



# Elementi essenziali del progetto

## IN...FORMA A MELITO

### Settore e area di intervento

Educazione e promozione culturale – Sportelli Informa...

### Descrizione dell'area di intervento

Negli ultimi anni, come segnalato anche da indicazioni Ministeriali (Ministero delle Politiche Agricole, Alimentari e Forestali; Ministero della Salute; Ministero dell'Istruzione), stanno assumendo sempre maggiore importanza e centralità problematiche relative a una corretta alimentazione e a sani stili di vita. Un importante problema che deve affrontare la nostra società riguarda proprio la sensibilizzazione dei giovani sull'importanza di una consapevole e corretta alimentazione.

Statistiche recenti rivelano, infatti, che il 15% della popolazione giovanile è obesa o in forte sovrappeso, fattori che rendono concreti rischi quali il diabete e malattie cardiovascolari. I giovani oggi generalmente mangiano male, troppo e in maniera disordinata. Molti trascorrono diverse ore in attività sedentarie, in particolare davanti a televisione, internet e videogiochi, mangiano cibi ricchi di grassi, svolgono poche ore di educazione fisica a scuola e praticano poco sport nel tempo libero. Tali problematiche sono in aumento verso strati sempre più giovani di popolazione. Questi dati manifestano l'urgenza del problema. Un problema di non facile e immediata risoluzione, ma che deve essere affrontato e arginato con strategie precise articolate su più livelli. I giovani devono essere aiutati nel divenire consapevoli protagonisti delle proprie scelte alimentari e guidati ad assumere stili di vita più sani e sostenibili.

A livello internazionale è ormai riconosciuto che il sovrappeso e l'obesità sono un fattore di rischio per l'insorgenza di patologie cronico-degenerative. In particolare, l'obesità e il sovrappeso in età infantile hanno delle implicazioni dirette sulla salute del bambino e rappresentano un fattore di rischio per lo sviluppo di gravi patologie in età adulta.

I bambini sovrappeso sono il 20,9% e i bambini obesi il 9,8%. Di sicuro meglio in confronto al 2008, rispettivamente al 23,6% e al 12,3%.

“L'Educazione Alimentare” come asse portante dell'azione didattica e informativa, praticata nelle Scuole italiane, richiede un approccio complesso e sistemico. Un approccio che da un lato aiuti i giovani a prendere consapevolezza del proprio rapporto con il cibo per orientarlo in modo sano e, dall'altro, permetta loro di contestualizzarlo in un ambito globale, ma anche territoriale, di relazioni che coinvolge anche chi vive in realtà differenti.



“L’Educazione Alimentare” si sviluppa nell’ottica di integrare progressivamente gli aspetti fondamentali dei rapporti uomo/salute-cibo-cultura/ambiente, così da comporre un percorso a spirale che accompagni gli individui, a partire dalla Scuola, all’acquisizione di un adeguato grado di consapevolezza e di capacità critica e operativa, rispetto alla complessità dell’atto alimentare.

## Obiettivi del progetto

**Obiettivo Generale:** Contribuire ad una crescita equilibrata dei ragazzi per il raggiungimento del loro benessere psicofisico.

*Considerando che un'alimentazione sana non deve solo rispettare le necessità qualitative e quantitative dell'organismo, ma deve armonizzarsi con la sfera psicologica e di relazione dell'individuo.*

*Un elemento basilare nel cammino verso la salute è adottare un sano stile di vita determinato da una corretta alimentazione abbinata al movimento. L'Educazione Alimentare ha tra i propri fini il generale miglioramento dello stato di benessere degli individui, attraverso la promozione di adeguate abitudini alimentari, l'eliminazione dei comportamenti alimentari non soddisfacenti, l'utilizzazione di manipolazioni più igieniche di cibo.*

**Obiettivo specifico 1:** Incentivare, nei ragazzi di età tra i 12 e i 13 anni d'età, la consapevolezza dell'importanza del rapporto cibo-salute, così da sviluppare una coscienza alimentare personale e collettiva.

