specificare in quale Comune ha sede il soggetto responsabile

Comune di Civezzano

## 6. Collaborazioni

### 6.1 il soggetto responsabile prevede di collaborare attivamente con altri enti per questo progetto, anche in modo informale?

**SI**

**NO**



## 6.2 Se sì, con quale tipologia di soggetti?

Comune

Associazione (specificare tipologia)

Comitato/gruppo organizzato locale

Gruppo informale

Cooperativa

Oratorio/Parrocchia

Comunità di Valle/Consorzio di Comuni

Istituto scolastico

Pro Loco

**X Altro (specificare) esperti di nutrizione dell'APSS, liberi professionisti, cuochi/esperti in cucina salutare**

## 7. Durata del progetto

### 7.1 Qual è la durata del progetto?

**X Annuale**

Pluriennale

### 7.2 Quanto tempo è stato richiesto per la progettazione e quanto si prevede sarà necessario per attuare le fasi successive? Riportate di seguito:

Progettazione	Data di inizio 01/12/2017	Data di fine 31/03/2018
Organizzazione delle attività	Data di inizio 01/05/2018	Data di fine 30/09/2018
Realizzazione	Data di inizio 01/10/2018	Data di fine 30/11/2018
Valutazione	Data di inizio 01/11/2018	Data di fine 31/03/2018

## 8. Luogo di svolgimento

### 8.1 Dove si svolge il progetto?

Comune di Civezzano

**9 Ambiti di attività****9.1 In quale dei seguenti ambiti di attività ricade il progetto?**

La formazione e la sensibilizzazione verso amministratori, genitori, animatori di realtà che interessano il mondo giovanile, operatori economici ed altri, al fine di accrescere i livelli di responsabilizzazione delle categorie di cui sopra verso i giovani cittadini, in qualità di figli ed utenti di servizi culturali, ricreativi o di altre attività

La sensibilizzazione alla partecipazione/appartenenza al proprio territorio ed all'assunzione di responsabilità sociale da parte dei giovani, anche prevedendo momenti formativi residenziali strutturati sul modello dei campus

Attività di informazione, di indirizzo e di orientamento finalizzata a facilitare l'accesso alle opportunità offerte ai giovani ed a fornire prime risposte a richieste che i giovani o le loro famiglie manifestano anche in maniera individuale nei vari ambiti esistenziali: scuola, lavoro, socialità

L'apertura ed il confronto con realtà giovanili nazionali ed europee attraverso scambi o iniziative, basati su progettualità reciproche

**X Laboratori che vedano protagonisti i giovani nel campo dell'arte, della creatività, della manualità e della riflessione sulle grandi questioni del nostro tempo**

**X Progetti che vedano il mondo giovanile protagonista nelle fasi di ideazione, gestione e realizzazione**

Percorsi formativi finalizzati all'apprendimento di competenze di cittadinanza attiva, con particolare attenzione all'ambito delle tecnologie digitali

Dispositivi e interventi atti a promuovere il processo di transizione all'età adulta e l'autonomia dei giovani dal lavoro alla casa, dall'affettività alla consapevolezza della propria identità sociale

**10. Area tematica****10.1 In quale area tematica o macro settore di intervento si inserisce il progetto?**

Cittadinanza attiva e volontariato

Arte, cultura e creatività

Musica e danza

Teatro, cinema e fotografia

Tecnologia e innovazione

Educazione e comunità

**X Sport, salute e benessere**

Economia, ambiente e sostenibilità

Conoscere e confrontarsi con il mondo

Altro (specificare)



**11. Obiettivi generali:**

**11.1 Quali sono gli obiettivi generali che il progetto si propone di raggiungere?**

*Obiettivi legati ai giovani*

Promuovere l'ascolto come strumento di analisi dei bisogni

Promuovere la conoscenza e/o la valorizzazione dell'identità locale e del territorio

Favorire e sostenere il protagonismo e la partecipazione attiva

**X Sostenere la trasmissione di competenze di ideazione, progettazione e organizzazione di attività**

**X Sostenere la formazione e/o l'educazione**

Promuovere l'interculturalità e la multiculturalità

Sostenere l'orientamento scolastico o professionale

Sostenere la transizione all'età adulta

Altro (specificare)

*Obiettivi legati agli adulti e alla comunità in generale*

**X Favorire il dialogo inter-generazionale**

Favorire la responsabilizzazione e la sensibilizzazione degli adulti verso i problemi e le necessità dei giovani

Supportare la genitorialità

Promuovere sinergie tra gli attori istituzionali del territorio (comune, scuole, etc.)

