## PROGETTO

# La corretta alimentazione nel bambino e nel ragazzo (Catalogo)

Regione Piemonte ASL Alessandria

Progetto avviato nell'anno 2010 - Ultimo anno di attività : 2017

## Abstract

**Obiettivo generale**

Il Distretto di Tortona, insieme al Dipartimento del Farmaco e al SIAN, su richiesta della Scuola, ha avviato nel 2010 un percorso di promozione della salute sui temi della corretta alimentazione e degli stili di vita salutari.
L'obiettivo generale del progetto è quello di sensibilizzare gli operatori scolastici, le famiglie ed i giovani sul tali temi.
Gli interventi sono efficaci se realizzati in sinergia con tutti i soggetti che si occupano di infanzia e di adolescenza, primi tra tutti la famiglia e la scuola.
Il progetto è modulare e prevede la possibilità per la scuola di attivare uno o più dei seguenti interventi:
A) coinvolgimento preliminare dei genitori e degli insegnanti attraverso incontri seminariali sui temi de "La corretta alimentazione del bambino e del ragazzo" e " La corretta lettura delle etichette alimentari".
B) Intervento in classe dei Medici e dei Farmacisti ASL AL con il Laboratorio interattivo "ABC ?..Alimentarsi Bene Conviene" che si propone di far conoscere le proprietà dei diversi alimenti, i fabbisogni nutrizionali, come leggere correttamente le etichette e come alimentarsi in modo vario ed equilibrato per prevenire, fin dall'inizio, le malattie che dipendono da un'alimentazione inadeguata.
C) Lezioni di cucina per genitori e insegnanti svolte direttamente ai fornelli con il medico esperto per approfondire il tema della nutrizione per il benessere.
D) Visita presso un supermercato locale per fare "acquisti consapevoli" con il Pediatra. L'accesso è preceduto da una passeggiata nel tragitto "Scuola - Supermercato".
E) Camminata salutare con il gruppo di progetto nel Parco del Castello di Tortona (o altri luoghi del territorio identificati con la Scuola)

**Analisi di contesto**

Gli operatori scolastici dell'ambito territoriale di Tortona referenti per l'educazione sanitaria delle Scuole di tutti gli ordini e gradi hanno espresso, attraverso la compilazione di un questionario, al settore PEAS competente dell'ASL AL l'interesse a realizzare in rete interventi per veicolare informazioni corrette sui seguenti temi: alimentazione nel bambino e nel ragazzo, lettura consapevole etichette alimentari e integratori.
L'Italia è al terzo posto in Europa per l'alta prevalenza di bambini in sovrappeso, di entrambi i sessi.
I dati della Regione Piemonte non sono meno preoccupanti visto che, nei primi mesi del 2000, i ragazzi in sovrappeso e/o obesi rappresentavano poco meno del 25% del campione di ricerca regionale HBSC.
Spesso, inoltre, il genitore ricorre per i propri figli ad integratori alimentari senza impostare, invece, una corretta alimentazione.
Per porsi al riparo dagli effetti spesso ingannevoli dei messaggi pubblicitari è, altresì, importante saper leggere attentamente e comprendere le etichette dei prodotti alimentari in modo da evitare rischi per il bambino e per tutta la famiglia.
L'educazione alimentare è indispensabile contro i cosiddetti cibi preferiti dai bambino, che sono quelli molto saporiti ma in genere troppo ricchi di zuccheri e di grassi saturi e, quindi, poco salutari.
Il progetto è dedicato ai bambini della Scuola primaria e secondaria di primo grado perchè in un'età ancora ricettiva e persino in grado di influenzare indirettamente i loro stessi genitori.