**Azione A:** Sensibilizzazione ed educazione dei ragazzi alla corretta alimentazione attraverso lezioni mensili di esperti nutrizionisti nelle 4 scuole secondarie di primo grado.

**Azione B:** Educazione dei ragazzi ad uno stile di vita corretto attraverso lo sviluppo e la diffusione di una cultura motoria e sportiva nelle 4 scuole secondarie di primo grado. Saranno previste 1 lezioni a settimana, per un totale di 4 lezioni al mese.

**Obiettivo specifico 2:** Valorizzare il cibo, non solo per il suo valore nutritivo, ma soprattutto per il suo valore culturale, tra i ragazzi di età compresa tra i 12 e i 13 anni.

**Azione C:** Comunicazione di nozioni sociali relative alla tradizione e all'origine dei prodotti agroalimentari, sottolineando l'importanza del ruolo del territorio e delle aziende locali.

**Obiettivo specifico 3:** Diffondere, pubblicizzare e comunicare le attività del progetto “IN-FORMA!” nelle Piazze del Comune di Melito per far comprendere alla popolazione l'importanza di una giusta alimentazione.

**Azione D:** Eventi di sensibilizzazione e comunicazione nelle piazze delle Comune di Melito.



Comune di Melito di Napoli



	INDICATORI INIZIALI DI PROGETTO	INDICATORI FINALI DI PROGETTO
numero di bambini di età compresa tra i 12 e i 13 anni nel Comune di Melito	807	-
Percentuale di ragazzi (12-13 età) che versa in condizioni di obesità	9,3%	7,2%
Percentuale di ragazzi (12-13 età) che è sulla soglia dell'obesità	12,2%	9,3%
numero di ragazzi (12-13 età) che pratica sport	350	807
Numero di ore di sport settimanale necessario di sport per ragazzo	4h a settimana	-
numero di ore di sport settimanali realmente effettuato dai ragazzi	1h a settimana	4h a settimana
Percentuale di ragazzi (12-13 età) che segue una dieta sana e bilanciata	21%	53%
numero ragazzi (12-13 età) che conosce le tradizioni culinarie locali	400	807



## Attività d'impiego dei volontari

**Obiettivo specifico 1:** Incentivare, nei ragazzi di età tra i 12 e i 13 anni, la consapevolezza dell'importanza del rapporto cibo-salute, così da sviluppare una coscienza alimentare personale e collettiva.

**Azione A:** Sensibilizzazione ed educazione dei ragazzi alla corretta alimentazione attraverso lezioni teoriche di esperti nutrizionisti nelle scuole secondarie di primo livello.

**Attività A1:** Lezioni frontali tenute dagli esperti nutrizionisti sul tema dell'Educazione Alimentare.

- Supporto nella Selezione delle scuole interessate
- aiuto nella Selezione degli alunni
- collaborazione nella selezione degli spazi dove tenere le lezioni
- sostegno nell'Organizzazione logistica (calendarizzazione degli incontri)
- ausilio per il disbrigo carte burocratiche-amministrative
- supporto nelle lezioni mensili
- collaborazione nell'Ideazione del contenuto dell'opuscolo

**Azione B:** Educazione dei ragazzi ad uno stile di vita corretto attraverso lo sviluppo e la diffusione di una cultura motoria e sportiva.

**Attività B1:** Lezioni teoriche e pratiche sull'importanza del movimento al fine di condurre una vita sana ed equilibrata.

- Supporto nella Selezione delle scuole
- collaborazione nella selezione degli alunni
- collaborazione e supporto nelle lezioni teoriche (2 volte al mese)
- supporto ed aiuto nelle Lezioni pratiche (2 volte al mese)

**Obiettivo specifico 2:** Valorizzare il cibo, non solo per il suo valore nutritivo, ma soprattutto per il suo valore culturale, tra i ragazzi di età compresa tra i 12 e i 13 anni.

**Azione C:** Comunicazione di nozioni sociali relative alla tradizione e all'origine dei prodotti agroalimentari, sottolineando l'importanza del ruolo del territorio e delle aziende locali.

