

Cari Genitori,

nella scuola elementare frequentata da suo figlio/a è stato avviato un Progetto di Educazione Nutrizionale, studiato da esperti del Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione (SIAN) della AUSL di Reggio Emilia. Il progetto rientra nel programma ministeriale “Guadagnare Salute”, elaborato dal Ministero della Salute per la promozione di stili di vita salutari .

Le ricerche scientifiche hanno dimostrato che un'alimentazione varia e ricca di prodotti vegetali, associata ad uno stile di vita attivo, è estremamente benefica per la salute dell'intera popolazione.

La ***finalità*** è quella di invogliare i bambini a muoversi di più e a mangiare meglio , con particolare attenzione a consumare una adeguata colazione, ad aumentare le porzioni giornaliere di frutta e verdura e ad incrementare il consumo di legumi.

Una corretta alimentazione, fin dall'infanzia, pone le basi per una buona salute.

Il progetto prevede interventi educativi sugli alunni, realizzabili tramite il nostro impegno a scuola , seguendo un apposito percorso formativo strutturato dal SIAN-AUSL di Reggio Emilia.

Altrettanto importante è la ***collaborazione*** e condivisione degli stessi obiettivi da parte di Voi genitori, nonché il Vostro supporto per le attività che di tanto in tanto i bambini dovranno svolgere a casa.

Grati per la Vostra attenzione, Vi porgiamo i nostri migliori saluti.

Le insegnanti

Cari insegnanti,

il Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione della AUSL di Reggio Emilia, ha sviluppato un progetto di Educazione Alimentare rivolto alla scuola Primaria, ***con l'obiettivo di migliorare le abitudini alimentari e lo stile di vita dei bambini.***

Il progetto si pone sulla stessa linea di "Guadagnare Salute", strategia globale per la promozione di stili di vita salutari elaborata dal Ministero della Salute.

Le ricerche scientifiche hanno dimostrato che un'alimentazione ricca di prodotti vegetali è estremamente benefica per la salute dell'intera popolazione. I vantaggi riguardano l'elevato apporto di vitamine e minerali, di fibra, di sostanze ad azione protettiva (soprattutto antiossidanti), nonché al loro scarso apporto in calorie.

Una corretta alimentazione, fin dall'infanzia, pone le basi per una buona salute.

Il **progetto** è specifico per età (dalla prima alla quinta), ogni anno ci sono delle lezioni che cambiano arricchendosi di contenuti e variando nella forma comunicativa.

Le lezioni sono supportate da semplici schede operativo-didattiche che attraversano trasversalmente più materie (scienze, matematica, ed. all'immagine, ed. motoria...)

Per ogni anno la struttura progettuale è la seguente:

- Analisi della situazione reale (com'è l'alimentazione)
- Teoria dell'alimentazione e dell'attività fisica (come dovrebbe essere)
- Attività (cosa e come possiamo fare per migliorare i comportamenti dei b.):
Giochi
- Collegamento :
famiglia
mensa/pranzo a casa
attività motoria

Importante è la condivisione degli stessi obiettivi da parte di Voi insegnanti, nonché il Vostro impegno per le attività che i bambini dovranno svolgere.

Grati per la Vostra attenzione, Vi porgiamo i nostri migliori saluti.

***Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione
AUSL Reggio Emilia***