




28 novembre 2014 • Numero 3



## Food In Later Life

Il progetto Food In Later Life (FILL) si propone di fornire una prospettiva internazionale, interculturale, intergenerazionale e multidisciplinare su come la preparazione del cibo e il momento dei pasti dovrebbero cambiare nel corso degli anni per adattarsi ai cambiamenti delle esigenze nutrizionali e degli stili di vita.

 Il progetto FILL si propone di fornire una prospettiva internazionale, interculturale, intergenerazionale e multidisciplinare su come la preparazione del cibo e il momento del pasto dovrebbero cambiare nel corso degli anni per adattarsi ai cambiamenti delle esigenze nutrizionali e degli stili di vita.

FILL si concentra su coloro che, a causa dell'età o di malattie, devono cambiare in modo sostanziale il loro stile nutrizionale. Fra i gruppi target vi sono anche gli adulti si occupano dei loro familiari anziani, i volontari attivi nelle organizzazioni non governative e gli operatori professionali che lavorano nel settore sociosanitario. Nel corso del progetto i partner prendono in considerazione le diverse culture, le differenti fasce di età, gli stili di vita e le aspettative in relazione al cibo e all'alimentazione nel senso più ampio.

Un certo numero di soluzioni semplici ed efficaci atte a favorire il processo di alimentazione sono già disponibili. I partner del progetto mirano a individuare buone prassi e offrire informazioni concise e chiare a chi è coinvolto, direttamente o indirettamente, nella preparazione, presentazione e talvolta anche somministrazione dei pasti. A tal fine, i partner stanno producendo una serie di prodotti informativi testuali, visivi e audiovisivi, disponibili sul sito web del progetto FILL.

## Incontro internazionale a Livingston

Il partner West Lothian College ha ospitato il 3° Meeting del Partenariato Transnazionale FILL nei giorni Giovedì 30 e Venerdì 31 ottobre 2014.

Le attività organizzate nei due giorni sono state numerose e molto diverse fra loro, i partner hanno partecipato a una serie di eventi pratici e a dibattiti legati agli obiettivi del partenariato di apprendimento.



Inoltre, alla partnership si sono aggiunti due relatori esterni, che hanno presentato servizi attivi sul territorio che forniscono ad anziani fragili pasti

a domicilio o servizi di consulenza su temi legati all'alimentazione.

## Resoconto dettagliato dell'incontro a Livingston

**Giovedì 30 ottobre 2014**

Dopo un messaggio di benvenuto, seguito dall'illustrazione dettagliata delle attività previste per i due giorni di incontro, la mattinata è stata dedicata al "Great West Lothian Bake-Off": al confronto teorico sulle differenze culturali e inter-generazionali nell'approccio alle cultura alimentare scozzese, ha fatto seguito una esercitazione pratica che ha permesso ai partner, divisi in quattro gruppi, di cucinare alcuni cibi tipici sotto la guida dello Chef Tommy Smith, docente di tecnica dell'alimentazione al College scozzese.

Nel pomeriggio, i partner hanno partecipato a una presentazione di Christine Watt, seguita da una sessione di domande e risposte, in cui è stata illustrata l'iniziativa



"Food Train", che comprende l'acquisto di cibi e la fornitura di servizi di volontariato volti a sostenere gli anziani fragili per mantenere l'indipendenza all'interno delle loro case. I volontari non solo fanno la spesa in base alle indicazioni delle persone iscritte al servizio, ma la portano a domicilio, la distribuiscono nel frigorifero e nella dispensa e colgono l'occasione per tenere compagnia alle persone anziane.

Successivamente Linda Brown, del West Lothian College, ha presentato una serie di diapositive dedicate agli aspetti economici relativi all'alimentazione nella tarda età. Il titolo della presentazione è "Nutrition on a budget: SMART Cooking" e la presentazione fa parte dei prodotti che il WLC sta preparando per il progetto FILL.

A conclusione della giornata Edith Draxl, dell'organizzazione partner UniT, ha illustrato un progetto locale, complementare al progetto FILL, che sarà oggetto di ulteriore analisi durante l'incontro che si terrà in Austria nel giugno 2015.