**Attività C1:** Lezioni mensili sull'importanza della conoscenza dell'origine dei prodotti agroalimentari e delle tradizioni culinarie locali.

- Collaborazione nella Selezione delle scuole
- supporto nella selezione degli alunni
- aiuto nell'Identificazione delle aziende locali
- sostegno nella Calendarizzazione delle lezioni
- aiuto per il disbrigo carte amministrative-burocratiche



- supporto e collaborazione durante le Lezioni mensili

**Attività C2:** Organizzazione di una visita guidate per ragazzi che hanno partecipato alle attività, presso le aziende agricole/agroalimentari locali al fine di applicare una metodologia di insegnamento più pratica ed applicativa circa l'educazione alimentare.

- Collaborazione Selezione degli alunni che vogliono/possono partecipare
- contributo per Individuazione delle aziende agroalimentari locali
- aiuto per l'Individuazione del giorno della gita
- supporto per il Disbrigo carte amministrative (permessi, autorizzazioni dei genitori etc..)
- supporto e collaborazione durante la Gita presso un azienda agricola locale

**Obiettivo specifico 3:** Diffondere, pubblicizzare e comunicare le attività del progetto "IN-FORMA!" nelle Piazze del Comune di Melito per far comprendere alla popolazione l'importanza di una giusta alimentazione.

**Azione D:** Eventi di sensibilizzazione e comunicazione nelle piazze delle Comune di Melito.

**Attività D1:** Evento Iniziale nella piazza Comunale di Melito, per sensibilizzare la popolazione locale sul tema della giusta alimentazione e sull'educazione alimentare. In questo evento saranno distribuite brochure informative sul tema dell'educazione al cibo.

- Supporto nell'Identificazione degli spazi
- collaborazione nello stringere contatti con enti del terzo settore ed associazioni presenti sul territorio che intendono collaborare gratuitamente alla realizzazione delle attività
- aiuto nell'Organizzazione logistica delle attività (calendarizzazione, reperimento dei materiali di supporto alla realizzazione)
- supporto nel disbrigo carte burocratiche-amministrative (Permessi comunali)
- supporto nel trovare i Contatti con grafici e tipografi
- aiuto nell'Installazione banchetti informativi nella giornata dell'evento
- supporto Installazione di gazebo.

**Attività D2:** Evento finale nella piazza del Comune di Melito, al fine di prendere coscienza dei risultati ottenuti nei 12 mesi del progetto

"IN-FORMA!", sulla popolazione locale.

In questo evento finale sarà anche distribuito un opuscolo stilato precedentemente da ognuna delle scuole coinvolte nel progetto.

- Supporto nell'Identificazione degli spazi
- aiuto nella ricerca di Contatti con enti del terzo settore ed associazioni presenti sul territorio che intendono collaborare gratuitamente alla realizzazione delle attività



- Organizzazione logistica delle attività (calendarizzazione, reperimento dei materiali di supporto alla realizzazione)
- collaborazione nel Disbrigo carte burocratiche-amministrative (Permessi comunali)
- aiuto nella ricerca dei Contatti con grafici e tipografi
- supporto nell'Installazione banchetti informativi nella giornata dell'evento
- supporto all'Installazione di gazebo.
- Assistenza, supporto e collaborazione nella giornata informativa

## Criteri di selezione

### Sistema Certificato UNI EN ISO 9001:2008 Cert. N. 008b/12

Di seguito si riporta uno estratto del 'Sistema di Reclutamento e Selezione' adeguato ad Ottobre 2015 e approvato dall'UNSC con decreto n.576/2015 cui per ogni eventuale approfondimento si rimanda alla consultazione sul sito [www.amesci.org](http://www.amesci.org)

#### **CONVOCAZIONE**

La convocazione avviene attraverso il sito internet dell'ente con pagina dedicata contenente il calendario dei colloqui nonché il materiale utile per gli stessi (bando integrale; progetto; procedure selettive, etc.);

Presso le sedi territoriali di AMESCI è attivato un front office finalizzato alle informazioni specifiche ed alla consegna di modulistica, anche attraverso servizio telefonico e telematico.