**Metodi e strumenti**

La prima fase del precorso di promozione della salute ha visto la progettazione e pianificazione dell'iniziativa in sede di Gruppo multidisciplinare ed interistituzionale. In fase di avvio è' stato rilevato l'interesse delle scuole verso l'iniziativa attraverso la compilazione di un questionario.
Il progetto è modulare e articolato in varie fasi:
- incontri seminariali rivolti a genitori ed insegnanti
- incontri in classe per due giornate/classe
- accesso presso un supermercato con il Pediatra
- camminata salutare con il gruppo di progetto
- lezioni di cucina per genitori e insegnanti

I lavori in classe sono realizzati in maniera dinamica e divertente.
La prima giornata prevede:
- la somministrazione ai ragazzi di una semplice intervista di ingresso per fare il punto iniziale
- l'illustrazione delle nozioni di riferimento attraverso il ricorso a slides accattivanti recanti i volti dei personaggi dei media noti ai giovani
- assaggio di alcuni alimenti
- la compilazione (a casa) di un diario alimentare. il diario rappresenta una "porta" per entrare nelle case e continuare a coinvolgere le famiglie

La seconda giornata prevede:
- la discussione sulla compilazione dei diari
- l'utilizzo educativo di filmati e temi musicali
- gioco didattico di gruppo
- role play
- costruzione di un'etichetta alimentare relativa ad un ipotetico "prodotto della classe"

I principali temi sviluppati:
- la composizione del corpo umano, al fine di far capire le ragioni che rendono indispensabile il cibo, sia dal punto di vista energetico che del ricambio dei costituenti;
- le classi dei nutrienti e la composizione degli alimenti per arrivare a formulare una dieta completa ma personalizzata in base alla Piramide alimentare di Harvard
- le calorie necessarie per il metabolismo, l' esercizio fisico ed i corretti stili di vita
- la corretta distribuzione dei pasti nella giornata e la loro composizione
- la corretta lettura delle etichette alimentari

**Valutazione prevista/effettuata**

Ogni fase di sviluppo progettuale, dalla pianificazione alla realizzazione, è caratterizzata dal monitoraggio svolto in sede di Gruppo di progetto.
Prima degli interventi in classe vengono rilevati gli interessi informativi/educativi dei referenti scolastici. Così come, al termine dei lavori con i ragazzi viene rilevato il livello di soddisfacimento degli insegnanti attraverso nuovi contatti.
In sede di Gruppo di lavoro vengono analizzate le risulltanze dei questionari somministrati ai giovani ed i diari alimentari settimanali.
Durante gli incontri di classe vengono rilevati direttamente da parte dei docenti ASL eventuali tematiche emerse come salienti.
Tali temi, dopo un'analisi in sede di Gruppo di Lavoro, vengono portati all'attenzione delle Scuole per progettare insieme ulteriori interventi educativi.

**Tema di salute prevalente :** ALIMENTAZIONE

**Temi secondari :**

**Setting :** Ambiente scolastico

**Destinatari finali :**
Scuola
Scuola dell'infanzia
Scuola primaria
Scuola secondaria di primo grado
Adulti
Famiglie
10.001 - 50.000

**Mandati :**
Piano Regionale di Prevenzione (PRP)
Piani locali / Aziendali di prevenzione e promozione della salute

**Finanziamenti :** Attività corrente istituzionale

## Responsabili e gruppo di lavoro

Dott. FONTANA FRANCO (responsabile)
Pediatra Presidio Ospedaliero Tortona
ASL AL
e-mail : ffontana@aslal.it
Tel. : 0131/865370

Dott.ssa BARBIERI MARZIA RAFFAELLA
Collaboratore Amministrativo Esperto, Staff Dipartimento del Farmaco, membro Gruppo PEAS ASL AL, progettista formatore ASL AL
ASL AL
e-mail : mbarbieri@aslal.it
Tel. : 0131/865381

Dott. BELLINGERI PAOLO
Medico
ASL AL - Staff - Unità Operativa Cure Palliative, ambito territoriale di Acqui Terme, Novi Ligure, Ovada
e-mail : pbellingeri@aslal.it
Tel. : 0143826418

Dott. BERNARDINI ALESSANDRO
Farmacista Dirigente e progettista formatore ASL AL
ASL AL
e-mail : abernardini@aslal.it
Tel. : 0131/865566

