

Ministero dell'istruzione, dell'università e della ricerca
"I.I.S. VILFREDO FEDERICO PARETO"

Istituto Tecnico Economico e Turismo – Istituto Professionale Servizi per l'Agricoltura – Liceo Scienze Umane
Via Litta Modignani, 55 - 20161 Milano - Tel. (02) 6453919/984

Email Istituto: MIIS03600A@istruzione.it – MIIS03600A@PEC.ISTRUZIONE.IT

Codici meccanografici IIS: MIIS03600A - ITC: MITD03601L - IPAA: MIRA03601A - LS: MIPS03601R
Codice Fiscale 80106870159 - Ambito Territoriale **21**- **Sito internet:** <http://www.iispareto.it>

Circolare interna n. 197
a.s. 2018/2019

Milano, 19 marzo 2019

**AGLI STUDENTI
AI DOCENTI
AL PERSONALE ATA**

OGGETTO: Progetto "Green Day" – appuntamento primaverile

Da mercoledì 20 a giovedì 28 marzo 2019 si svolgerà la sessione primaverile del Progetto "Green Day" d'Istituto.

Attraverso due diverse attività, i "Percorsi botanici" e la "Carta del Pareto", la comunità scolastica potrà valorizzare e apprezzare la bellezza del parco della scuola e riflettere su tematiche relative alla salute (sana alimentazione, promozione del movimento e rispetto dell'ambiente).

Gli studenti della classe 4G, guidati dal Prof. Gomasasca, hanno realizzato **tre percorsi botanici nel parco** che, con l'aiuto dagli studenti di 5H, illustreranno alle classi prime, seconde, terze e quarte, **secondo il calendario allegato**.

Al termine di tale attività le classi torneranno nelle proprie aule e sono invitate a leggere e sottoscrivere la "Carta del Pareto" e a rispondere ad un questionario di classe. Gli studenti di 3B raccoglieranno le risposte.

Si invitano tutti gli studenti a partecipare attivamente con senso di responsabilità e spirito di collaborazione.

I docenti seguiranno il regolare orario di servizio vigilando sulle classi loro assegnate.



Il Dirigente Scolastico
Rossana di Gennaro



CALENDARIO PERCORSI BOTANICI – “CARTA DEL PARETO”

CLASSE	DATA	PERCORSI BOTANICI	“CARTA DEL PARETO”
1A	Venerdì 22 marzo	III ora	IV ora
1B	Lunedì 25 marzo	I ora	II ora
1C	Lunedì 25 marzo	I ora	II ora
1D	Mercoledì 20 marzo	IV ora	V ora
1E	Venerdì 22 marzo	III ora	IV ora
1F	Mercoledì 20 marzo	IV ora	V ora
1G	Venerdì 22 marzo	IV ora	V ora
1H	Mercoledì 20 marzo	IV ora	V ora
2A	Mercoledì 20 marzo	V ora	VI ora
2C	Giovedì 28 marzo	I ora	II ora
2D	Venerdì 22 marzo	III ora	IV ora
2E	Mercoledì 27 marzo	IV ora	V ora
2F	Venerdì 22 marzo	IV ora	V ora
2G	Venerdì 22 marzo	III ora	IV ora
2H	Venerdì 22 marzo	IV ora	V ora
3A	Venerdì 22 marzo	IV ora	V ora
3B	Venerdì 22 marzo	IV ora	V ora
3C	Mercoledì 27 marzo	IV ora	V ora
3D	Mercoledì 27 marzo	V ora	VI ora
3E	Venerdì 22 marzo	III ora	IV ora
3F	Mercoledì 27 marzo	V ora	VI ora
3G	Lunedì 25 marzo	I ora	II ora
3H	Giovedì 28 marzo	I ora	II ora
4A	Venerdì 22 marzo	IV ora	V ora
4B	Giovedì 28 marzo	I ora	II ora
4C	Mercoledì 27 marzo	IV ora	V ora
4D	Mercoledì 20 marzo	V ora	VI ora
4E	Mercoledì 27 marzo	V ora	VI ora
4F	Mercoledì 20 marzo	V ora	VI ora
4H	Venerdì 22 marzo	III ora	IV ora

CARTA DEL PARETO

Noi studenti, studentesse, personale docente e non docente e genitori sottoscriviamo questo documento denominato "Carta del Pareto" per assumerci impegni precisi in relazione a:

- RISPETTO DELLE RISORSE NATURALI
- SANA ALIMENTAZIONE
- PROMOZIONE DEL MOVIMENTO

"La salute è un bene essenziale per lo sviluppo sociale, economico e personale, ed è aspetto fondamentale della qualità della vita. I fattori sociali, culturali, ambientali, comportamentali e biologici possono favorirla come possono lederla. L'azione di promozione si propone di indirizzarli in senso positivo attraverso un'intensa campagna di sensibilizzazione."