#### **SELEZIONE**

Controllo e verifica formale dei documenti;

Esame delle domande e valutazione dei titoli con le modalità di seguito indicate e con i seguenti criteri di selezione che valorizzano in generale:

- le esperienze di volontariato;
- le esperienze di crescita formative
- le capacità relazionali;
- l'interesse del candidato.

<b><i>Valutazione dei titoli massimo</i></b>	<b><i>MAX 50 PUNTI</i></b>
Precedenti esperienze	<b><i>MAX 30 PUNTI</i></b>
Titoli di studio, esperienze aggiuntive e altre conoscenze	<b><i>MAX 20 PUNTI</i></b>

#### **ESPERIENZE**



**Precedenti esperienze di volontariato max 30 punti**

L'esperienza di attività di volontariato costituisce un titolo di valutazione.

Sono valutate le esperienze per mese o frazione di mese superiore o uguale a 15 gg; il periodo massimo valutabile è di 12 mesi *per ogni singola tipologia di esperienza svolta*.

Le esperienze sono cumulabili fino al raggiungimento del punteggio massimo previsto.

**ITEM**

**PUNTEGGIO**

Precedenti esperienze di volontariato presso lo stesso Ente che realizza il progetto *nello stesso settore* **1 punto**  
(per mese o fraz.  $\geq 15$ gg)

Precedenti esperienze di volontariato nello stesso settore del progetto presso Ente diverso da quello che realizza il progetto **0,75 punti**  
(per mese o fraz.  $\geq 15$ gg)

Precedenti esperienze di volontariato presso lo stesso Ente che realizza il progetto ma in settore diverso **0,50 punti**  
(per mese o fraz.  $\geq 15$ gg)

Precedenti esperienze di volontariato presso Enti diversi da quello che realizza il progetto *ed in settori diversi* **0,25 punti**  
(per mese o fraz.  $\geq 15$ gg)

**Esperienze aggiuntive non valutate in precedenza: max 4 punti**

Si tratta di esperienze diverse da quelle valutate al punto precedente (per esempio: stage lavorativo, animatore di villaggi turistici, attività di assistenza ai bambini durante il periodo estivo, etc.).

L'esperienze sono cumulabili fino al raggiungimento del punteggio massimo previsto.

**ITEM**

**PUNTEGGIO**

Esperienze di durata superiore od uguale a 12 mesi **4 punti**



Esperienze di durata inferiore ad un anno	2 punti
<b>TITOLI DI STUDIO</b>	
<b>Titoli di studio: max 8 punti</b>	
Sono valutabili i titoli rilasciati da scuole, istituti, università dello Stato o da esso legalmente riconosciuti. <u>Viene valutato solo il titolo più elevato.</u>	
<b>ITEM</b>	<b>PUNTEGGIO</b>
Laurea (magistrale, specialistica, vecchio ordinamento)	8 punti
Laurea triennale	7 punti
Diploma scuola superiore	6 punti
Per ogni anno di scuola media superiore concluso ( <b>max 4 punti</b> )	1 punto/anno
<b>Titoli di studio max 4 punti professionali:</b>	
I titoli professionali sono quelli rilasciati da Enti pubblici o Enti accreditati (valutare solo il titolo più elevato).	
<b>ITEM</b>	<b>PUNTEGGIO</b>
Titolo completo	4 punti
Titolo non completo	2 punti
<i><b>N.B.: in caso di qualifica professionale afferente il triennio della scuola media superiore, essa non verrà valutata se è presente il diploma; in caso contrario il titolo viene riportato solo in questa sezione e non anche nella precedente</b></i>	
<b>ALTRE CONOSCENZE</b>	
<b>Altre conoscenze in possesso del max 4 punti giovane</b>	



Si valutano le conoscenze dichiarate e/o certificate riportate dal giovane (es. specializzazioni universitarie, master, conoscenza di una lingua straniera, conoscenza del computer). Per ogni conoscenza riportata è attribuito 1 punto fino ad un massimo di 4 punti