Sig.ra CREMONTI RAFFAELLA
collaboratore amministrativo
ASL AL - Dipartimento del Farmaco
e-mail : rcremonti@aslal.it
Tel. : 0131865381

Dott.ssa DANIELA CANTU'
Farmacista Dirigente Direttore Dipartimento del Farmaco ASL AL
ASL AL
e-mail : dcantu@aslal.it
Tel. : 0131/865357

Dott.ssa MASSA SALUZZO MARINA
Dirigente medico Distretto Tortona - Referente per la salute
ASL AL
e-mail : mmassasaluzzo@aslal.it
Tel. : 0131/865260

Dott. SASSO CLAUDIO
MEDICO DIRETTORE DI DISTRETTO
ASL AL
e-mail : csasso@aslal.it
Tel. : 0131/865264

Sig.ra TORRIGLIA ARMANDA
Assistente amministrativo, gruppo formazione e PEAS Dipartimento del Farmaco
ASL AL
e-mail : atorriglia@aslal.it
Tel. : 0131/865381

## Enti promotori e/o partner

Categoria ente : Amministrazione Locale
Comune di Tortona
Comune di Pontecurone
In fase progettuale; In fase di realizzazione;

Categoria ente : Associazione
Pallamano Tortona
In fase progettuale; In fase di realizzazione;

Categoria ente : Azienda Sanitaria
ASL AL
Distretto di Tortona
Dipartimento del Farmaco
Pediatria PO
Dipartimento di Prevenzione - Servizio Veterinario
Cure palliative - settore prevenzione e nutrizione

Come promotore; In fase progettuale; In fase di realizzazione; In fase di valutazione;

Categoria ente : Cooperativa
Egeria cooperativa sociale ONLUS- Cristina Pirulli- Psicologa ed Educatrice Professionale
In fase progettuale; In fase di realizzazione; In fase di valutazione;

Categoria ente : Scuola
Istituto San Giuseppe di Tortona - Referente Insegnante Michela Bisio
In fase progettuale; In fase di realizzazione; In fase di valutazione;

Categoria ente : Scuola
tutte le Scuole del territorio Distretto di Tortona
In fase di realizzazione; In fase di valutazione;

Categoria ente : Altro ente
Croce Rossa Italiana
In fase di realizzazione;

Categoria ente : Altro ente

Iper Tortona
In fase di realizzazione;

## Documentazione del progetto

1. Documentazione progettuale
2. Materiale formativo/educativo - locandina informativa delle manovre di primo soccorso
3. Materiale formativo/educativo - poster riassuntivo e schematico di adozione generale in relazione ai criteri della sana alimentazione
4. Materiale di comunicazione e informazione - poster di indicazione seminari e incontri rivolti alla popolazione

## OBIETTIVI

**Sviluppare corrette conoscenze in genitori ed insegnanti di bambini in età evolutiva**

**Sviluppare abilità pratiche sulla corretta alimentazione**

## INTERVENTO AZIONE #1 - 01/01/2012

### Interventi 2012

**Comuni coinvolti nell'intervento :**
Tortona;

Metodi non specificati

## INTERVENTO AZIONE #2 - 01/05/2012

### Laboratori in classe (interventi 2012)"ABC.....Alimentarsi Bene Conviene"

Numero edizioni : 3
Ore singola edizione : 2
Totale persone raggiunte : 60
Setting : Ambiente scolastico

**Comuni coinvolti nell'intervento :**
Tortona;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 1 Medico - ore 76
- Num. 1 Farmacista - ore 76
- Num. 1 Amministrativo - ore 76