**Venerdì 31 ottobre 2014**

Tino Boubaris, in rappresentanza del partner tedesco, ha illustrato i progressi nello sviluppo dell'App dedicata al progetto FILL e i partner hanno verificato l'utilità dei contenuti dell'app in relazione ai contesti nazionali, talvolta alquanto diversi da quello tedesco.

Successivamente Laurence Ledesma, dell'Istituto IFITS, ha anticipato i dettagli dell'evento internazionale che si terrà a Parigi nel mese di Aprile 2015 e i partner sono stati invitati a partecipare presentando gli sviluppi del progetto. In seguito la Dott.ssa Ledesma ha presentato una serie di diapositive che illustrano un progetto di formazione sui temi dell'alimentazione per l'anziano in via di sviluppo all'IFITS su stimolo del progetto FILL.

Marion Darling, del West Lothian College ha poi parlato delle prossime tappe di sviluppo dei

prodotti informativi che sono in via di elaborazione da parte del West Lothian College.



Al termine i partner hanno potuto incontrare Rory Stewart, imprenditore scozzese proprietario di un'industria che produce cibo surgelato che ha creato una linea di produzione parallela, denominata "On the Menu", che consiste di pasti surgelati adatti, per ingredienti, composizione calorica, quantità e perfino caratteristiche dell'imballaggio, ad una clientela anziana con problemi di salute, di motricità fine delle mani e difficoltà di lettura. Rory Stewart ha evidenziato i costi aggiuntivi che la malnutrizione della popolazione anziana causa al servizio sanitario nazionale. I partner hanno potuto anche assaggiare le varie proposte presenti sul menu. Rory ha parlato a lungo anche della dimensione sociale e persino rituale che i prodotti "On the menu" apportano ai clienti, in quanto il servizio non si limita alla consegna dei prodotti acquistati ma include la verifica dei consumi e dell'idoneità degli acquisti alle esigenze individuali. Ciò è possibile grazie alla dimensione locale dell'impresa e alla prossimità del laboratorio di produzione alla zona in cui risiede la clientela.

L'ultima parte dell'incontro è stata dedicata ad aspetti organizzativi, quali la valutazione in itinere del progetto, le attività di monitoraggio, la valutazione dei materiali didattici, e le strategie di distribuzione al pubblico dei materiali che sono in corso di produzione.

Infine, i partner hanno pianificato nei dettagli la prossima riunione transnazionale prevista a Genova nel gennaio 2015. Le rappresentanti dell'Associazione ALPHA hanno illustrato gli aspetti pratici e organizzativi ed hanno infine concordato con i partner i dettagli dei contenuti dell'incontro, in particolare del workshop teorico

pratico e dei relatori ospiti. Il tema del workshop e delle presentazioni satellite, come previsto dal progetto, sarà la disfagia nell'anziano fragile. I partner raccoglieranno e invieranno a Genova in tempo utile una serie di domande che costituiranno il punto di partenza del workshop.

La distribuzione e compilazione dei questionari di valutazione e la consegna dei certificati di partecipazione hanno concluso l'incontro.

## Zoom sul West Lothian College

Il West Lothian College (WLC) è un ente di istruzione superiore con sede a Livingston, West Lothian, Scozia. Il College offre la più ampia gamma di qualifiche accademiche e professionali in vari settori, incluso il settore socio sanitario, offrendo numerosi percorsi formativi a circa 8000 studenti.

Il collegio è guidato dal Principal & Chief Executive, Mhairi Harrington, ed è rinomato a livello nazionale per le sue collaborazioni con partner stranieri, università, organizzazioni governative ed enti locali.

