

## A come alimentazione, A come ambiente



### FORMAZIONE DOCENTI

TEMA DI SALUTE:  
Educazione alimentare

DESTINATARI:  
Scuola Primaria  
Scuola Secondaria di I  
grado

**PROFILO PREVALENTE:** informativo – formativo - educativo.

### AUTORE E RESPONSABILE DEL PROGETTO:

**Marcella BERAUDI** - Dietista - S.C. Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione – ASL CN2 - Via Vida, 10 – ALBA – Tel. 0173.316642; e.mail: [mberaudi@aslcn2.it](mailto:mberaudi@aslcn2.it)

**ABSTRACT:** Oltre alla classica piramide alimentare, che classifica i cibi ponendo al vertice quelli da consumare con moderazione e alla base quelli per i quali si suggerisce un consumo più frequente, viene sempre più spesso affiancata una piramide capovolta, dove gli stessi cibi sono collocati in relazione ai loro effetti sul Pianeta (in termini ad esempio di anidride carbonica o di consumo di acqua). I dati si correlano a quelli che emergono del sistema di sorveglianza “OKkio alla SALUTE”: limitare il consumo di bibite zuccherate o gassate e spuntini confezionati preferendo frutta, verdura, alimenti preparati in casa ha un impatto sia sulla salute sia sull’ambiente.

### SETTING:

Scuola Primaria – tutte le classi  
Scuola Secondaria di 1° grado – tutte le classi

### DESTINATARI:

**Destinatari intermedi:** Insegnanti della Scuola Primaria e della Scuola Secondaria di 1° grado

**Destinatari finali:** Alunni della Scuola Primaria e della Scuola Secondaria di 1° grado

### PROGRAMMA DELLE ATTIVITÀ:

Il percorso si articola in due corsi video rivolti agli insegnanti:

- 1) Il primo corso sarà introduttivo rispetto alla tematica della sostenibilità ambientale;
- 2) Il secondo corso sarà indirizzato alla realizzazione di interventi in classe o attraverso la didattica on line (conteggio dei contenuti di zuccheri / sale / grassi dei prodotti; stima degli involucri prodotti durante l’anno).

Si potrà effettuare una riflessione sulla scelta di prodotti nutrizionalmente equilibrati e poco impattanti per l’ambiente. L’intervento sarà effettuato in un numero di classi concordato con la dietista (a seconda del numero di adesioni).

Durante gli incontri ci si avvarrà del supporto della “Guida per la lettura ragionata delle etichette” per favorire un incremento della consapevolezza delle scelte alimentari. Si parlerà inoltre di riciclo e recupero degli imballi dei prodotti confezionati.

La formazione agli insegnanti si terrà on line e verrà fornito del materiale di supporto per le attività.

Le adesioni da parte dei docenti dovranno pervenire entro il 16/10/2020 alla S.S.D. Epidemiologia, Promozione e Coordinamento attività di Prevenzione ai seguenti indirizzi e.mail: [epid.alba@aslcn2.it](mailto:epid.alba@aslcn2.it) e pec: [aslcn2@legalmail.it](mailto:aslcn2@legalmail.it)