



La S.C. di Nefrologia in collaborazione
con la S.C. di Pediatria e il S.I.A.N.

con il sostegno di **Interclub Borgomanero**



presenta:



IL FUTURO in salute

**Modificare ABITUDINI ALIMENTARI
e STILI DI VITA per migliorare
il benessere dei nostri giovani.**



Progetto di educazione alimentare rivolto agli enti scolastici del territorio:

Scuola Secondaria
PIERO GOBETTI
Borgomanero

Istituto
DON BOSCO
Borgomanero

Istituto
A. ROSMINI
Borgomanero

Istituto Tecnico
L. DA VINCI
Borgomanero

Liceo
G. GALILEI
Borgomanero

Istituto Compr.
G. PASCOLI
Gozzano

Istituto Compr.
E. MONTALE
Gattico

Istituto Compr.
SAN GIULIO
San Maurizio d'Opaglio



Responsabile del progetto
Dott. Stefano Cusinato
Direttore S.C. di Nefrologia ASL NO
in collaborazione con
Dott. Oscar Haitink
Direttore S.C. Pediatria ASL NO
Dott.ssa Flavia Milan
Responsabile S.S. Igiene della Nutrizione ASL NO



0322 848294



pronefropatici@asl.novara.it



www.associazionepronefropatici.it



facebook.com/pronefropatici



Associazione
Pronefropatici
Firenzeo Alliata



Ren'è
un Repe
per Amico



PER INFORMAZIONI:
Tel. 0322 848294
pronefropatici@asl.novara.it



Cos'è...
il progetto "Futuro in Salute"

È un progetto che vuole creare un contesto favorevole al **miglioramento degli stili di vita**, in particolare per quanto riguarda alimentazione ed attività fisica, indirizzato agli studenti delle scuole medie e superiori. In ambito scolastico gli incaricati al progetto, con il supporto e la collaborazione del corpo docenti, forniranno agli studenti tutte le informazioni necessarie per una completa adesione e partecipazione. Il progetto coinvolge anche l'ambito familiare, attraverso la collaborazione dei genitori, che devono ricoprire un ruolo attivo e continuativo nell'insegnamento delle buone regole alimentari e dei corretti stili di vita, attraverso un rapporto di reciproca collaborazione con il team nel raggiungimento degli obiettivi prefissati. Lo studente avrà a propria disposizione un questionario Online (diario giornaliero) che dovrà compilare e tenere aggiornato al fine di monitorare le proprie abitudini alimentari e l'attività fisica. Questi dati consentiranno al Team di suggerire agli studenti consigli per correggere stili di vita non adeguati e migliorare sia l'alimentazione che l'attività fisica.



Perché...
seguire questo "Progetto"

La finalità del progetto è comunicare ai ragazzi informazioni adeguate e complete per la **salvaguardia della propria salute**. È importante che tutti sappiano quali siano i benefici di una corretta e sana alimentazione, abbinata a una regolare attività fisica. Trovare il proprio equilibrio e stabilizzare lo stile di vita, aiuterà a migliorare lo stato psico-fisico della persona tutelando la propria salute anche in futuro.



Come fare...
ad utilizzare il "Progetto"

In ambito scolastico i docenti responsabili del progetto spiegheranno agli studenti la procedura per potersi collegare alla piattaforma e registrare online l'account personale, a cui avranno sempre libero accesso. A scuola o comodamente da casa, gli studenti potranno quindi visionare, aggiornare, completare il proprio **"DIARIO GIORNALIERO"** inserendo abitudini alimentari e motorie, con l'eventuale supporto degli insegnanti e dei genitori. I dati inseriti verranno analizzati durante le varie fasi del percorso triennale ed elaborati da epidemiologi e statistici del Team che forniranno ai medici specialisti informazioni propedeutiche agli incontri formativi ed informativi programmati con corpo docenti, studenti e genitori.



Da chi...
il progetto "Futuro in Salute"

Il progetto "Futuro in Salute" è coordinato da un **Team Medico Multidisciplinare** e sostenuto dal mondo del **NO PROFIT** dell'alto novarese e prevede una durata triennale. Alla realizzazione del progetto collaborano anche lo **SPRESAL** dell'ASL NO, **Scuole** della provincia di **Novara** e **VCO**, con il supporto dell'**Università** del **Piemonte Orientale** e di **MES Piemonte**, nucleo tecnico per la formazione online dell'**Assessorato** alla **Sanità Regione Piemonte** settore sistemi organizzativi e risorse umane, la piattaforma moodle **"Scuola e Salute"**, ospitata sui server dell'**ITT Fauser** di Novara.