Descrizione dell'intervento :
Agli incontri informativi seminariali hanno fatto seguito un ciclo di laboratori, interattivi e multimediali, dal titolo "ABC..... Alimentarsi Bene Conviene", sulla corretta alimentazione realizzati dal Distretto di Tortona e dal Dipartimento del Farmaco direttamente nella classi delle scuole del territorio.
I lavori in classe sono realizzati in maniera dinamica e divertente e prevedono due incontri per ciascun gruppo.
La prima giornata prevede:
- la somministrazione ai ragazzi di una semplice intervista di ingresso per fare il punto iniziale
- l'illustrazione delle nozioni di riferimento attraverso il ricorso a slides accattivanti recanti i volti dei personaggi dei media noti ai giovani
- la compilazione (a casa) di un diario alimentare. Il diario rappresenta una "porta" per entrare nelle case e continuare a coinvolgere le famiglie in ottica di continuità educativa.
La seconda giornata prevede:
- la discussione sulla compilazione dei diari
- l'utilizzo educativo di filmati e temi musicali
- il gioco didattico di gruppo
- la discussione
In sintesi, i temi trattati in classe sono:
- la composizione del corpo umano, al fine di far capire le ragioni che rendono indispensabile il cibo, sia dal punto di vista energetico che del ricambio dei costituenti;
- le classi dei nutrienti e la composizione degli alimenti per arrivare a formulare una dieta completa ma personalizzata in base alla Piramide alimentare italiana
- le calorie necessarie per il metabolismo, l' esercizio fisico ed i corretti stili di vita
- la corretta distribuzione dei pasti nella giornata e la loro composizione

Documentazione dell'intervento :
Materiale formativo/educativo

## INTERVENTO AZIONE #3 - 01/03/2012

### Seminari sul tema della corretta alimentazione del bambino e del ragazzo e sulla corretta lettura delle etichette alimentari

Numero edizioni : 1
Ore singola edizione : 4
Totale persone raggiunte : 70
Setting : Comunità

**Comuni coinvolti nell'intervento :**
Pontecurone;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 1 Amministrativo - ore 15
- Num. 1 Medico - ore 15
- Num. 1 Medico - ore 15

Descrizione dell'intervento :
Nella consapevolezza che solo il coinvolgimento delle famiglie e degli insegnanti può garantire efficacia e continuità ad interventi di promozione della salute rivolti ai ragazzi sul tema della corretta alimentazione, la prima fase del progetto ha visto l'organizzazione di giornate seminariali sui temi:
- La corretta alimentazione del bambino e del ragazzo - relatore Pediatra P.O. Tortona
- La corretta lettura delle etichette alimentari e gli integratori - relatore Medico SIAN e Farmacista ASL AL

Negli anni 2010 e 2011 le conferenze si sono tenute con il sostegno attivo del Comune di Tortona, nel 2012, invece, gli aventi hanno visto la promozione dell'Amministrazione di Pontecurone.

## INTERVENTO AZIONE #4 - 01/02/2013 - 16/05/2013

### Laboratori in classe (anno 2013) "ABC .....Alimentarsi Bene Conviene"

Numero edizioni : 55
Ore singola edizione : 2
Totale persone raggiunte : 1100
Setting : Ambiente scolastico

**Comuni coinvolti nell'intervento :**
Villaromagnano; Villalvernia; Tortona; San Sebastiano Curone; Casalnoceto; Carbonara Scrivia;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 2 Amministrativo - ore 180
- Num. 2 Medico - ore 180
- Num. 2 Farmacista - ore 180

Descrizione dell'intervento :
I lavori in classe nel Laboratorio ABC sono realizzati in maniera dinamica e divertente attraverso:
- la somministrazione ai ragazzi di una semplice intervista di ingresso per fare il punto iniziale
- la veicolazione di nozioni sui principi nutrizionali e sulla corretta ripartizione dei pasti nell'arco della giornata, tramite l'illustrazione della piramide alimentare italiana, l'utilizzo di materiale divulgativo ministeriale, il ricorso a slides accattivanti ed a giochi di squadra
- l'intervista dei genitori da parte dei ragazzi attraverso un piccolo e simpatico test che vuole essere una "porta" per entrare nelle case e continuare a coinvolgere le famiglie in un'ottica di continuità educativa
- la discussione sulla compilazione dei test
- l'utilizzo educativo di filmati, temi musicali e giochi didattici di gruppo

Documentazione dell'intervento :
Materiale formativo/educativo

## INTERVENTO AZIONE #5 - 01/01/2013

### Lezioni di cucina (2013/2014)

**Comuni coinvolti nell'intervento :**

Metodi non specificati

Descrizione dell'intervento :
Le lezioni di cucina prevedono una parte cd "teorica" per illustrare i principi della nutrizione, i cibi e le loro prerogative ed una parte "pratica" di preparazione dei piatti e della loro condivisione tra i partecipanti.
La modalità di insegnamento è attiva e permette ai discenti di intervenire con personali esperienze, dubbi ed esigenze.