Grazie ad un ambiente di apprendimento vivace, moderno e innovativo, il WLC è ben attrezzato per offrire agli studenti le migliori strutture e risorse per contribuire a sviluppare il loro apprendimento e le loro competenze. Il College organizza una vasta gamma di corsi, tutti centrati sullo sviluppo di competenze necessarie per l'occupazione e per migliorare le prospettive di carriera di chi, lavoratore, torna a studiare per specializzarsi. I dati relativi al 2013-14 mostrano che l'86% dei laureati al College ha trovato una collocazione nel mondo del lavoro o ha potuto proseguire gli studi con profitto.

### Un bilancio a tre quarti del percorso

A circa tre quarti del percorso, i partner stanno facendo un bilancio delle attività e possono intravedere meglio i risultati del partenariato FILL, sotto la guida dell'associazione ALPHA ideatrice del progetto.

Ogni partner sta apprendendo dagli altri tramite un percorso di scambio di conoscenze di varia natura. Tecniche, ad esempio quali ingredienti sono più rilevanti nella dieta di persone anziane, come cucinare correttamente i cibi e come servirli; teatrali, come trasformare il pasto in un evento, in un rito significativo e motivante; culturali, come integrare ingredienti e stili alimentari di culture diverse nella cucina locale, anche in case di riposo e ospedali.

I singoli partecipanti stanno affrontando una serie di prospettive e punti di vista diversi, legati a credenze religiose, igiene alimentare, preferenze alimentari sulla consistenza, temperatura, frequenza dei pasti, per citarne solo alcuni. Prospettive e punti di vista che fino ad ora non avevano fatto parte dei loro percorsi formativi o professionali.

Queste nuove conoscenze e consapevolezze stanno già influenzando il modo di lavorare dei singoli partner, e stanno

entrando nelle loro attività promozionali.

I vari target group stanno beneficiando in modo diverso dalle attività progettuali: le future assistenti personali (parliamo al femminile perché abbiamo constatato che la quasi totalità dei partecipanti ai corsi di formazione è costituita da donne) stanno apprendendo strategie pratiche su come preparare il cibo e come alimentare chi non è in grado di farlo in modo autonomo, completando così la loro formazione di base; familiari e amici stanno imparando a preparare dei pasti sani e variati, che possono essere facilmente masticati e inghiottiti da chi ha problemi di disfagia; il personale delle case di riposo sta apprendendo ad applicare strategie per trasformare il momento del pasto in un tempo di relax e tranquillità, senza perdere di vista la piacevolezza della condivisione di questa esperienza quotidiana; formatori che lavorano in istituti professionali o college che formano addetti all'alimentazione, ad esempio cuochi, stanno imparando quali sono le necessità specifiche degli anziani e cominceranno presto a condividere questa conoscenza con i loro studenti, che spesso si troveranno in futuro a lavorare in ospedali, case di cura o centri diurni per gli anziani.

Altre informazioni su [fill-project.eu](http://fill-project.eu)

## Credits

### I partners di FILL



FILL è un'iniziativa condotta da diverse organizzazioni europee che si occupano di educazione ed istruzione degli adulti. Formando un partenariato queste organizzazioni lavorano insieme per condividere conoscenze e per offrire una comprensione globale delle problematiche legate ai cambiamenti nutrizionali legati all'invecchiamento, ed stanno preparando materiali didattici per garantire che l'alimentazione resti un'esperienza quanto più possibile piacevole per tutta la vita.

Questa iniziativa è stata resa possibile grazie al sostegno finanziario della Commissione europea nell'ambito del Programma di Apprendimento Permanente, azione Grundtvig per l'educazione degli adulti.

## Disclaimer

*Il presente progetto è finanziato con il sostegno della Commissione europea. Gli autori e le autrici sono i soli responsabili di questa pubblicazione e la Commissione declina ogni responsabilità sull'uso che potrà essere fatto delle informazioni in essa contenute.*



Quest'opera è distribuita con Licenza [Creative Commons Attribuzione - Non commerciale - Non opere derivate 4.0 Internazionale](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/). La Newsletter del progetto FILL può essere riprodotta e distribuita gratuitamente.



Editing e impaginazione a cura di KAPLAN CONSULTANTS.

Le foto sono pubblicate per gentile concessione di © Jonathan Kaplan, salvo indicazione contraria