Promuovere sinergie tra gli attori non istituzionali del territorio (famiglie, associazioni, gruppi, etc.)

Altro (specificare)

**12. Obiettivi specifici**

**12.1 Quali sono gli obiettivi specifici (rispetto a quelli generali definiti nel punto 11) che il progetto si propone di raggiungere?**

1 acquisizione di conoscenze teoriche riguardo la natura e le caratteristiche dei prodotti che quotidianamente mettiamo in tavola e riguardo la composizione chimica degli alimenti, quindi macronutrienti: dove si possono trovare e in che percentuale è corretto assumerli al fine di seguire una dieta che sia equilibrata;

2 acquisizione di un punto di vista critico che favorisca l'interpretazione e la discriminazione delle informazioni che riguardano la tematica della correlazione tra cibo e salute;

3 favorire la concretizzazione e applicazione dei concetti sopra citati;

4 sensibilizzare i ragazzi e la comunità in generale alla solidarietà;

5 trasmettere competenze di progettazione e ideazione durante l'organizzazione di una cena di beneficenza;

**13. Tipo di attività****13.1 Quali sono le attività principali che si prevede di realizzare con il progetto?** Corsi/interventi di formazione/laboratori/insegnamento di discipline - TEORIA Corsi/interventi di formazione/laboratori/insegnamento di discipline - PRATICA

Dibattiti/incontri di discussione e confronto (su attualità, cultura...)

 Eventi (convegni, concerti, ecc)

Visite a istituzioni / confronti - gemellaggi - scambi / campus

Animazione

Redazione giornalistica/Rivista

Diffusione / promozione informazioni sui giovani

Altro (specificare)

**14. Descrizione del progetto****14.1 Descrivere brevemente il contesto e i bisogni affrontati**

L'alimentazione è un tema sempre più al centro dell'interesse comune, basti pensare al numero sempre crescente di programmi dedicati alla cucina, post sui social network, e "nutrizionisti" improvvisati in rete. Questo progetto è improntato dunque a fare un po' di chiarezza e sensibilizzare su alcuni aspetti strettamente legati al cibo e alla sua influenza sul nostro corpo, la nostra salute e benessere. Pensiamo inoltre che sia importante coinvolgere i ragazzi in questo tipo di progetto e quindi costruirlo avendo in mente loro come destinatari, in quanto soggetti maggiormente esposti e vulnerabili sia a ricevere e ricercare informazioni sul web, ma anche e soprattutto a patologie importanti e strettamente legate all'alimentazione.

Pensiamo che questo progetto risponda in particolare al bisogno di informazione e conoscenza dei ragazzi rispetto a questo tema che, nonostante sia riconosciuto a livello di sanità mondiale come importante ed in stretta correlazione a moltissime patologie croniche, rimane a molti poco conosciuto o comunque, sottoposto a false credenze. Nella nostra stessa associazione infatti, abbiamo potuto cogliere questa carenza di informazioni rispetto alla salute con particolare riferimento al mondo della cucina e del cibo. Ma allo stesso tempo, nonostante sia argomento poco conosciuto, abbiamo colto essere un argomento in grado di catturare l'attenzione dei ragazzi, suscitare voglia di capire e conoscere.



#### 14.2 Descrivere brevemente le attività da realizzare.

Le attività da realizzare comprendono una fase di progettazione, iniziata con l'analisi dei bisogni e del contesto e che prevediamo concludersi ad aprile, con il contatto ed il coinvolgimento degli esperti.

Vi sarà poi una fase organizzativa nella quale concretizzeremo il progetto strutturando in maniera dettagliata le serate teoriche e la giornata "pratica" per quanto concerne gli argomenti che verranno trattati, i tempi ed i luoghi, tenendo conto anche delle indicazioni e gli orientamenti che verranno suggeriti dagli esperti.

La fase centrale di realizzazione del progetto occuperà il periodo autunnale e la nostra proposta sarà un corso che coinvolgerà fino ad un massimo di 30 persone (quota iscrizione 10 euro a partecipante).

In particolare abbiamo previsto tre/quattro incontri teorici ed un pomeriggio/sera di attività manuali ed organizzative. Nello specifico abbiamo pensato ad una prima serata nella quale attraverso modalità di lezione prevalentemente frontale e condotta da un esperto (dietologo/nutrizionista), verranno trattati alcuni temi inerenti il cibo ed in particolare: caratteristiche delle materie prime, caratteristiche dei prodotti lavorati e lettura critica delle etichette, chiarimento e spiegazione delle caratteristiche di alcuni prodotti che sono contornati da concetti errati a causa di poca conoscenza oppure sbagliata informazione.

