

## Destinatari

Insegnanti interessati ad aderire al progetto "Muovinsieme +", delle scuole primarie, dell'infanzia e secondarie di 1° grado del territorio dell'ASL TO4

Il corso si realizzerà in presenza con un massimo di 180 partecipanti

## Modalità di iscrizione

Iscrizioni on-line al [link](#)

**L'iscrizione deve avvenire entro il 31 agosto 2025**



Con il patrocinio del Comune di Lanzo

## Comitato Scientifico

dr.ssa Giuditta Corgnati  
dr.ssa Sonia Mazzetto  
dr. Vincenzo Rubino

## Segreteria Organizzativa

[promozionesalute@aslto4.piemonte.it](mailto:promozionesalute@aslto4.piemonte.it)



**A.S.L. TO4**

Azienda Sanitaria Locale  
di Ciriè, Chivasso e Ivrea

**ANNO SCOLASTICO 2025/26**

**MUOVINSIEME +**  
*Attività motoria, alimentazione e  
competenze emotive*



Sessione di presentazione e avvio della  
formazione

**Mercoledì 3 settembre 2025**

Salone LanzoINcontra,  
Piazza Generale Ottavio Rolle  
Lanzo Torinese

***"Costruire percorsi  
esperienziali per la promozione  
del benessere a scuola"***

La proposta punta ad una promozione della salute a scuola a 360°, mettendo insieme gli aspetti del movimento, dell'alimentazione e dello sviluppo delle competenze emotive.

E' prevista una giornata di apertura il 3 settembre così articolata:

- il progetto MUOVINSIEME: movimento all'aria aperta e didattica out door. Gli elementi costitutivi e gli aggiornamenti; la presentazione del sito Muovinsieme; la Peer Education entra in Muovinsieme; un nuovo approccio per la valutazione
- Il progetto SPUNTINI ED ALTRI SPUNTI: elementi per una corretta alimentazione.

Tale attività formativa si articola con le seguenti modalità:

- ✓ una sessione iniziale: 7 ore
- ✓ un laboratorio di conclusione: 4 h
- ✓ attività di ricerca, monitoraggio, valutazione e documentazione: 16 h

per un totale di 27 h complessive di attività formative

### **OBIETTIVI**

- promuovere il movimento, l'attività all'aria aperta e la didattica out-door per contrastare la sedentarietà e come parte integrante della giornata a scuola;
- migliorare le conoscenze sulla corretta alimentazione, con particolare riguardo agli spuntini, all'incremento del consumo di frutta e verdura, al controllo e alla riduzione del consumo di sale, zuccheri e grassi;
- aumentare la consapevolezza di sé nella dimensione fisica, emotiva ed affettiva
- fornire agli insegnanti degli strumenti operativi per lavorare con le classi

## **PROGRAMMA GIORNATA**

### ***Sessione di presentazione e avvio del progetto***

9.00-9.30: registrazione dei partecipanti

9.30-10.15: "Muovinsieme" - Presentazione del progetto e del sito, presentazione FAQ e regolamento outdoor education

10.15-11.00: la Valutazione del progetto

11.00- 11.15: pausa

11.15-12.00: "Spuntini ed altri spunti": elementi per una corretta alimentazione

12.00-12.30: Domande sugli interventi

12.30-13.30: Pausa

13.30-15.00: Percorso esperienziale sul territorio di Lanzo: "I TESORI DEL MIGLIO"

15.00-15.30: feedback uscita e domande

15.30-16.15: il Miglio condiviso dell'IC di Corio: la peer education in Muovinsieme

16.15-16.30: questionario di gradimento

***Si invitano i partecipanti ad indossare ABITI e CALZATURE COMODE.***

***Il pranzo deve essere gestito in autonomia: pranzo al sacco o in alternativa sono presenti bar/ristoranti nel paese.***

Seguirà nell'a.s. 2025/26 la proposta di Laboratori di approfondimento sui temi dell'alimentazione e delle competenze emotive; tra maggio e giugno 2026 si terrà il laboratorio finale di valutazione.

## **RELATORI**

### **Vincenzo Rubino**

Educatore Professionale SSD Promozione della Salute ASL TO4

### **Sonia Mazzetto**

Educatrice Professionale SSD Promozione della Salute ASL TO4

### **Sara Richeda**

Dietista Servizio Sorveglianza e Prevenzione Nutrizionale ASL TO4

### **Manuela Sciancalepore**

Dietista, Servizio Sorveglianza e Prevenzione Nutrizionale ASL TO4

### **Insegnanti dell'IC di Corio C,se:**

**Bianco Monica**, scuola infanzia;

**Maria Rosa Clara**, scuola infanzia

**Stefania Rolando**, scuola infanzia

**Elena Ricaldone**, scuola secondaria di I°grado

**Mirko Bevilacqua**, scuola secondaria di I°grado

**Sara Grosso**, scuola secondaria. di I°grado