



Scheda di presentazione progetto del Piano Operativo Giovani (POG)

1. Codice Progetto

LVS_2_2016

2. Titolo del progetto

Sto bene se MI ALLENO ALLA SALUTE: CIBO SANO E SPORT

3. Riferimenti del compilatore

Nome	Tiziana Monegatti e Antonia Fait
Cognome	Monegatti e Fait
Recapito telefonico	3272446228-3405595200
Recapito e-mail	tiziana.monegatti@scuole.provincia.tn.it antonia.fait@scuole.provincia.tn.it
Funzione	Referenti del progetto

4. Soggetto proponente

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

Comune
Associazione (specificare tipologia)
Comitato/gruppo organizzato locale
Gruppo informale
Cooperativa
Oratorio/Parrocchia
Comunità di Valle/Consorzio di Comuni
<input checked="" type="checkbox"/> 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)

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

Istituto formazione professionale alberghiero, sede di Levico Terme

5.3 Specificare in quale Comune ha sede il soggetto responsabile

Levico Terme

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?
<input checked="" type="checkbox"/> Comune
<input checked="" type="checkbox"/> Associazione (specificare tipologia) Sono state contattate tutte le società sportive presenti nel territorio. Ad oggi U.S.Levico, U.S. sci club Levico e la società rarinantes-nuoto hanno risposto, accettando la collaborazione alla nostra iniziativa. Si pensa di coinvolgere anche le altre
<input type="checkbox"/> Comitato/gruppo organizzato locale
<input type="checkbox"/> Gruppo informale
<input type="checkbox"/> Cooperativa
<input type="checkbox"/> Oratorio/Parrocchia
<input type="checkbox"/> Comunità di Valle/Consorzio di Comuni
<input type="checkbox"/> Istituto scolastico
<input type="checkbox"/> Pro Loco
<input checked="" type="checkbox"/> Altro (specificare) S.A.T. di Levico Terme e Caldonazzo

7. Durata del progetto
7.1 Qual è la durata del progetto?

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 02/11/2015	Data di fine 13/11/2015
Organizzazione delle attività	Data di inizio 13/11/2015	Data di fine 31/05/2016
Realizzazione	Data di inizio 01/04/2016	Data di fine 30/10/2016
Valutazione	Data di inizio 01/11/2016	Data di fine 31/12/2016

8. Luogo di svolgimento
8.1 Dove si svolge il progetto?

Comuni di Levico, Caldonazzo, Calceranica e Tenna



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

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

Favorire il dialogo inter-generazionale

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

X Supportare la genitorialità

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

X 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 Sensibilizzare e promuovere un corretto stile alimentare

2 Sensibilizzare e promuovere la pratica quotidiana di attività fisica.

3

4

5

**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**

Siamo partiti dall'analisi del nome del progetto proposto "Io sto bene se...". Questa frase è stata scritta sulla lavagna e proposta ai ragazzi dell'Istituto. I ragazzi hanno scritto, espresso le loro idee...Analizzando le risposte dei ragazzi sono emerse due parole - chiave: cibo e bisogno di stare all'aria aperta.

Partendo da ciò che i ragazzi avevano espresso abbiamo pensato di elaborare un progetto basato su educazione alimentare e sport.

Educazione alimentare perché spesso i ragazzi si abbuffano in modo scorretto e di continuo. Sport perché spesso per pigrizia si rimane in casa o non si conosce l'offerta del territorio.

14.2 Descrivere brevemente le attività da realizzare.



Il progetto prevede l'elaborazione, coinvolgendo gli insegnanti ed i ragazzi, di un ricettario di cucina salutistica.

Si prevedono 4 incontri sul territorio (Levico Terme, Calceranica, Caldonazzo e Tenna) in cui verranno affrontati i seguenti temi:

La Colazione, Il Pranzo, Gli Spuntini, La Cena

Agli incontri verranno invitate anche alcune associazioni sportive del territorio, in veste di promotori della loro attività.

Si prevede un evento finale che consiste in un percorso all'interno del Parco di Levico che riassume attraverso piccoli stand i punti salienti del nostro progetto. All'iniziativa potranno partecipare le scuole del territorio. Saranno coinvolte le associazioni sportive. Si precisa che il medico nutrizionista non lavora a scuola e ha partita iva.

La scuola ha una quota di 150 euro di autofinanziamento.

Si prevedono 4 incontri sul territorio (Levico Terme, Calceranica, Caldonazzo e Tenna) in cui verranno affrontati i seguenti temi:

La Colazione

Il Pranzo

Gli Spuntini

La Cena

Gli incontri si svolgeranno nel mese di maggio.

Il tema principale dell'incontro sarà educare ad una sana alimentazione, in particolare saranno presentate le linee guida per una sana alimentazione, la dieta equilibrata e la piramide alimentare rivisitata. Ciò sarà illustrato dall'esperta nutrizionista dott.ssa Serena Pastorello. In ciascun incontro verrà poi sviluppato il tema della serata (Colazione, Pranzo, Spuntini e Cena), con il coinvolgimento degli insegnanti di gastronomia/pasticceria e dei ragazzi che avranno realizzato alcuni piatti del ricettario.

Agli incontri verranno invitate anche alcune associazioni sportive del territorio, in veste di promotori della loro attività. Sarà un'occasione per presentare la loro associazione e le loro attività.

Si presuppone che gli incontri abbiano una durata di 2/3 ore. Preferibilmente gli incontri saranno effettuati in orario serale.

Ricettario di cucina salutistica

Il ricettario sarà creato grazie alla collaborazione dei docenti di scienze, dei docenti di gastronomia/pasticceria e dei loro allievi.

I docenti di scienze con i ragazzi delle classi seconde cureranno la prima parte del ricettario relativo all'educazione alimentare, ai gruppi alimentari primari, alla piramide alimentare rivisitata.