La seconda serata sarà invece condotta da un medico dietologo/da una dietista e verrà analizzato il cibo dal punto di vista della sua composizione chimica, quindi in macronutrienti (carboidrati, lipidi, proteine). Verrà esplicitato il significato di questi, il bisogno che il nostro corpo ha di assumerli tutti ed in quantità specifiche per funzionare al meglio.

Il terzo (ed eventuale quarto) ed ultimo incontro teorico sarà incentrato maggiormente su proposte di colazioni/pranzi/cene basate sui principi affrontati nelle precedenti lezioni e che cerchiamo di avvicinare il cibo sano ai gusti dei ragazzi.

In termini di spesa si prevede 4 ore a sera per formatore con compenso orario forfait 60 euro, e 8 ore di accompagnamento da parte di un professionista nel preparare la cena finale (compenso orario 60 euro forfait).

Sarà quindi la cena finale il momento conclusivo del progetto, qui verrà presentata alla popolazione un menù interamente pensato e cucinato dai ragazzi sotto la guida di un cuoco formato in ambito di alimentazione correlata alla salute.

Il ricavato della cena finale verrà devoluto in beneficenza ad un'associazione che verrà individuata nel corso della fase organizzativa del progetto. Per la valutazione del raggiungimento della maggior parte degli obiettivi prefissati si potrà considerare la qualità di progettazione della cena finale che, per essere realizzata, presuppone che i ragazzi abbiano interiorizzato e collegato i concetti teorici affrontati durante gli incontri.

Abbiamo pensato di costituire un questionario che possa guidare e allo stesso permettere un'autovalutazione dei ragazzi.

Un'ulteriore valutazione sarà effettuata sul gradimento dei partecipanti alla cena, non tanto sulla bontà di preparazione del cibo vista dal lato soggettivo, ma piuttosto da un punto di vista oggettivo di composizione del menu e dei singoli elementi.

#### 14.3 Descrivere brevemente i risultati attesi

Il risultato principale che vogliamo ottenere con questo progetto è quello di creare consapevolezza rispetto al grande ambito di salute e correlazione con il cibo, in modo che i ragazzi possano discriminare fra le notizie e le informazioni a cui sono sottoposti e quindi avere gli strumenti per orientarsi.

Quindi speriamo di riuscire a passare alcuni concetti teorici basilari che siano poi spendibili nella quotidianità e traducibili sul piano maggiormente "pratico".

Ci aspettiamo inoltre che la cena finale rappresenti un momento di confronto dei ragazzi con la comunità e che possa suscitare interesse verso la "cucina salutare" e passare il messaggio e la dimostrazione che sano può significare allo stesso tempo buono.

#### 14.4 Abstract

L'alimentazione è un tema sempre più al centro dell'interesse comune, basti pensare al numero sempre crescente di programmi dedicati alla cucina, post sui social network, e "nutrizionisti" improvvisati in rete. Questo progetto è improntato dunque a fare un po' di chiarezza e sensibilizzare su alcuni aspetti strettamente legati al cibo e alla sua influenza sul nostro corpo, la nostra salute e benessere. I ragazzi sono al centro di questo progetto in quanto soggetti maggiormente esposti.



**15. Target**

**15.1 Chi e quanti sono gli "organizzatori" del progetto?**

Con "organizzatori" si intendono tutti coloro che verranno coinvolti nelle fasi di organizzazione: sono quindi coloro che partecipano a ideazione, progettazione e realizzazione del progetto e che quindi acquisiranno competenze organizzative e svolgono un ruolo da protagonisti.

Pre-adolescenti 11-14 anni (scuola secondaria di primo grado/ex scuola media)

Adolescenti 15-19 anni

**Giovani 20-24 anni**

**Giovani 25-29 anni**

Genitori con figli di età compresa tra gli 11 e i 29 anni

Altri adulti significativi (amministratori, animatori di realtà che interessano il mondo giovanile, operatori economici ed altri)

Altro (specificare)

**Numero organizzatori 7**

**15.2 Chi e quanti sono i "partecipanti attivi" del progetto?**

Con "partecipanti attivi" si intendono tutti quelli che acquisiranno competenze prendendo parte al progetto

Pre-adolescenti 11-14 anni (scuola secondaria di primo grado/ex scuola media)

**Adolescenti 15-19 anni**

**Giovani 20-24 anni**

**Giovani 25-29 anni**

**Genitori con figli di età compresa tra gli 11 e i 29 anni**

Altri adulti significativi (amministratori, animatori di realtà che interessano il mondo giovanile, operatori economici ed altri)

Altro (specificare)

