

# **Laboratorio di educazione alimentare 2012**

( A cura dell' Associazione Onlus - Nutrizione e Prevenzione )

Conoscere i cibi, i fattori dei consumi metabolici e se stessi.  
4 incontri per essere più in forma.

Martedì 31 gennaio 2012 ore 15 - Lineamenti di anatomia e fisiologia dell'apparato digerente

Venerdì 3 febbraio 2012 ore 15 - Sostanze nutritive contenute negli alimenti  
(alimenti con funzione energetica, alimenti con funzione plastica, alimenti con funzione regolatrice)

Giovedì 9 febbraio 2012 ore 15 - Rallentamenti digestivi ed impegno infiammatorio collegato ai pasti.

Venerdì 17 febbraio 2012 ore 15 - Le scelte soggettive, importanza del livello glicemico nell'assunzione del cibo. Test finale.

Gli incontri sono aperti agli alunni del triennio, ai genitori ed agli insegnanti.  
Si terranno presso i locali del Liceo Scientifico Leonardo Da Vinci al pomeriggio, dalle ore 15 alle 16.30 circa.

Gli studenti del triennio del Liceo, che seguiranno l'intero corso, potranno sostenere una prova finale per verificare le conoscenze acquisite. Se questa avrà esito positivo riceveranno un attestato di frequenza con merito valutabile, come percorso formativo, dagli insegnanti di Scienze o di Educazione Fisica o, in alternativa, come credito formativo di fine anno.

Coordinano il corso il prof. Campolmi per il settore Scienze ed il prof. Ballerini per il settore Educazione Fisica.