APQ Giovani - Azione 3

“Promuovere stili di vita sani e modelli positivi di comportamento – Salute e benessere.

La vita mi appartiene”

Destinatari

Giovani rientranti nella fascia d’età 14-18 anni che frequentano le scuole secondarie di II grado ricadenti nel territorio del D.S.S. 42 (Altofonte, Belmonte Mezzagno, Monreale, Piana degli Albanesi, Palermo, Santa Cristina Gela, Ustica e Villabate nella provincia di Palermo, Lampedusa e Linosa in provincia di Agrigento)

Obiettivi:

1. sensibilizzare, informare ed educare i giovani rispetto a stili di vita salutari;

2. contrastare l’assunzione di comportamenti negativi, attraverso azioni di prevenzione rispetto ad abitudini alimentari errate o a disordini del comportamento alimentare attraverso l’informazione rispetto ai rischi che comportamenti alimentari e stili di vita sbagliati possono comportare;

3. diffondere una corretta educazione alimentare soprattutto nelle fasce più giovani della popolazione, e contribuire a prevenire o correggere comportamenti che pongono i giovani a rischio di disagio sociale.

I giovani sono maggiormente sensibili alle sollecitazioni provenienti dal mondo esterno e più capaci, rispetto alla popolazione adulta, di modificare in modo permanente abitudini e stili di vita. L’obiettivo dell’azione è dunque quello di favorire comportamenti alimentari consapevoli e potenziare la prevenzione di comportamenti auto-lesionistici e potenzialmente devianti. Al fine di raggiungere l’obiettivo sarà realizzata una guida alla corretta alimentazione pensata specificamente per i più giovani, e dunque incentrata sulle loro abitudini e preferenze in tema di alimentazione. Per catturare la loro attenzione il layout, la grafica ed il linguaggio adottati saranno il più possibile vicini al mondo giovanile. La guida/brochure inoltre cercherà di promuovere comportamenti alimentari corretti attraverso la riscoperta degli alimenti della dieta mediterranea, puntando su argomenti familiari con il background culturale del target, e dunque di immediata comprensione e di facile recepimento.

Attività e iniziative

Guida sulla sana alimentazione:

l’attività comprende la realizzazione, la pubblicazione e la diffusione di una guida/brochure sull’educazione alimentare e la prevenzione dei disturbi derivanti dal comportamento alimentare. La guida promuoverà inoltre il consumo degli alimenti della dieta mediterranea, all’insegna di uno stile alimentare basato su prodotti sani e genuini, favorendo la conoscenza dei benefici della dieta mediterranea.

La guida pensata per i più giovani, sarà incentrata sulle loro abitudini e preferenze in tema di alimentazione ed adotterà layout, grafica e linguaggio vicini al mondo giovanile. La guida sarà a breve pubblicata in formato digitale scaricabile su questo sito per assicurare la più ampia diffusione possibile del prodotto presso la popolazione giovanile.

Animazione territoriale:

l’animazione territoriale sarà mirata a svolgere attività di informazione e sensibilizzazione tra i giovani del target,

anche attraverso la distribuzione di materiale informativo, promozionale e gadgets, sui problemi legati all’alimentazione, le buone prassi di alimentazione e salute, l’educazione al consumo di prodotti genuini della dieta mediterranea, la promozione e la tutela della salute anche attraverso la distribuzione della Guida sulla sana alimentazione. Tale attività si propone di raggiungere il target nel luogo di ritrovo naturale per i più giovani, consentendo in tal modo di garantire la veicolazione del messaggio attraverso il contatto diretto con i giovani.

L’attività sarà svolta da un gruppo di consulenti e animatori, presso le scuole secondarie di II grado della provincia di Palermo durante l’anno scolastico, la rete dei consultori della A.S.P. Palermo, partner esterno del progetto, ed altri luoghi di ritrovo e aggregazione giovanile (centri commerciali ecc.) anche attraverso l’allestimento di info-point itineranti.