**Numero partecipanti attivi max 30**





**15.3 Chi e quanti sono i "fruitori" (pubblico / spettatori) del progetto?**

Con "fruitori" si intendono tutti coloro che assisteranno ad un evento, una serata, una manifestazione, aperti al pubblico

**Tutta la cittadinanza**

Pre-adolescenti 11-14 anni (scuola secondaria di primo grado/ex scuola media)

Adolescenti 15-19 anni

Giovani 20-24 anni

Giovani 25-29 anni

Genitori con figli di età compresa tra gli 11 e i 29 anni

Altri adulti significativi (amministratori, animatori di realtà che interessano il mondo giovanile, operatori economici ed altri)

Altro (specificare)

**Numero fruitori max 50**

**16. Promozione e comunicazione del progetto**

**16.1 Indicare le modalità tramite cui si prevede di diffondere le informazioni e le comunicazioni inerenti al progetto**

Nessuna comunicazione prevista

Articoli su quotidiani, riviste, bollettini

Bacheche pubbliche

**Cartelloni/manifesti/locandine/volantini**

Eventi pubblici (conferenza stampa, serate ecc..)

Lettere cartacee

**Passaparola**

**Strumenti informatici (E-mail, newsletter, Social Network, Blog..)**

**Telefonate / SMS**

Altro (specificare)

**17. Valutazione**

**17.1 Sono previsti strumenti di valutazione?**

**SI**

**NO**



17.2 Se sì, quali?
1 questionario di autovalutazione che verrà proposto ai ragazzi (al termine dell'ideazione della cena finale e con lo scopo di capire se le scelte sono corrette e rispettose dei principi spiegati durante gli incontri teorici)
2 questionario di valutazione posto ai fruitori della cena rispetto alla percezione di salubrità messa a confronto con la bontà del pasto consumato.
3
4
5

18. Piano finanziario del progetto	
18.1 Spese previste	
Voce di spesa	importo
1. Affitto sale, spazi, locali	€ 300,00
2. Noleggio materiali e attrezzature (specificare)	€ 0,00
3. Acquisto materiali specifici usurabili (specificare) ingredienti per la cena finale	€ 1000,00
4. Compensi n.ore previsto 4 tariffa oraria 60 forfait 240	€ 240,00
4. Compensi n.ore previsto 4 tariffa oraria 60 forfait 240	€ 240,00
4. Compensi n.ore previsto 4 tariffa oraria 60 forfait 240	€ 240,00
4. Compensi n.ore previsto 4 tariffa oraria 60 forfait 240	€ 240,00
4. Compensi n.ore previsto 8 tariffa oraria 60 forfait 480	€ 480,00
5. Pubblicità/promozione	€ 50,00
6. Viaggi e spostamenti	€
7. Vitto e alloggio per i partecipanti ai progetti	€
8. Tasse / SIAE	€
9. Rimborsi spese (specificare)	€
10. Assicurazione	€ 400,00
11. Altro 1 (specificare)	€
12. Altro 2 (specificare)	€
13. Altro 3 (specificare)	€
14. Altro 4 (specificare)	€
15. Valorizzazione attività di volontariato	€

**Totale A: € 3190,00**



<b>18.2 Incassi ed Entrate esterne al territorio previste</b>	
Voce di entrata	importo
1. Finanziamenti di Enti pubblici esterni al territorio di riferimento del PGZ (specificare quali)	€
2. Finanziamenti di soggetti privati esterni al territorio di riferimento del PGZ (specificare quali)	€
3. Incassi da iscrizione	€ 300,00
4. Incassi di vendita	€ 0,00

**Totale B: € 300,00**

<b>DISAVANZO (Totale A – Totale B)</b>	<b>€ 2890,00</b>
--	------------------

<b>18.3 Entrate previste provenienti dal contesto del PGZ</b>	
Voce di entrata	importo
1. Finanziamenti di enti pubblici del territorio di riferimento del PGZ membri del Tavolo (specificare quali) Comuni aderenti al PGZ	€ 867,00
2. Finanziamenti di enti pubblici del territorio di riferimento del PGZ non membri del Tavolo (specificare quali)	€
3. Finanziamenti di soggetti privati del territorio (specificare quali)	€ 0,00
4. Autofinanziamento	€ 578,00
5. Altro (specificare)	€ 0,00
6. Altro (specificare)	€

**Totale: € 1445,00**

Disavanzo	Finanziamenti di Enti pubblici membri del Tavolo	Entrate diverse	Contributo PAT
€ 2890,00	€ 867,00	€ 578,00	€ 1445,00
percentuale sul disavanzo	30 %	20 %	50 %