

## “ALLEGATO 5”

### ELEMENTI ESSENZIALI DEL PROGETTO

#### TITOLO DEL PROGETTO:

*Il Buon Cibo è(e) la Buona Salute*

#### SETTORE e Area di Intervento:

Codifica: E/04

Settore: Educazione e Promozione culturale

Area di intervento: Educazione al cibo

#### OBIETTIVI DEL PROGETTO

L'obiettivo del progetto “*Il Buon Cibo è(e) la Buona Salute*” è quello di sviluppare consapevolezza sull'importanza di un'alimentazione variata, ricca di frutta e verdura, per migliorare il proprio benessere, imparare a correlare le scelte alimentari con lo stile di vita, educare ad un rapporto equilibrato con il cibo. Un corretto stile di vita, corredato da una sana alimentazione è alla base di un corretto stato di salute, inteso come benessere fisico-psichico e mentale. Le ultime evidenze dimostrano come, soprattutto al sud, il numero delle persone obese sia in crescente aumento, fenomeno che interessa anche la popolazione pediatrica. L'evento ha come obiettivo quello di promuovere un corretto stile di vita al fine di prevenire diverse patologie metabolico- nutrizionali.

##### OBIETTIVI GENERALI:

1. Le virtù della Dieta Mediterranea, promozione e sensibilizzazione per una corretta alimentazione;
2. Indagine ed elaborazione dati sul corretto stile di vita alimentare dei bambini dai 6 ai 10 anni confrontandoli con i dati regionali raccolti da “OKkio alla salute”, cittadini che praticano sport e chiunque voglia partecipare al progetto;
3. Educazione ad un consumo consapevole;
4. Tutela prodotti tipici Aiellesi;
5. Promozione e organizzazione Festival Della Dieta Mediterranea.

##### Obiettivi Specifici del Progetto:

###### OBIETTIVO 1:

- Organizzazione di Giornate informative sulla Dieta Mediterranea;
- Creazione di un Vademecum contenente le linee guida per una sana e corretta alimentazione;
- Incontri didattici con i bambini, docenti e famiglie per sensibilizzarli sul tema dell'alimentazione;
- Frutta nelle scuole.

###### OBIETTIVO 2:

- Indagine preliminare conoscitiva sulle abitudini alimentari degli alunni attraverso la somministrazione di questionari;
- Elaborazione dei dati raccolti confrontandoli con i dati regionali;
- Raccolta dei parametri nutrizionali di primo livello;
- Indagine conoscitiva sulle abitudini alimentare dei cittadini che praticano sport e di chiunque voglia partecipare al progetto.

###### OBIETTIVO 3:

- Organizzazione di giornate informative sulla corretta lettura delle etichette alimentari e differenze tra alimenti a km 0 e grande distribuzione, certificazioni (D.O.P -I.G.P ecc.);
- Incontri con gestori mensa scolastica.

###### OBIETTIVO 4:

- Incontri con i vari produttori di prodotti tipici;
- Valorizzazione prodotti tipici aiellesi;
- Visita Fattorie Didattica con la scuola e chiunque voglia partecipare;
- Orto Scolastico.

#### OBIETTIVO 5:

- Promozione evento;
- Supporto nell'allestimento dell'evento;
- Accoglienza dei visitatori, relatori presenti ai convegni e delle Aziende partecipanti.

#### OBIETTIVO 6:

- Raccolta dati;
- Creazione questionario;
- Studio sulla longevità della popolazione Aiellese.

Obiettivi per i volontari:

Il progetto intende inoltre fornire ai volontari una valida esperienza di vita e un solido bagaglio di competenze professionali centrato tanto sulle conoscenze quanto sugli aspetti organizzativi e procedurali. In particolare gli obiettivi specifici saranno:

- Crescita educativo-formativa rispetto ad una esperienza nuova, integrata nel proprio territorio;
- Valorizzare le personali attitudini e capacità;
- Sviluppare le competenze personali e professionali anche ai fini dell'inserimento lavorativo;
- Acquisire tecniche per migliorare le proprie competenze relazionali;
- Acquisire competenze trasversali necessarie per l'organizzazione e la gestione nel proprio ambito lavorativo.

### ATTIVITÀ D'IMPIEGO DEI VOLONTARI

Il ruolo dei volontari è centrale rispetto al progetto di servizio civile e si plasma sulla necessità che i mesi di attività si trasformino in un irreversibile percorso di crescita e acquisizione di competenze e saperi, in un contesto di cittadinanza attiva.

La fasi in cui saranno coinvolti in prima persona i volontari saranno:

- Formazione,
- Reperimento materiale per la stesura del Vademecum e dei questionari,
- Realizzazione di materiale cartaceo e digitale utili alla sensibilizzazione e informazione dei cittadini,
- Organizzazione di eventi, visite, convegni, accoglienza,
- Raccolta parametri antropometrici ed elaborazione dati,
- Raccolta dati longevità ed elaborazione dei dati.

