

Rotary
Distretto 2042
Gruppo Brianza 1



PROGETTO 2022-2023



**IMMAGINA IL
ROTARY**

Croce Rossa Italiana
Comitato di Monza



Croce Rossa Italiana
Organizzazione di volontariato



SANO È BUONO

Cibo psiche e vita!

Importanza del cibo
sulla salute fisica e
mentale

Disturbi del
Comportamento
Alimentare (DCA)

Disturbi Nutrizione e
Alimentazione (DNA)

fonte Istat

DCA – DATI GENERALI 2021-2022

- Nel 2020 = +30% richieste di aiuto per disturbi alimentari (allarme lanciato dal Ministero della Salute dopo la pandemia)
- Nel 2021 = +50% richieste di prima visita per DNA

I DATI SULL'ANORESSIA

- **L'anoressia è la seconda causa di morte tra gli adolescenti dopo gli incidenti stradali**
- L'incidenza dell'anoressia è di almeno 8-9 casi ogni 100.000 persone/anno
- Ogni anno sono 4.000 i morti per anoressia/bulimia

ETA' DI INSORGENZA

- L'età di insorgenza si è abbassata agli 8-12 anni di età
- Il 70% delle persone che ne soffrono è in età adolescenziale o pre-adolescenziale



FINALITA' E DESTINATARI DEL PROGETTO

- L'alimentazione e la nutrizione incidono sulla salute fisica e mentale
- **L'attività di educazione alimentare** consente di creare una coscienza alimentare che aiuta i giovani ad essere consapevoli ed autonomi nelle scelte che riguardano benessere e salute
- Progetto rivolto a
 - Studenti classi 1-2-3 delle Scuole Medie Superiori della zona di Monza
 - Docenti delle classi coinvolte
 - Genitori degli studenti



OBIETTIVO DEL PROGETTO

- Riconoscere negli studenti eventuali disturbi alimentari
- Riconoscere l'impatto della scuola su di essi
- Riflettere sulla differenza tra malattie e disturbi alimentari
- Conoscere le malattie legate all'alimentazione e i riflessi sulla vita individuale
- Le scelte alimentari
- Legame tra cibo e psiche



Articolazione del progetto

- **5 incontri**

- 1 incontro per ognuna delle 3 classi di studenti di due ore
- 1 incontro con i docenti
- 1 incontro con i genitori

È prevista la presenza di 1 Psicologo esperto di disturbi alimentari e di 1 Operatore CRI Nutrizionista esperto nel trattare questi temi

Utilizzo di materiale di supporto visivo



Temi trattati con genitori e docenti

- L'importanza dell'educazione alimentare
- Come fare educazione alimentare
- Come riconoscere un disturbo alimentare in uno studente
- Come comportarsi quando si rileva un disturbo
- Riflessioni sull'influenza della scuola sui comportamenti e sui disturbi alimentari
- Possibili interventi della scuola per avviare gli studenti ad una corretta alimentazione



Temi trattati con gli studenti

1

Argomenti trattati con le classi prime

- Cos'è una dieta
- Come riconosco la dieta che non va bene
- Quali sono le figure professionali a cui rivolgersi
- Com'è fatto un corpo che funziona bene
- Falsi miti/fake da sfatare
- Il corpo come cantiere
- Il metabolismo
- Alimentazione e sport
- Differenza tra malattie e disturbi dell'alimentazione

2

Temi trattati con le classi seconde

- Sostenibilità/ambiente
- Alimentazione e sport
- Integratori alimentari
- Caffè, alcol e fumo
- Differenza tra malattie e disturbi dell'alimentazione; come comportarsi con un amico/compagno

3

Argomenti trattati con le classi terze

- Differenza tra malattie e disturbi dell'alimentazione
- Quali malattie
- Incidenza, realtà, vicinanza alle malattie
- Livelli di gravità
- Rischio
- Rimedi
- Figure professionali
- Quali disturbi
- Problematiche
- Come comportarsi con amico/compagno
- A chi mi rivolgo per chiedere aiuto



Quale il ruolo dei Club Monza Brianza 1

- Stiamo rispondendo a un «bisogno concreto, urgente ed attuale»
- Collaborazione con CRI – D.ssa Daniela Bramati
- Nell'incontro con i genitori occorre prevedere la presenza del Rotary per una breve apertura e illustrazione del Progetto, nonché di una sintetica esposizione sul Rotary e la sua mission
- Costo per il Club
- Periodo di erogazione ??





Domande ??

Grazie per l'attenzione