

## CHE COS' E' ?

**Lo Sportello è un servizio** rivolto alla cittadinanza con l'intento di **promuovere la salute** attraverso l'educazione alimentare.

Rappresenta un importante e utile servizio dove poter acquisire linee guida di educazione alimentare, conoscere uno stile di vita salutare e ricevere informazioni utili per prevenire patologie legate ai disturbi alimentari.

## A CHI SI RIVOLGE?

Il servizio è rivolto a cittadini, con priorità ai residenti di Ponteranica , di **ogni fascia d'età**: giovani, adulti, famiglie ed anziani. In caso di minori è fatto obbligo che vengano accompagnati da un genitore.

Può essere **utile come prima consulenza** per il recupero o il mantenimento di una buona condizione psico-fisica.

***E' importante  
avere uno stile  
di vita sano,  
a partire  
dall'alimentazione.***

## COME SI SVOLGE?

Il **servizio gratuito** fornito dallo Sportello di consulenze dietetiche prevede **incontri individuali** di mezz'ora circa preceduti dalla compilazione di un questionario.

Il questionario nutrizionale è particolarmente utile come programma di prevenzione, poiché consente di individuare eventuali fattori di rischio alimentare, purtroppo sempre più diffusi non solo tra gli adulti ma anche tra i ragazzi in età scolare. Il questionario (fornito al richiedente al momento della prenotazione) dovrà essere consegnato compilato alla nutrizionista il giorno della consulenza. La nutrizionista e dietista Rossana Madaschi provvederà a valutare gli apporti nutrizionali, evidenziando potenziali errori dietetici e suggerendo adeguate modifiche personalizzate.

## DOVE E QUANDO?

Lo sportello di consulenze dietetiche è attivo il **venerdì dalle 16.00 alle 18.00 una volta al mese** (calendario disponibile sul sito comunale)  
c/o ex stazione - Centro Anziani  
via Valbona 58.

## ACCESSO

Per accedere allo Sportello è necessario **prenotarsi** c/o l'Ufficio Servizi Scolastici del Comune entro il mercoledì della settimana dell'incontro.  
*tel. 035-571026 (+ int.6 + int. 1)*  
*servizi.scolastici@comune.ponteranica.bg.it*  
Per accedere al servizio è necessario attendere la conferma di iscrizione (max 4 posti ogni data).  
In caso di rinuncia occorre disdire con congruo anticipo.  
L'accesso allo Sportello è garantito a **titolo gratuito con priorità ai residenti di Ponteranica.**

## TITOLARI DEL PROGETTO

Comune di Ponteranica in collaborazione con Punto Ristorazione e la dott.ssa Rossana Madaschi, nutrizionista e dietista.



Per saperne di più visita il sito [www.comune.ponteranica.bg.it](http://www.comune.ponteranica.bg.it)



**ASSESSORATO  
ALLE POLITICHE EDUCATIVE**

## SPORTELLO CONSULENZE DIETETICHE



**Il servizio è gratuito  
per tutti i cittadini  
(con priorità ai residenti  
di Ponteranica)**