## CRITERI DI SELEZIONE

L'Ente ricorrerà ad un proprio autonomo criterio di selezione elaborato in conformità con i criteri UNSC .  
Ricorso a sistemi di selezione verificati in sede di accreditamento (eventuale indicazione dell'Ente di 1<sup>a</sup> classe dal quale è stato acquisito il servizio): NO

## CONDIZIONI DI SERVIZIO ED ASPETTI ORGANIZZATIVI:

Numero ore di servizio settimanali dei volontari, ovvero monte ore annuo: **30 ore**

Giorni di servizio a settimana dei volontari (minimo 5, massimo 6): **5 giorni**

Eventuali particolari obblighi dei volontari durante il periodo di servizio: **Gli obblighi dei volontari sono quelli di mantenere la riservatezza ai dati sensibili trattati nel rispetto della Legge sulla Privacy D.Lgs n. 196/2003, il conseguimento degli obiettivi del progetto e rispetto dell'orario di servizio.**

Eventuali requisiti richiesti ai candidati per la partecipazione al progetto oltre quelli richiesti dalla legge 6 marzo 2001, n. 64: **I candidati dovranno allegare alla domanda di partecipazione il proprio curriculum vitae ( formato europeo).**

## SEDI DI SVOLGIMENTO e POSTI DISPONIBILI:

Numero di volontari nel progetto: **6**

Numero posti con solo vitto: **0**

Sede di attuazione del progetto: **Biblioteca Comunale – C.da Piano della Fontana snc 87031 Aiello Calabro (CS);**

Operatore Locale di Progetto: **Cuglietta Massimo**

Responsabile Locale di Ente Accreditato: **Perri Gaspare**

## CARATTERISTICHE CONOSCENZE ACQUISIBILI:

Eventuali crediti formativi riconosciuti: **non previsti**

Eventuali tirocini riconosciuti: **non previsti;**

Attestazione delle conoscenze acquisite in relazione delle attività svolte durante l'espletamento del servizio utili ai fini del curriculum vitae: Con lo svolgimento delle attività di progetto il volontario di Servizio Civile entrerà in contatto con il complesso mondo delle problematiche di uno stile di vita inadeguato riconosciuto come determinante nelle malattie croniche non trasmissibili che ha un forte impatto negativo sulla salute intesa come benessere fisico e psichico dell'individuo, di conseguenza, acquisiranno una maggiore padronanza del settore. Il volontario altresì sarà in grado di acquisire conoscenze e professionalità specifiche valutabili positivamente anche in ordine a possibili futuri scenari lavorativi oltre che spendibili nella quotidianità. Più in particolare, considerata la valenza dell'iniziativa, l'esperienza di Servizio Civile costituirà un titolo rilevante da inserire nel proprio curriculum vitae, in base a:

- Competenze specifiche spendibili nel futuro lavorativo: acquisizione di metodi valutativi nell'approccio all'educazione alimentare; acquisizione di conoscenze relative ad elementi di educazione alimentare; acquisizione di capacità di identificazione dei servizi territoriali competente; acquisizione di capacità di individuazione delle situazioni di rischio; acquisizione di capacità di analisi dei bisogni dei cittadini.

- Competenze generiche spendibili nel futuro lavorativo: saper pianificare il lavoro, sapere monitorare il lavoro, essere capaci di gestire il tempo, strutturazione delle attività di monitoraggio dei dati; abilità nel controllo della propria emotività rispetto a situazioni problematiche; abilità nell'adozione di stili di comportamento propositivi basati sul rispetto delle idee altrui e sulla disponibilità di cambiamento.
- Competenze trasversali ovvero competenze essenziali al fine di concretizzare comportamenti professionali in grado di trasformare un sapere tecnico in una performance lavorativa ed organizzativa efficace: diagnosticare, affrontare, relazionarsi.

### **FORMAZIONE SPECIFICA DEI VOLONTARI:**

**Contenuti della formazione:** La finalità della formazione è consentire al gruppo di volontari di elaborare la propria esperienza di servizio civile volontario nell'ambito progettuale, acquisendo conoscenze di carattere teorico-pratico legate alle specifiche attività previste dal progetto e maturando competenze che possono essere proiettate verso il mondo del lavoro.

La formazione specifica si articola in 4 moduli:

Geometra Massimo Cuglietta: Modulo I (14ore) Formazione e informazione sui rischi connessi all'impiego dei volontari nei progetti di Servizio Civile

- 1) Normativa e sicurezza sui posti di lavoro
- 2) Rischi generici e specifici connessi al progetto di servizio civile
- 3) Misure di prevenzione e emergenza

Dottorressa Maione Daniela: Modulo 2 (20ore). Si occuperà di formare i volontari sulla corretta lettura delle etichette ed ad un consumo consapevole dei prodotti, la tutela del made in Italy;

Dottore Bruni Saverio: Modulo 3 (20 ore). Guiderà i volontari nello scoprire le virtù della Dieta Mediterranea, i suoi benefici e li formerà nell'esecuzione della raccolta dei parametri antropometrici;

Comandante di stazione Fusaro Giuseppe: Modulo 4 (20 ore). Si occuperà di illustrare ai volontari l'importanza della tutela e della sicurezza dell'agroalimentare e la lotta alle frodi.

**Durata:** La durata della formazione specifica sarà di 72 ore suddivise in 4 moduli; inizierà dopo la seconda settimana dall'avvio del progetto e si alternerà con la formazione generale e con l'addestramento per consentire ai volontari di acquisire conoscenze di supporto all'espletamento delle attività operative sviluppando, inoltre, la cultura della salute e sicurezza come stile di vita.

La formazione specifica si concluderà entro il 90°giorno dell'inizio del progetto.