#

#

**Latte fresco, probiotici e fermenti: quando, quanto e perché?**

**Dalla salute dell’intestino al benessere psico-fisico.**

**Dialogo con esperti con suggerimenti per corretti stili di vita.**

# 1° SEMINARIO PER INSEGNANTI

# di Scuole Infanzia, Primarie, Secondarie di I e II grado, Istituti Tecnici e Alberghieri

**La partecipazione è gratuita su iscrizione tramite apposita scheda allegata**

**Vicenza, 28 Ottobre 2024 ore 15-18**

***Sala conferenze della Centrale del Latte di Vicenza, Via Faedo 60***

Obiettivo: in linea con i programmi didattici e i piani di prevenzione e salute la Centrale del Latte attraverso questo seminario intende promuovere la conoscenza approfondita delle caratteristiche nutrizionali del latte fresco, del kefir, dei fermenti per aiutare i consumatori ad orientarsi fra fake news e corretta informazione. Informazione e conoscenza diventano strumenti e guida per scegliere consapevolmente i propri corretti stili di vita.

*Per divulgare tematiche salutistiche e fare conoscere la mission aziendale* *vogliamo comunicare al consumatore attraverso seminari di educazione alimentare ed ai corretti stili di vita. Attraverso questo format la Centrale del Latte sostiene gli insegnanti e li supporta nell’educazione degli studenti.*

Gli interventi dei nostri esperti in ambito medico-nutrizionale, psicologico e sportivo scatteranno un “selfie” che aiuterà gli insegnanti a scoprire tutti i particolari di una fotografia dell’attuale generazione Z e Alpha. Saranno affrontate tematiche relative all’alimentazione puntando i riflettori sul latte fresco, il kefir e lo stretto legame fra salute dell’intestino e benessere psico-fisico, l’importanza dello sport in età scolare fino a planare con un focus orientato alla psicologia attiva e al rapporto fra insegnanti e alunni per ritrovare una comunicazione e comprensione reciproca.

Gli insegnanti potranno sfruttare al meglio le linee guida che emergeranno dal seminario per stimolare comportamenti virtuosi sia nei ragazzi che nelle famiglie.

**PROGRAMMA e METODOLOGIA**

approccio interattivo, esperienze a confronto, guida e strumenti pratici da applicare in classe

**ore 14.30 Registrazione partecipanti**

**ore 15.00 Inizio - 18 Chiusura lavori**

Benvenuto da parte di referente aziendale

Saluti istituzioni patrocinanti

***ore 14.50 Saluti aziendali e istituzionali***

***ore 15.00 PRIMO INTERVENTO***

**“L’intestino: il sesto senso del nostro corpo. Dal suo benessere dipende il nostro benessere psico-fisico. Conosciamo meglio quali sono gli alimenti che aiutano a prevenire e stare bene”.**

Domande & Risposte

***Pier Luigi Rossi,*** *Medico e Docente Universitario, specializzato in Scienze dell’Alimentazione e in Igiene e Medicina Preventiva. Ha pubblicato numerosi libri, fra cui “L’Intestino. Il sesto senso del nostro corpo. Alimentazione consapevole e biochimica della gioia” (Aboca Edizioni, 2023) e l’ultimo edito “La nuova scienza dell’alimentazione. Dal fallimento delle diete «meteore» al benessere duraturo della salute consapevole” (Aboca Edizioni, 2024).*

***ore 15.40 SECONDO INTERVENTO***

**“Corpo ed emotività nella dimensione educativa e relazionale. Stare con l'emotività, la ribellione, l'isolamento di bambini e adolescenti”.**

Domande & Risposte

***Gaetano Cotena -*** *Psicologo, Psicoterapeuta, Professore a contratto di "Abilità relazionali" presso la Facoltà di Medicina e Chirurgia dell'Università degli studi di Brescia e Docente di ruolo Scienze Umane. Autore dei libri "Insegnare senza farsi male" (UTET Università, 2021) e "Quello che gli studenti non dicono" (UTET Università, 2023)*

***ore 16.20 Milk Break offerto a tutti i partecipanti con i prodotti della Centrale del Latte***

***ore 16.45 TERZO INTERVENTO***

**Che relazione c’è fra nutrizione e attività fisica? Focus sul binomio cibo e sport. Consigli pratici per stare in forma mangiando bene, a scuola e in famiglia. Key messages.**

Domande & Risposte

***Antonio D’Amato –*** *Medico presso SIAN (Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione) ULSS 8 Berica*

***ore 17.20 Visita dello Stabilimento della Centrale del Latte a cura di personale interno***

***ore 18.00 CHIUSURA SEMINARIO E RINGRAZIAMENTI***

***FOLLOW UP WEBINAR: LE RELAZIONI SARANNO SCARICABILI DAL SITO*** [***www.centralelatte.torino.it***](http://www.centralelatte.torino.it)

***A fine seminario verrà inviato a tutti i partecipanti via mail un ATTESTATO di PARTECIPAZIONE***

**Patrocini morali concessi dalle seguenti istituzioni**

****

**Per info e dettagli:** Segreteria Organizzativa Explan Relazioni Esterne tel. 0114335705

**Patrizia Pallottino pallottino@explantorino.it**