ITEM	PUNTEGGIO
Attestato o autocertificati	1 punto/conoscenza

I candidati effettueranno, secondo apposito calendario pubblicato sul sito web dell'ente, un colloquio approfondito sui seguenti argomenti:

1. Il servizio civile nazionale
2. Il progetto
3. Le pregresse esperienze sotto l'aspetto qualitativo (con particolare riguardo alle precedenti esperienze di volontariato e lavorative nel settore specifico del progetto e non)
4. La motivazione e l'idoneità del candidato al fine di avere un quadro completo e complessivo del profilo del candidato, delle sue potenzialità, delle sue qualità e delle sue attitudini.

<b>COLLOQUIO</b>	<b>MAX 60 PUNTI</b>
------------------	---------------------

**La somma di tutti i punteggio assegnati al set di domande diviso il numero delle domande dà come esito il punteggio finale del colloquio.**

**L'idoneità a partecipare al progetto di servizio civile nazionale viene raggiunta con un minimo di 36 PUNTI al colloquio**

**REDAZIONE E PUBBLICAZIONE DELLA GRADUATORIA FINALE**

Al termine delle selezioni si procederà alla pubblicazione on-line della graduatoria.

## Condizioni di servizio ed aspetti organizzativi

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

30

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

5

Eventuali particolari obblighi dei volontari durante il periodo di servizio:



- Realizzazione (eventuale) delle attività previste dal progetto anche in giorni festivi e prefestivi, coerentemente con le necessità progettuali
- Flessibilità oraria in caso di esigenze particolari
- Disponibilità alla fruizione dei giorni di permesso previsti in concomitanza della chiusura della sede di servizio (chiusure estive e festive)
- Partecipazione a momenti di verifica e monitoraggio
- Frequenza di corsi, di seminari e ogni altro momento di incontro e confronto utile ai fini del progetto e della formazione dei volontari coinvolti, anche nei giorni festivi, organizzati anche dagli enti partner del progetto
- Disponibilità ad effettuare il servizio al di fuori della sede entro il massimo di 30 gg previsti
- Osservanza della riservatezza dell'ente e della privacy di tutte le figure coinvolte nella realizzazione del progetto
- Disponibilità ad utilizzare i veicoli messi a disposizione dell'Ente.

*Eventuali requisiti richiesti ai candidati per la partecipazione al progetto oltre quelli richiesti dalla legge 6 marzo 2001, n. 64:*

Cultura media; buone conoscenze informatiche; buone capacità relazionali.

E' titolo di maggior gradimento:

- diploma di scuola media superiore;
- pregressa esperienza nel settore specifico del progetto;
- pregressa esperienza presso organizzazioni di volontariato;
- buona conoscenza di una lingua straniera;
- spiccata disposizione alle relazioni interpersonali e di gruppo;
- capacità relazionali e dialogiche;
- studi universitari attinenti;
- buone capacità di analisi.

## Sedi di svolgimento e posti disponibili

*Numero dei volontari da impiegare nel progetto:*

20

*Numero posti con vitto e alloggio:*

0

*Numero posti senza vitto e alloggio:*

20

*Numero posti con solo vitto:*

0



N.	Sede di attuazione del progetto	Comune	N. vol. per sede
1	COMUNE DI MELITO DI NAPOLI	MELITO DI NAPOLI (NA)	20

## Caratteristiche conoscenze acquisibili

*Eventuali crediti formativi riconosciuti: NO*

*Eventuali tirocini riconosciuti: NO*

*Attestazione delle conoscenze acquisite in relazione alle attività svolte durante l'espletamento del servizio utili ai fini del curriculum vitae:*

Durante l'espletamento del servizio, i volontari che parteciperanno alla realizzazione di questo progetto acquisiranno le seguenti competenze utili alla propria crescita professionale:

