



SIAN
Servizio Igiene
Alimenti e Nutrizione



Istituto Comprensivo
Papa Giovanni XXIII



ORTO x ORTO

Realizzazione di orti per promuovere e sviluppare l'educazione alimentare e ambientale nelle scuole. Costituzione di una comunità dell'apprendimento.

L'obiettivo del progetto è quello di partire dagli orti, dal loro legame storico-culturale col territorio, per affrontare le tematiche legate ad un'alimentazione più sana e consapevole attraverso la scelta di cibi più sani, puliti e giusti.

Responsabili di progetto:

Dirigente Istituto Comprensivo Papa Giovanni XXIII di Savigliano
Dirigente Istituto Comprensivo Santorre di Santarosa di Savigliano
Direttore SIAN - ASL CN1
Assessorato all'ambiente Comune di Savigliano

DICHIARAZIONE DELLE COMPETENZE DEGLI ENTI PROPONENTI:

La promozione della salute e di una corretta alimentazione rientra fra le linee guida definite dal ministero dell'Istruzione e indirizzate alle scuole, in ottemperanza alle indicazioni dell'OMS. Il piano "Ben...essere dello studente" prevede infatti:

- 1) promuovere stili di vita positivi, contrastare le patologie più comuni, prevenire le dipendenze e le patologie comportamentali ad esse correlate;
- 2) prevenire obesità e disturbi dell'alimentazione (anoressia e bulimia);
- 3) rispettare e vivere l'ambiente per una migliore qualità della vita;
- 4) promuovere e potenziare l'attività motoria e sportiva a scuola per essere sportivi consapevoli e non violenti;
- 5) promuovere il volontariato a scuola;
- 6) sostenere la diversità di genere come valore (sessualità, identità, comunicazione e relazione);
- 7) accogliere e sostenere gli studenti con famiglie straniere, adottive e affidatarie;
- 8) promuovere la cultura della legalità ed educare alla cittadinanza attiva in Italia e in Europa anche attraverso lo studio della nostra Costituzione. Prevenire e contrastare il bullismo e la violenza dentro e fuori la scuola;
- 9) prevenire gli incidenti stradali attraverso la conoscenza delle regole di guida e il potenziamento dell'educazione stradale;
- 10) promuovere il corretto utilizzo delle nuove tecnologie.

Tali indicazioni vengono riprese anche dal Piano Nazionale promosso dal Ministero della Salute "Guadagnare Salute", che prevede, fra le altre, le seguenti priorità d'intervento:

- prevenire l'obesità e i disturbi dell'alimentazione (anoressia e bulimia)
- rafforzare la collaborazione attiva fra Uffici Scolastici Provinciali e ASL su tutto il territorio nazionale valorizzando la rete dei referenti regionali e provinciali di educazione alla salute.

ANALISI DI CONTESTO

È risaputo che quella in cui viviamo è la società dei consumi, tutto è fatto per essere consumato in fretta e gettato altrettanto rapidamente. Il modo disordinato e precipitoso con cui ci nutriamo rispecchia pienamente questo stile di vita, come se le nostre azioni quotidiane non influissero sui meccanismi del mercato, non avessero ripercussioni sulla nostra salute, non rappresentassero una parte importante della nostra cultura.

Dati dell'indagine "Okkio alla Salute" 2012 confermano livelli preoccupanti di eccesso ponderale: il 22,2% dei bambini è risultato in sovrappeso e il 10,6% in condizioni di obesità,

La rilevazione 2012, confermando i dati precedenti, ha messo in luce la grande diffusione tra i bambini di abitudini alimentari che possono favorire l'aumento di peso. In particolare, è emerso che il 9% dei bambini salta la prima colazione e il 31% fa una colazione non adeguata (ossia sbilanciata in termini di carboidrati e proteine); il 65% fa una merenda di metà mattina abbondante, mentre il 22% dei genitori dichiara che i propri figli non consumano quotidianamente frutta e/o verdura rispetto le 5 porzioni al giorno raccomandate dall'OMS e il 44% consuma abitualmente bevande zuccherate e/o gassate. Anche i valori dell'inattività fisica e dei comportamenti sedentari, pur mostrando un miglioramento, permangono elevati: il 17% non ha fatto attività fisica il giorno precedente l'indagine, il 18% pratica sport per non più di un'ora a settimana, il 44% ha la TV in camera, il 36% guarda la TV e/o gioca con i videogiochi più di 2 ore al giorno e solo un bambino su quattro si reca a scuola a piedi o in bicicletta

Spesso le abitudini dei ragazzi sono fondate anche su credenze erranee relativamente agli alimenti e alla loro composizione (fattore predisponente). L'attrattiva di certi alimenti non salutari è poi incrementata dai messaggi pubblicitari (fattore predisponente /rinforzante) e il loro consumo favorito dalla grande disponibilità e accessibilità.

INDICAZIONE DELLA POPOLAZIONE TARGET

- Studenti della scuola primaria dei due I.C. (6 classi nella realizzazione dell'orto per un totale di circa 150 bambini)
- Insegnanti della scuola primaria (circa 12)
- Genitori e nonni

DEFINIZIONE OBIETTIVI

Si tratta di un progetto di educazione alimentare e del gusto per gli studenti delle scuole primarie che prevede anche il coinvolgimento dei genitori e della comunità locale, in collaborazione con il Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione dell'ASL CN1.

