



IL PROGETTO: "ALIMENTIAMO IL CONTAGIO POSITIVO DELLA CONOSCENZA"

INTRODUZIONE AI WORKSHOP

Il progetto **"ALIMENTIAMO IL CONTAGIO POSITIVO DELLA CONOSCENZA"**, condotto dal Comune di Cremona, in collaborazione con l'Università Cattolica del Sacro Cuore e con il centro di ricerca ENGAGEMINDS-Hub, è quello di creare un programma educativo per i giovani cittadini del cremonese volto ad aumentare il loro coinvolgimento attivo (engagement) nella gestione dell'alimentazione e la loro consapevolezza nell'utilizzo di informazioni corrette per consumi alimentari adeguati, salutari e sostenibili in termini ambientali e di limitazione degli sprechi.

Il progetto ambisce a generare una sensibilizzazione a cascata dei giovani - a partire dai principi della psicologia applicata ai consumi alimentari e dell'engagement - grazie al supporto di rappresentanti delle principali realtà di aggregazione giovanile radicate nel territorio cremonese. I rappresentanti coinvolti potranno diventare loro stessi formatori e sensibilizzare altri giovani della loro rete, promuovendo un coinvolgimento dal basso ed un cambiamento nell'approccio alla salute e all'alimentazione.

La formazione dei rappresentanti avverrà attraverso lo svolgimento di un ciclo di 3 workshop condotti da docenti esperti presso la sede del Comune di Cremona.

MODALITA' DIDATTICA E DI EROGAZIONE DEI WORKSHOP

I workshop saranno erogati in modalità mista, in presenza per i partecipanti che potranno presenziare e in streaming per coloro che si collegheranno a distanza, in modo da garantire il rispetto alle misure di distanziamento fisico imposte per il contenimento del rischio di contagio da COVID-19.

Si prevede l'utilizzo di una didattica fortemente interattiva, con dibattito e scambio tra esperti e partecipanti e la sperimentazione di esercizi pratici volti a potenziare l'apprendimento e il coinvolgimento degli stessi. Obiettivo della formazione sarà quello di passare sia "competenze di contenuto" (i.e. relative al sapere tecnico-scientifico sulla corretta alimentazione e la corretta gestione della salute) sia "competenze trasversali" (i.e. relative alla capacità di engagement nella salute e di sensibilizzazione tra pari).

PROGRAMMA E DOCENTI

WORKSHOP 1

3 NOVEMBRE 2020

15.00-17.00

Sala Quadri di Palazzo comunale – Cremona

Durante il primo workshop verranno affrontate le tematiche relative alla nutrizione, alla biologia degli alimenti e alle scienze dell'alimentazione, al fine di fornire le competenze di scelta di stili alimentari corretti ed evitare fake news, in particolare relative a COVID19 e alimentazione. Più nel dettaglio il workshop sarà organizzato in due sessioni.

1° SESSIONE

15.00-15.45

SISTEMA IMMUNITARIO, CIBO E FAKE NEWS SUL COVID-19

Prof. Lorenzo Morelli, Direttore DISTAS, Facoltà di Scienze Agrarie Alimentari e Ambientali, Università Cattolica del Sacro Cuore

15.45-16.00

Q&A

2° SESSIONE

16.00-16.45

CONOSCERE E SCEGLIERE GLI STILI ALIMENTARI SANI E SOSTENIBILI

Prof. Margherita Dall'Asta – Nutrizionista, Facoltà di Scienze Agrarie Alimentari Ambientali, Università Cattolica di Piacenza

16.45-17.00

Q&A

WORKSHOP 2

PSICOLOGIA DEI CONSUMI E PERSUASIVITA' DELLE FAKE NEWS ALIMENTARI

Prof.ssa Guendalina Graffigna, EngageMinds HUB, Università Cattolica del Sacro Cuore di Cremona

DATA: 4 NOVEMBRE 2020

ORARIO: 15.00-17.00

SEDE: Sala Quadri di Palazzo comunale – Cremona

Nell'odierno panorama dei consumi alimentari le dinamiche che guidano le nostre preferenze e le nostre scelte non sono del tutto razionali. Siamo spesso – inconsapevolmente – influenzati dai processi comunicativi, dalle dinamiche interpersonali e anche dal modo con cui un alimento è venduto (i.e. il pack, la pubblicità, le etichette, il nome del marchio...).

Comprendere i meccanismi psicologici che sono alla base delle nostre scelte alimentari può aiutarci a diventarne più consapevoli e, quindi, a difenderci dalla persuasività di notizie fallaci e persuasive che possono andare a detrimento della nostra salute e della sostenibilità dei nostri comportamenti..

Più nel dettaglio, verranno affrontate le seguenti tematiche:

- La psicologia del consumatore applicata alle scelte alimentari: le principali prospettive teoriche e applicative;
- Le caratteristiche comunicative ed emotive che rendono così persuasive le fake news in ambito agro-alimentare;
- Le strategie psicologiche per diventare più consapevoli dei propri processi di scelta nei consumi alimentari e “difendersi dalle fake news”.

WORKSHOP 3

“NON VOGLIO CAMBIARE”: COME FAVORIRE PROMUOVERE STILI DI VITA PIU’ SALUTARI CON LA PSICOLOGIA DELL’ENGAGEMENT

Dr.ssa Mariarosaria Savarese, EngageMinds HUB, Università Cattolica del Sacro Cuore di Cremona

DATA: 6 NOVEMBRE 2020

ORARIO: 15.00-17.00

SEDE: Sala Quadri di Palazzo comunale – Cremona

La promozione di stili alimentari salutari e sostenibili passa dal cambiamento delle abitudini e dello stile di vita dei cittadini. Come favorire questo cambiamento? Durante il terzo workshop verrà affrontato il tema del coinvolgimento attivo del cittadini (health engagement), modello psicologico alla base del cambiamento comportamentale verso stili di vita salutari. In particolare attraverso la discussione di questo modello e delle sue applicazioni verrà mostrato ai partecipanti come favorire nei giovani una presa di consapevolezza circa l'importanza di assumere un ruolo attivo nelle proprie scelte alimentari. Verranno inoltre trattate le principali strategie attitudinali e di comunicazione per diventare formatori efficaci nella sensibilizzazione alla salute dei giovani a tavola e nel loro engagement.