## INTERVENTO AZIONE #6 - 28/01/2014 - 06/05/2014

### Laboratorio "ABC... Alimentarsi Bene Conviene" AS 2013/2014

Numero edizioni : 21
Ore singola edizione : 2
Totale persone raggiunte : 500
Setting : Ambiente scolastico

**Comuni coinvolti nell'intervento :**
Villaromagnano; Tortona; Novi Ligure; Carbonara Scrivia;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 3 Amministrativo - ore 112
- Num. 1 Farmacista - ore 112
- Num. 2 Medico - ore 112

Documentazione dell'intervento :

## INTERVENTO AZIONE #7 - 20/01/2015 - 27/05/2015

### Laboratorio "ABC...Alimentarsi Bene Conviene" AS 2014/2015

Numero edizioni : 19
Ore singola edizione : 2
Totale persone raggiunte : 430
Setting : Ambiente scolastico

**Comuni coinvolti nell'intervento :**
Tortona; Sarezzano;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 1 Medico - ore 108
- Num. 2 Amministrativo - ore 108
- Num. 1 Psicologo - ore 40

Descrizione dell'intervento :
La Pediatria, il Dipartimento del Farmaco ed il Distretto socio-sanitario dell'ASL AL hanno sviluppato, anche nell'anno scolastico 2014/2015, il progetto di promozione della salute "La corretta alimentazione nel bambino e nel ragazzo".
Il progetto ha coinvolto i bambini più piccoli nel laboratorio "Imparare giocando.
I ragazzini della scuola primaria, invece, sono stati coinvolti dal Pediatra Dott. Franco Fontana nel progetto "ABC ?Alimentarsi Bene Conviene".
I giovani hanno imparato a conoscere i diversi nutrienti e le loro proprietà, come distribuire correttamente i pasti nell'arco della giornata, l'importanza di una sana colazione, degli stili di vita salutari e la corretta lettura dell'etichetta alimentare.
Il Pediatra ha lavorato direttamente in classe con i ragazzi e le loro Insegnanti, a seconda delle diverse fasce d'età, con giochi a squadre, l'assaggio diretto di alimenti e l'ideazione dell'etichetta di un ipotetico prodotto della scuola.
I ragazzi della classe quinta hanno terminato il percorso avviato negli anni precedenti attraverso la simulazione di una spesa consapevole, preceduta da una passeggiata salutare.
Questa iniziativa è stata sviluppata grazie alla collaborazione del supermercato IPER di Tortona.

Per garantire continuità educativa al progetto, i laboratori hanno visto il coinvolgimento degli Insegnanti e dei famigliari dei ragazzi anche attraverso la promozione di conferenze formative. Inoltre, i docenti ASL, sono stati individuati in "volti" locali, al fine di agevolare un contatto diretto per eventuali dubbi futuri.

Documentazione dell'intervento :
Materiale formativo/educativo
Materiale formativo/educativo
Materiale formativo/educativo
Materiale formativo/educativo
Materiale di comunicazione e informazione

## INTERVENTO AZIONE #8 - 20/01/2015 - 19/05/2015

### Laboratorio "Imparare giocando" AS 2014/2015

Numero edizioni : 4
Ore singola edizione : 2
Totale persone raggiunte : 90
Setting : Ambiente scolastico

**Comuni coinvolti nell'intervento :**
Tortona;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 2 Amministrativo - ore 80
- Num. 1 Psicologo - ore 20
- Num. 1 Medico - ore 80

Descrizione dell'intervento :
È fondamentale acquisire corrette abitudini alimentari fin dalla prima infanzia, in quanto un positivo approccio con il cibo getta le basi per un futuro stile di vita armonioso.
E' importante, quindi, accompagnare i bambini in un percorso gioioso e stimolante di scoperta del cibo, delle abitudini alimentari e dell'importanza di una dieta sana ed equilibrata.
Il progetto prevede un approccio all' educazione alimentare non prettamente nutrizionale ma piuttosto d'impianto esperienziale - sensoriale.