- Riduzione consumo snack e cibi spazzatura, anche attraverso una maggior conoscenza dei cibi salutari e l'ampliamento della gamma gustativa
- Incremento consumo di frutta e verdura
- Incremento delle capacità critiche nella scelta di uno stile alimentare
- Favorire la diffusione di una cultura della salute.
- Introdurre una didattica multidisciplinare in cui l'orto diventa lo strumento per le attività di educazione alimentare, ma anche per quelle di educazione ambientale e uno stimolo all'attività motoria.
- Far diventare i piccoli consumatori dei coproduttori, cittadini consapevoli delle proprie scelte d'acquisto: educazione allo sviluppo sostenibile e al consumo critico
- Acquisire una metodologia induttiva nell'approccio all'educazione alimentare e ambientale sviluppando esperienze didattiche in classe e in orto
- Sperimentare un approccio al cibo attraverso l'uso dei cinque sensi, stimolare l'ampliamento di un lessico per la definizione del gusto.
- Maturare la consapevolezza che l'alimentazione è un fatto culturale, oltre che nutrizionale
- Conoscere il territorio, i suoi prodotti e le ricette attivando occasioni di incontro con esperti (nonni orticoltori, produttori, ...)
- Fornire elementi di storia, geografia, educazione civica attraverso la cultura gastronomica locale e del mondo
- Acquisire principi di orticoltura biologica

METODOLOGIA – STRUMENTI – FASI ATTUATIVE

Il percorso educativo prevede le seguenti azioni:

- (settembre-novembre - scuola): Corsi di formazione sull'educazione alimentare e sulle metodologie di attivazione di un orto scolastico o conduzione di altre esperienze di coltivazione (erbe aromatiche, fiori, ...) rivolti agli insegnanti e tenuti da personale del SIAN o da Associazioni locali
- (novembre-febbraio – in classe) svolgimento della programmazione didattica sui temi dell'educazione alimentare e ambientale, con possibilità di interventi in classe di esperti; progettazione dell'orto.
- (febbraio-marzo – orto) realizzazione dell'orto didattico con la collaborazione attiva del personale non docente e delle famiglie

- (durante l'anno scolastico) Visite guidate in aziende agricole, orti, mercati di produttori locali
- (durante l'anno scolastico) incontri con i genitori per affrontare tematiche sul cibo che consentano di intervenire sulle scelte alimentari delle famiglie e di coinvolgimento nelle attività.
- (durante l'anno scolastico) Stesura del diario dell'orto e raccolta dei materiali prodotti dagli alunni (schede illustrative dei prodotti, ricette, calendario...)
- (giugno) Evento per la sensibilizzazione ad adottare stili di vita più sani attraverso l'organizzazione di mercatini per la vendita dei prodotti dell'orto e la divulgazione dei materiali prodotti dagli alunni (pubblicazioni, calendario, ...), la produzione di una merenda sana da consumare con le famiglie utilizzando i prodotti dell'orto.

PIANO DI SPESA

Il personale Asl contribuirà alla progettazione con i bambini, programmazione attività con le insegnanti, coordinamento volontari e terrà i rapporti con la direzione e l'amministrazione. Il Comune di Savigliano provvederà all'acquisto di attrezzi di lavoro, qualora quelli presenti non fossero sufficienti, piantine, semi.

PIANO di VALUTAZIONE

La valutazione del progetto sarà effettuata sulla base dei seguenti indicatori:

- realizzazione dell'orto e sua manutenzione; coinvolgimento ciclico delle classi nella cura dell'orto
- realizzazione del mercatino/ evento finale
- realizzazione di una bacheca nei pressi dell'orto, su cui affiggere cartelle con le caratteristiche delle piante presenti nel giardino scolastico (nella scuola Papa Giovanni XXIII)
- partecipazione attiva delle famiglie nelle fasi di progettazione e realizzazione del progetto
- visibilità data al progetto all'interno delle 2 scuole e nella comunità
- maggior fruibilità degli spazi esterni delle scuole da parte dei bambini

STRUMENTI DI DIFFUSIONE

Stampa locale, e di settore (Progetto Salute, Promozione Salute, ...), siti internet dei Comuni interessati, siti di divulgazione di progetti di promozione della salute (Salutiamoci, PRO.sa, ...);

REFERENTI DEL PROGETTO

Dottorssa Paola Maniotti → dirigente scolastico I.C. Papa Giovanni XXIII di Savigliano - paola.maniotti@alice.it

Dottorssa Silvia Viscomi → dirigente scolastico I.C. Santorre di Santarosa di Savigliano - silvia.viscomi@libero.it

Dottorssa Raffaella Lanfranchi → educatrice ASLCN1 – raffaella.lanfranchi@aslc1.it

Signor Claudio Cussa → Assessore ambiente-lavori pubblici Comune di Savigliano - ccussa@alice.it

Geometra Andrea Parlanti → Ufficio Tecnico Comune di Savigliano - a.parlanti@comune.savigliano.cn.it

Insegnanti delle classi coinvolte