- **competenze tecniche** (specifiche dell'esperienza vissuta nel progetto, acquisite in particolare attraverso il *learning by doing* accanto agli Olp e al personale professionale): supporto alle relazioni sociali, organizzazione logistica, segreteria tecnica, ideazione e realizzazione grafica e testuale di testi informativi, uso di strumentazioni tecniche, riconoscimento delle emergenze, valutazioni tecniche;
- **competenze cognitive** (funzionali ad una maggiore efficienza lavorativa e organizzativa): capacità di analisi, ampliamento delle conoscenze, capacità decisionale e di iniziativa nella soluzione dei problemi (problem solving), team working;
- **competenze sociali e di sviluppo** (utili alla promozione dell'organizzazione che realizza il progetto ma anche di se stessi): capacità nella ricerca di relazioni sinergiche e propositive, creazione di reti di rapporti all'esterno, lavoro all'interno di un gruppo, capacità di mirare e mantenere gli obiettivi con una buona dose di creatività;
- **competenze dinamiche** (importanti per muoversi verso il miglioramento e l'accrescimento della propria professionalità): competitività come forza di stimolo al saper fare di più e meglio, gestione e valorizzazione del tempo di lavoro, ottimizzazione delle proprie risorse.

L'ente proponente il progetto attesta e riconosce le competenze acquisite.

## Formazione specifica dei volontari

**In aula:**

**I APPROFONDIMENTO:**



## **Modulo I: Educazione al cibo e alla biodiversità**

## **Modulo II: Conoscere le tipicità del territorio campano**

### **II APPROFONDIMENTO:**

#### **Modulo III: Informazione ai volontari (conforme al D.Lgs 81/08 art. 36).**

- Rischi per la salute e sicurezza sul lavoro
- Procedure di primo soccorso, lotta antincendio, procedure di emergenza
- Organigramma della sicurezza
- Misure di prevenzione adottate

#### **Modulo IV: Formazione sui rischi specifici (conforme al D.Lgs 81/08 art. 37, comma 1, lett. b e accordo Stato/Regioni del 21 Dicembre 2011).**

- Rischi derivanti dall'ambiente di lavoro
- Rischi meccanici ed elettrici generali
- Rischio biologico
- Rischio chimico
- Rischio fisico
- Rischio videoterminale
- Movimentazione manuale dei carichi
- Altri Rischi
- Dispositivi di Protezione Individuale
- Stress lavoro correlato
- Segnaletica di emergenza
- Incidenti ed infortuni mancati

### **Corso e-learning:**

- Educazione alimentare
  - Differenze tra i concetti "alimentarsi" e "nutrirsi", in modo da capire più a fondo il significato di "corretta alimentazione"
  - Conoscere le categorie alimentari e la loro classificazione
  - Conoscere la "Piramide alimentare" ed imparare a consumare gli alimenti in modo corretto nell'arco della dieta settimanale
  - Comprendere le ragioni per cui frutta e verdura sono alimenti salubri, attraverso la tecnica dei "5 colori"
  - Apprendere l'importanza delle proteine nel contesto nutritivo
  - Prendere coscienza del valore nutritivo ed energetico contenuto nei carboidrati e nei lipidi



➤ Comprendere gli effetti benefici dell'acqua sull'organismo umano

▪ Educazione al consumo consapevole

- Educazione al risparmio
- Qualità alimentare
- Riduzione dei rifiuti
- Cosa e come mangiamo
- Consumo equo e solidale

▪ Educazione all'ambiente e alla biodiversità

- Cos'è la biodiversità e come tutelarla
- Normativa internazionale e nazionale
- Biodiversità e conoscenza della propria cultura

**Contenuti della metaformazione:**

Il modello formativo proposto, caratterizzato da un approccio didattico di tipo costruttivista in cui il discente "costruisce" il proprio sapere, permette di acquisire un set di meta-competenze quali:

- capacità di analisi e sintesi
- abilità comunicative legate alla comunicazione on line
- abitudine al confronto e alla discussione

L'uso di una piattaforma FAD inoltre consente inoltre, indipendentemente dagli argomenti della formazione specifica, l'acquisizione di una serie di competenze informatiche di base legate all'uso delle TIC e di Internet.