IL PERCORSO PROGETTUALE PREVEDE 2 MODULI

PRIMO INTERVENTO:Conferenza da parte di Pediatra ASL AL sui temi della corretta alimentazione e degli stili di vita salutari, dedicata a genitori e insegnanti, in ottica di continuità educativa.

SECONDO INTERVENTO: Intervento da parte di due Formatori ASL AL membri del gruppo PEAS (promozione ed educazione alla salute) e di un Educatore professionale/Psicologo volontario
- Introduzione tematica attraverso la proiezione di un breve filmato (o racconto) sul tema della corretta alimentazione tratto da un cartone animato molto noto ai piccoli.
- Viene raccontata la "Cucina spaziale": vengono invitati i bambini a disegnare (o raccontare) ciò che della storia li ha colpiti maggiormente. I bambini raccontano i loro cibi preferiti.
- Gioco con le scatole di frutta e verdura: i formatori presentano le immagini della frutta e della verdura ai bambini per stimolare la discussione (colore, stagionalità, nutrienti, effetti benefici) ed invitano i piccoli ad "inserirle" nella scatola giusta.
- Viene raccontata la storia del "Cuoco golosone": vengono invitati i bambini a disegnare (o raccontare) ciò che della storia li ha colpiti maggiormente. La casetta di "Marzafrutta e marzaverdura": al posto dei dolcetti della più famosa Casa di marzapane i bambini vengono coinvolti in lavoretti di gruppo per realizzare la casetta incollando figurine adesive (frutta, verdura) da regalare al cuoco golosone.

Documentazione dell'intervento :
Materiale di comunicazione e informazione

## INTERVENTO AZIONE #9 - 01/02/2016 - 31/05/2015

### Laboratorio ABC...Alimentarsi Bene Conviene AS 2015/2016

Numero edizioni : 1
Ore singola edizione : 93
Totale persone raggiunte : 180
Setting : Ambiente scolastico

**Comuni coinvolti nell'intervento :**
Tortona;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 2 Amministrativo - ore 113
- Num. 1 Medico - ore 80
- Num. 1 Educatore professionale - ore 23

Descrizione dell'intervento :
IL PERCORSO PREVEDE DUE INTERVENTI. IL SECONDO INTERVENTO SI ARTICOLA IN MODULI SULLA BASE DELLE VARIE FASCE D'ETA' DEI RAGAZZI COINVOLTI.
PRIMO INTERVENTO:Conferenza da parte di Pediatra ASL AL sui temi della corretta alimentazione e degli stili di vita salutari, dedicata a genitori e insegnanti, in ottica di continuità educativa.
SECONDO INTERVENTO: Gli interventi sono realizzati da parte di due Formatori ASL AL e di un Educatore professionale volontario
MODULO CLASSI PRIME: - Viene raccontata la "Cucina spaziale". Poi i bambini raccontano i loro cibi preferiti.
- Gioco con le scatole di frutta e verdura
- Viene raccontata la storia del "Cuoco golosone. I bambini realizzano la casetta di "Marzafrutta e marzaverdura": al posto dei dolcetti della più famosa Casa di marzapane i bambini vengono coinvolti in lavoretti di gruppo per realizzare la casetta incollando figurine adesive (frutta, verdura) da regalare al cuoco golosone.
CLASSI SECONDE:Viene effettuato un primo approccio circa i concetti della corretta alimentazione e degli stili di vita salutari.
Il laboratorio prevede l'assaggio diretto da parte dei bambini bendati( gusto), su base del tutto volontaria, di piccole porzioni di alimenti. Vengono altresì presentati (tatto) ai ragazzi le spezie.
CLASSI TERZE: Vengono trattati i concetti della corretta alimentazione e degli stili di vita salutari .Il laboratorio prevede l'utilizzo di semplici slide e di giochi in gruppo classe e a squadre
CLASSI QUARTE: Vengono trattati attraverso semplici slide e giochi di gruppo i principali concetti relativi alla corretta lettura delle etichette alimentari.
CLASSI QUINTE: I ragazzi sono coinvolti, sotto la guida del Pediatra ASL, nella simulazione di una spesa consapevole, preceduta da una passeggiata salutare.

