

MODALITA' DI ISCRIZIONE

Il percorso formativo per i genitori nasce dalla proposta degli insegnanti delle scuole primarie di Sangano nell'ambito della progettazione scuola-ASL derivata dal Corso "Obiettivo Spuntino" per insegnanti, svoltosi nelle date 7 maggio e 15 giugno 2012.

Tale Corso era stato scelto dagli insegnanti tra le proposte contenute nel "Catalogo proposte di interventi per la Promozione della salute" stilato dalla SS Area Formazione e Progetti di Promozione della salute dell'ASL TO3.

I genitori possono iscriversi c/o la scuola primaria di Sangano, dando la propria adesione all'informativa distribuita dagli insegnanti

QUOTA DI ISCRIZIONE

non è prevista quota di iscrizione

DESTINATARI

Il progetto formativo è rivolto ai genitori dei bambini della scuola primaria di Sangano

INFORMAZIONI

Durante il corso saranno distribuiti i seguenti documenti:

- la guida dell'ASL TO3 per la scelta e la rotazione appropriata degli alimenti della colazione e degli spuntini, rivolta ai genitori.

SERVIZI ORGANIZZATORI

SS Sorveglianza e Prevenzione Nutrizionale
Responsabile Dott.ssa Teresa Denise Spagnoli
Tel 011-4017261 Fax 011-4017232
e-mail siannutrizione.collegno@asl5.piemonte.it

Referente Distrettuale per la promozione della salute (D.REPES)
Dott.ssa Silvia Mismetti
Tel. 011.9360373
e-mail mismetti@sert.piemonte.it

DOCENTI / TUTOR

SPAGNOLI Teresa Denise, Dirigente Medico di Dietetica, Responsabile SS Sorveglianza e Prevenzione Nutrizionale ASL TO 3 Collegno e Pinerolo (TO)

LO BARTOLO Debora, Dietista SS Sorveglianza e Prevenzione Nutrizionale ASL TO 3 Collegno e Pinerolo (TO)

"OBIETTIVO SPUNTINO"

Progetto formativo
per i genitori
delle Scuole Primarie
di Sangano



Anno scolastico 2012-2013

29 ottobre 2012

19 novembre 2012

Sede del corso

Sala Consiliare
del Comune di Sangano"
SANGANO- TO -

PREMESSA

L'abitudine allo spuntino è particolarmente diffusa nell'età evolutiva, con consumi poco idonei che possono predisporre all'incremento ponderale (dati emersi dallo studio di sorveglianza "Okkio alla Salute"). Per questo motivo, nell'ambito delle azioni regionali per la prevenzione dell'obesità (piani di prevenzione attiva), è stato istituito un gruppo di lavoro con l'obiettivo di promuovere nei consumatori scelte informate degli spuntini, siano essi freschi o confezionati. Per promuovere scelte ponderate il gruppo di lavoro ha ritenuto strategico il ruolo degli insegnanti e dei genitori, che possono collaborare per strutturare fin dai primi anni di vita dei bambini le basi per future scelte consapevoli.



Poiché i dati emersi dalla sorveglianza Okkio alla salute indicano una certa diffusione di abitudini scorrette a colazione (sia pur con frequenza minore rispetto agli spuntini) si è ritenuto opportuno ampliare il percorso formativo includendo anche cenni a questa tematica.

ARTICOLAZIONE

Sono previsti momenti di formazione teorica e sessioni di sperimentazione pratica svolte attraverso la metodica dei sondaggi d'aula e delle esercitazioni.

PROGRAMMA

Prima giornata 29 ottobre 2012

Obiettivo del 1° incontro è quello di fornire, attraverso sessioni teorico pratiche, le informazioni necessarie a rispondere ai seguenti 3 quesiti:

- Lo spuntino è necessario?
- Quali sono le scelte consigliate?
- Come ruotare gli spuntini nella settimana?

17,00 – 17,05

Introduzione al corso e presentazione degli obiettivi.

17,05 – 17,45

Carta di identità dello spuntino: è necessario fare lo spuntino? Se sì quali caratteristiche deve avere?

17,45 – 18,30

Sondaggi d'aula brevi sulle scelte quali-quantitative di spuntini confezionati: merendine, snack salati, succhi e bibite.

18,30 – 18,55

Indicazioni per la rotazione settimanale degli spuntini

18,55 – 19,00 Discussione e conclusioni

Seconda giornata 19 novembre 2012

Obiettivo del 2° incontro è quello di sperimentare attraverso attività pratiche le informazioni apprese durante il primo incontro sugli spuntini e di fornire alcuni spunti informativi sulla tematica della colazione.

17,00 – 17,30

Esercitazione. **La rotazione settimanale degli spuntini: come utilizzare la guida per i genitori dell'ASL TO3.**

17,30 – 18,15

Esercitazione in piccoli gruppi. **Porzionare gli snack freschi e scegliere quelli confezionati con la guida degli spuntini. Esecuzione diretta della porzionatura e della spesa simulata da parte di tutti i partecipanti, suddivisi in piccoli gruppi**

18,15 – 18,45

Una colazione da Re: alimenti e quantità consigliate nei bambini della scuola primaria.

18,45 – 19,00 Discussione e conclusioni



Immagini locandina: microsoft clipart