

Presentazione

Il Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione dell'AUSL di Reggio Emilia organizza un percorso gratuito di educazione alimentare (*tenuto da esperti di alimentazione e psicologia*), rivolto ai familiari dei bambini celiaci e ad adulti affetti da celiachia residenti a Reggio Emilia o Provincia. Il percorso di educazione alimentare e sani stili di vita è rivolto prevalentemente ai celiaci neo diagnosticati e partendo dalle motivazioni dei partecipanti si struttura ogni anno in modo diverso, utilizzando le esercitazioni pratiche come strumento di apprendimento interattivo. Di seguito alcuni degli argomenti emersi nelle edizioni passate:

- celiachia nelle diverse età: aspetti psicologici;
- alimentazione come equilibrio, la giornata alimentare, l'attività motoria;
- la piramide alimentare, i cibi con e senza glutine;
- la spesa senza glutine, organizzare la dispensa, preparazioni in cucina;
- imparare a gestire situazioni di rischio: a casa, a scuola, fuori casa;
- saper leggere le etichette;
- emozioni, conflitti, accordi per il cambiamento.

Grazie al contributo dei partecipanti sarà elaborato un piccolo ricettario che verrà consegnato alla fine del percorso.

Sede

Il corso, per le sue caratteristiche, è riservato ad un massimo di 15 persone e si svolgerà presso la sede dell'AUSL di Reggio Emilia in via Amendola 2, Padiglione Ziccardi, Sala Biblioteca DSP.

Date incontri

14 gennaio 2020 | dalle ore 16.30 alle 18.30

21 gennaio 2020 | dalle ore 16.30 alle 18.30

28 gennaio 2020 | dalle ore 16.30 alle 18.30

4 febbraio 2020 | dalle ore 16.30 alle 18.30

data da definirsi | esperienza pratica in cucina

Iscrizione

Sono previsti 5 incontri. Per partecipare è necessario compilare l'apposita scheda on-line, disponibile sul sito internet www.ausl.re.it nella sezione Eventi e Congressi. Le richieste saranno accettate in ordine di arrivo fino ad esaurimento posti. Il corso è gratuito.

Percorso counseling celiachia

Gennaio - Febbraio 2020

Azienda USL di Reggio Emilia

Via Amendola, 2 - Reggio Emilia

Padiglione Ziccardi, Sala Biblioteca DSP



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia
IRCCS Istituto in tecnologie avanzate e modelli assistenziali in oncologia

