



**vuoi sapere se ti sai alimentando bene????**

**basta poco....**

**aderisci al progetto che la tua scuola in collaborazione con l'Azienda Sanitaria Locale (A.S.L.) ha organizzato per te**

**Come????**

**Prenotando un incontro gratuito nella tua scuola allo**

## **"SPORTELLO DI ASCOLTO ALIMENTARE"**

**Per i ragazzi o i genitori che vogliono saperne qualcosa in più....**

Generalmente gli incontri sono o individuali o a due se i ragazzi/ ragazze preferiscono presentarsi assieme. Si tratta di due incontri a distanza di qualche mese con la finalità di:

- 🌱 **Fornire informazioni corrette su cosa debba essere inteso per alimentazione equilibrata**
- 🌱 **Far conoscere l'Indice di Massa Corporea e le sue potenzialità ai ragazzi/e**
- 🌱 **Individuare le abitudini alimentari non salutari del ragazzo/ ragazza e concordare insieme a lui/ lei come modificarle**
- 🌱 **In casi specifici viene data la possibilità di avere più incontri o di avere una visita con la dietista**
- 🌱 **Nei casi di BMI non compreso tra 18-25 e con sospetto di Disturbi nel Comportamento Alimentare, il ragazzo/a e la famiglia possono essere messi in contatto con il servizio di Dietologia dell'Ospedale di Melegnano**

**Ti aspettiamo!!!**

**Per prendere un appuntamento rivolgiti alla segreteria della tua scuola e lascia il tuo nome e la tua classe..verrai contattato dall'Assistente Sanitaria!**