## INTERVENTO AZIONE #10 - 01/02/2016 - 15/06/2016

### Laboratorio Imparare giocando AS 2015/2016

Numero edizioni : 2
Ore singola edizione : 30
Totale persone raggiunte : 80
Setting : Ambiente scolastico

**Comuni coinvolti nell'intervento :**
Tortona;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :
- Num. 1 Medico - ore 38
- Num. 2 Amministrativo - ore 92
- Num. 1 Educatore professionale - ore 52

Descrizione dell'intervento :
IL PERCORSO PREVEDE I SEGUENTI INTERVENTI
PRIMO INTERVENTO Conferenza da parte di Pediatra ASL AL sui temi della corretta alimentazione e degli stili di vita salutari, dedicata a genitori e insegnanti, in ottica di continuità educativa.

SECONDO INTERVENTO per singolo gruppo classe da parte di due Formatori ASL AL membri del gruppo PEAS (promozione ed educazione alla salute) e di un Educatore professionale/Psicologo volontario.
- Introduzione tematica attraverso un breve racconto sul tema della corretta alimentazione con personaggio di animazione tratto da un cartone animato molto noto ai piccoli. Viene raccontata la "Cucina spaziale". I bambini raccontano i loro cibi preferiti e vengono invitati a disegnare (o raccontare) ciò che della storia li ha colpiti maggiormente.
- Gioco con le scatole di frutta e verdura: i formatori presentano le immagini della frutta e della verdura ai bambini per stimolare la discussione (colore, stagionalità, nutrienti, effetti benefici) ed invitano i piccoli ad inserirle nella scatola giusta.
- Viene raccontata la storia del "Cuoco golosone": vengono invitati i bambini a disegnare (o raccontare) ciò che della storia li ha colpiti maggiormente.
- Viene creata a piccoli gruppi la casetta di "Marzafrutta e marzaverdura": al posto dei dolcetti della più famosa Casa di marzapane i bambini vengono coinvolti in lavoretti per realizzare la casetta incollando figurine adesive (frutta, verdura) da regalare al cuoco golosone.
- Presentazione guidata, da parte dei bambini, degli elaborati realizzati al Pediatra.
- Attuazione di piccoli esperimenti sui sensi con i bambini: riconoscere i cibi al tatto, dal profumo, dalla consistenza in bocca e dal sapore. Il laboratorio prevede l'assaggio diretto (gusto), su base del tutto volontaria, di piccole porzioni di alimenti.
- Al termine del percorso, in occasione di un saggio ginnico, i ragazzi creano e offrono ai genitori un simpatico buffet con animaletti e paesaggi di frutta e verdura

Documentazione dell'intervento :
Materiale formativo/educativo - I bambini hanno realizzato molti piatti, dolci e salati, con la frutta e la verdura per creare insieme un buffet salutare da offrire ai genitori dopo un saggio dimostrativo sul progetto, con giochi, balli e maschere

Materiale di comunicazione e informazione - foto buffet
Materiale di comunicazione e informazione - foto buffet
Materiale di comunicazione e informazione - foto buffet

## INTERVENTO AZIONE #11 - 01/01/2017 - 31/11/2017

### Interventi 2017

Setting : Ambiente scolastico

**Scuole coinvolte nell'intervento :**

Tortona
Plesso : TORTONA PATRI - Istituto : TORTONA B IST COMPR
Scuola Secondaria di primo grado
Classi 2e : 4;

Metodi non specificati