Tratto da "La Carta di Ottawa per la promozione della salute" (1986)

Ci impegniamo a sviluppare a tal fine una strategia comune:

- 1) Perseguire la gestione e la riduzione della produzione di rifiuti, preoccupandoci della loro differenziazione in modo da facilitarne il loro recupero, riutilizzo e smaltimento.
- 2) Contribuire alla cura del parco attraverso iniziative volte a preservarlo dagli effetti di comportamenti scorretti e ad attuare interventi di pulizia e ripristino di condizioni ottimali.
- 3) Favorire la disassuefazione dal fumo e prevenire l'iniziazione nei più giovani, in quanto il fumo costituisce il più importante fattore di rischio prevenibile per la salute. In merito a ciò la nostra scuola ha aderito alla Policy "Scuola libera dal fumo".
- 4) Proiettare film/documentari finalizzati a sensibilizzare gli studenti riguardo ai pericoli di una cattiva alimentazione e di una scarsa attività fisica
- 5) Scoraggiare l'assunzione di cibi ricchi di grassi idrogenati e carboidrati e poveri di proteine e vitamine e promuovere un'alimentazione più corretta che preveda un maggior consumo di frutta e verdura finalizzata ad uno stile di vita più sano.
- 6) Convincere tutte le componenti dell'istituto a partecipare a tutte le attività sportive sia scolastiche sia extrascolastiche in modo da abituare il proprio corpo ad un movimento costante.

Invitiamo tutti gli interessati ad aderire a questa Carta; siamo fermamente convinti che se noi, studenti, docenti, personale ATA e genitori unissimo le nostre forze per realizzare strategie di promozione della salute, nel rispetto dei valori morali e sociali che costituiscono la base di questa Carta, la Salute per Tutti diventerebbe una realtà.

Dopo la lettura della "Carta del Pareto" la 3B (I Food Fighters) vi propone un test di classe per raccogliere informazioni riguardanti il vostro stile di vita.

La tabulazione delle risposte verrà utilizzata come tappa del Food Game, gioco a squadre promosso dall'ATS - Città Metropolitana di Milano e verranno poi postate sul sito della scuola. Vi ringraziamo per la collaborazione.

QUESTIONARIO

- 1. Quanta importanza dai allo sport?**
 - a. Nessuna
 - b. Poca
 - c. Abbastanza
 - d. Molta
- 2. In media quanto cammini in una settimana?**
 - a. Meno di 2 km
 - b. Fra i 2 e i 5 km
 - c. Fra i 5 e i 10 km
 - d. Più di 10 km
- 3. Dove fai attività fisica?**
 - a. Non la faccio (passa alla domanda 5)
 - b. All'aria aperta
 - c. In palestra
 - d. A casa
- 4. Con chi fai attività fisica?**
 - a. Da solo/a
 - b. Con degli amici
 - c. Con i famigliari
 - d. Con un personal trainer
- 5. Che cos'è lo sport per te?**
 - a. Una valvola di sfogo
 - b. Un modo per divertirmi
 - c. Un passatempo
 - d. Una perdita di tempo
- 6. Pensi di avere un'alimentazione corretta?**
 - a. Sì
 - b. No, è troppo ricca di carboidrati
 - c. No, è troppo ricca di grassi
 - d. No, è troppo ricca di proteine
- 7. Pensi di avere una buona forma fisica?**
 - a. Sì
 - b. No, penso di essere troppo magro
 - c. No, penso di avere qualche chilo di troppo
 - d. No, credo di avere troppi chili di troppo
- 8. In una settimana consumi il tuo pranzo prevalentemente...**
 - a. A casa
 - b. Al bar
 - c. Al ristorante
 - d. In un fast food
- 9. Cosa mangi durante l'intervallo a scuola?**
 - a. Merendine confezionate, crackers...
 - b. Panini, focacce, pizzette acquistate al bar
 - c. Frutta/verdura
 - d. Panini o altro preparati a casa
- 10. Quanti litri d'acqua bevi al giorno?**
 - a. Bevo altre bevande
 - b. Meno di un litro
 - c. Da 1 a 1,5 L
 - d. Più di 1,5 L
- 11. Quando sei in giro e hai un rifiuto in mano, cosa fai?**
 - a. Lo butto per terra
 - b. Lo butto nel primo cestino che trovo
 - c. Cerco il cestino adatto per la raccolta differenziata
 - d. Lo metto in tasca e lo porto a casa
- 12. Cosa fai prima di andare a letto?**
 - a. Stacco la spina di tutti gli elettrodomestici
 - b. Spengo solo il televisore e le luci
 - c. Lascio il cellulare in carica tutta la notte
 - d. Fanno tutto i miei genitori
- 13. Quali di questi materiali si decompone più velocemente?**
 - a. Metallo
 - b. Plastica
 - c. Carta
 - d. Alluminio
- 14. Quale fonte di energia è rinnovabile?**
 - a. Energia eolica
 - b. Energia nucleare
 - c. Gas naturali
 - d. Carbone
- 15. Pensi sia importante che ciascuno abbia cura del parco della scuola?**
 - a. No
 - b. Sì, tutti a turno devono pulirlo e curarne la manutenzione
 - c. Sì, nessuno deve buttare a terra cartacce, mozziconi di sigaretta o altro
 - d. Sì, perché rispettare il verde vuol dire avere cura anche della nostra salute