La seconda parte del ricettario consiste nella raccolta di ricette proposte e suggerite da alcuni docenti di gastronomia/pasticceria e da alcuni allievi. Alcune ricette saranno provate dalle classi prime e seconde nella realizzazione di un menu salutistico e bilanciato.

Il ricettario verrà stampato in 700/800 copie in opuscoli f.to 21x21 composti da 60 facciate stampa a 2 colori su carta patinata, confezionati a broccura cucita. La stampa è prevista per maggio.

Il ricettario verrà offerto in occasione degli incontri sul territorio e dell'evento finale. Si pensava di regalarlo come premio a chi riuscirà a terminare il percorso con successo (realizzazione di un punteggio stabilito).

Cartellonistica/ cancelleria

Le lezioni di scienze relative all'educazione alimentare nelle classi seconde saranno arricchite con la creazione di cartelloni in formato digitale riassuntivi dei punti salienti delle lezioni. Questi verranno poi stampati ed usati in occasione dell'evento finale. I cartelloni sono creati dai ragazzi.

Evento finale

Si prevede un evento finale che consiste in un percorso all'interno del Parco di Levico che riassume attraverso piccoli stand i punti salienti del nostro progetto. All'iniziativa potranno partecipare le scuole del territorio (Istituto M. Curié, Centro Opera Armida Barelli).

Il percorso si articolerà tra stand curati dagli allievi della scuola ed illustrativi di argomenti e temi relativi all'educazione alimentare e stand delle associazioni sportive coinvolte. Ogni stand proporrà delle prove alle quali i partecipanti dovranno sottoporsi, se verranno superate riceveranno un timbro. Al termine del percorso, se si hanno realizzato un certo numero di timbri si avrà diritto a ricevere il ricettario, altrimenti si riceverà un premio di consolazione.

Merende a base di frutta

A corollario del progetto si è proposto alla Cooperativa scolastica Rainbow, che si occupa della distribuzione delle merende a scuola di vendere frutta una o due volte la settimana. L'iniziativa dovrebbe partire da metà marzo.

Nominativi di chi percepirà il compenso

Dott.ssa Pastorello Serena, esperta nutrizionista, titolare di uno studio proprio



14.3 Descrivere brevemente i risultati attesi

I risultati attesi sono:

- Conoscenza dei principi di educazione alimentare
- Realizzazione di ricette e menu salutistici
- Realizzazione di ricette e menu salutistici in ambito familiare
- Conoscenza dell'offerta di attività sportiva sul territorio dei quattro Comuni

14.4 Abstract

Il progetto si basa sulla promozione dell' educazione alimentare e dell'attività sportiva nei ragazzi, realizzando un ricettario di cucina salutistica, quattro incontri formativi sul territorio ed un evento conclusivo che riassume i punti salienti del progetto, coinvolgendo le associazioni sportive del territorio.

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)

X 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

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

Altro (specificare)

Numero organizzatori 80



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)
X Adolescenti 15-19 anni
Giovani 20-24 anni
Giovani 25-29 anni
X Genitori con figli di età compresa tra gli 11 e i 29 anni
X Altri adulti significativi (amministratori, animatori di realtà che interessano il mondo giovanile, operatori economici ed altri)
Altro (specificare)
Numero partecipanti attivi 200

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
X 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 500



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 - attraverso il numero partecipanti agli eventi

2 - attraverso i nuovi iscritti alle associazioni sportive del territorio

3 - adozione di nuove abitudini alimentari tra gli studenti

4

5



18. Piano finanziario del progetto	
18.1 Spese previste	
Voce di spesa	importo
1. Affitto sale, spazi, locali	€
2. Noleggio materiali e attrezzature (specificare)	€
3. Acquisto materiali specifici usurabili (specificare) cancelleria	€ 500,00
4. Compensi n.ore previsto 8 tariffa oraria 45 forfait	€ 360,00
4. Compensi n.ore previsto tariffa oraria forfait	€
4. Compensi n.ore previsto tariffa oraria forfait	€
4. Compensi n.ore previsto tariffa oraria forfait	€
4. Compensi n.ore previsto tariffa oraria forfait	€
5. Pubblicità/promozione	€ 300,00
6. Viaggi e spostamenti	€
7. Vitto e alloggio per i partecipanti ai progetti	€
8. Tasse / SIAE	€
9. Rimborsi spese (specificare)	€
10. Assicurazione	€
11. Altro 1 (specificare) alimenti per dimostrazione menu o assaggi	€ 800,00
12. Altro 2 (specificare) Ricettario di cucina salutistica	€ 2000,00
13. Altro 3 (specificare) gadget evento finale	€ 500,00
14. Altro 4 (specificare)	€ 0,00
15. Valorizzazione attività di volontariato	€

Totale A: € 4460,00



18.2 Incassi ed Entrate esterne al territorio previste	
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	€
4. Incassi di vendita	€

Totale B: € 0,00

DISAVANZO (Totale A – Totale B)	€ 4460,00
--	-----------

18.3 Entrate previste provenienti dal contesto del PGZ	
Voce di entrata	importo
1. Finanziamenti di enti pubblici del territorio di riferimento del PGZ membri del Tavolo (specificare quali) BIM comuni Comunità	€ 1830,00
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) Casse Rurali	€ 250,00
4. Autofinanziamento	€ 150,00
5. Altro (specificare)	€
6. Altro (specificare)	€

Totale: € 2230,00

Disavanzo	Finanziamenti di Enti pubblici membri del Tavolo	Entrate diverse	Contributo PAT
€ 4460,00	€ 1830,00	€ 400,00	€ 2230,00
percentuale sul disavanzo	41.0314 %	8.9686 %	50 %