

## PROGETTO

### Pro.Muovi Saperi e Sapori 2014/15

Regione Piemonte ASL Torino 4

Progetto avviato nell'anno 2014 - Ultimo anno di attività : 2015

#### Abstract

##### Obiettivo generale

Sostenere la collaborazione tra Scuola e Sanità per il potenziamento delle abilità cognitive, socio affettive e comunicative (life skills) nei giovani;

fornire agli insegnanti strumenti operativi utili a sostenere negli studenti l'apprendimento di competenze trasversali e favorire il loro coinvolgimento diretto nei processi decisionali ( cittadinanza attiva );

ampliare la rete delle "Scuole che promuovono Salute "attivando processi di cambiamento in sinergia tra Scuola, Sanità , Famiglie e Comunità.

##### Analisi di contesto

I dati della sorveglianza Okkio alla salute (...) evidenziano come il soprappeso e l'obesità nella popolazione infantile costituiscano un problema importante di salute pubblica: nell'indagine 2010, tra i bambini della nostra Regione l'8% risulta obeso e il 19% è in sovrappeso (nell'ASL TO4 8% obesi e 18% sovrappeso). Se riportiamo la prevalenza di obesità e di sovrappeso riscontrata in questa indagine a tutto il gruppo di bambini di età 6-11 anni, il numero di bambini sovrappeso e obesi nella nostra Regione sarebbe pari a 61.327, di cui obesi 17.968.

Inoltre dallo studio Hbsc ( dati 2009-2010) si evidenzia una significativa riduzione dell'attività fisica già nel gruppo dei 15 enni rispetto a quelli degli 11 e 13 anni . La presenza di dati elevati di sovrappeso/obesità e di riduzione dell'attività motoria nei giovani accompagnati dall'assenza di interventi efficaci e tempestivi a livello di comunità , espongono questa fascia di popolazione a una serie di rischi ( cardiopatie, diabete, ecc). La letteratura scientifica segnala sempre più chiaramente che gli interventi efficaci sono quelli integrati (che vedono la partecipazione della scuola, degli operatori della sanità ,delle famiglie e della comunità nel suo insieme ), multicomponente (che promuovono la sana alimentazione ma anche l'attività fisica, la diminuzione della sedentarietà, il coinvolgimento dei genitori) e continuativi.

Sul territorio aziendale dell'ASL TO4 , che comprende 177 comuni e una popolazione totale di 516.000 residenti e si estende a nord della cintura torinese verso la Valle d'Aosta, sono state realizzate negli ultimi anni significative esperienze in tema di educazione alimentare e promozione dell'attività fisica in collaborazione con le scuole , rispettivamente : "Meno grassi più sani " ,"Bambini in movimento", "Mens sana in corpore sano" , "Ali?movi?mentazione" , "Proteggiamo la salute" , laboratorio di progettazione Insieme per la salute .

##### Metodi e strumenti

Costituzione di gruppi di lavoro integrati tra insegnanti , operatori sanitari e genitori ;

elaborazione di una progettazione congiunta tra insegnanti di ciascun Istituto , usufruendo della collaborazione di professionisti dell'ASL , per attivare con gli studenti percorsi didattici orientati alla promozione di corretti stili di vita in tema di alimentazione e attività fisica ;

realizzazione di attività didattiche in orario curricolare ed inserimento del progetto nel P.O.F;

realizzazione dell'evento finale coinvolgendo attivamente gli studenti nella presentazione delle attività /e o dei materiali didattici prodotti durante l'anno scolastico .

Le attività si sviluppano secondo il modello di progettazione dell'empowerment di comunità

---

**Tema di salute prevalente :** ALIMENTAZIONE

**Temi secondari :**

**Setting :** Ambiente scolastico  
Servizi Sanitari  
Luoghi del tempo libero

**Destinatari finali :** Scuola secondaria di primo grado  
Scuola secondaria di secondo grado

**Mandati :**

**Finanziamenti :** Attività corrente istituzionale

### **Responsabili e gruppo di lavoro**

---

Dott.ssa MAZZETTO SONIA (responsabile)  
Educatrice professionale, SSD promozione della salute  
ASL TO4  
e-mail : smazzetto@aslto4.piemonte.it  
Tel. : 0118212311

---

Dott. BELLAN Giorgio  
Dirigente veterinario  
Responsabile ssd Promozione Salute  
ASL TO4- SSD Promozione della Salute  
e-mail : gbellan@aslto4.piemonte.it  
Tel. : 011.8212314 011.9217647

---

Dott.ssa DUPONT MariaFranca  
medico  
ASL TO4 -Regione PiemonteDipartimento di Prevenzione - Servizio Sorveglianza e Nutrizione  
e-mail : nutrizione.chivasso@aslto4.piemonte.it  
Tel. : 011.8212346

---

Dott.ssa FRANCONI CARLA  
Medico  
ASL TO 4 -SSD Promozione della Salute  
e-mail : cfranconi@aslto4.piemonte.it  
Tel. : 0125 414747

---

Dott. MASSASSO ALBERTO  
medico dello sport  
ASL TO4- SS Medicina Sportiva  
e-mail : amassasso@aslto4.piemonte.it

---

### **Enti promotori e/o partner**

---

Categoria ente : Associazione  
ASSOCIAZIONE VIVERE I PARCHI

---

Categoria ente : Altro ente  
COMPAGNIA DI SAN PAOLO

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

---

Categoria ente : Altro ente  
ENTE PARCO LAGO DI CANDIA

---

### **Documentazione del progetto**

---

1. catalogo progetti promozione salute ASL TO4
  2. Documentazione progettuale - sintesi progetto Pro.muovi 2014/15
-

## OBIETTIVI

**Costituire gruppi di lavoro integrati tra insegnanti, operatori sanitari e genitori**

**Costruire analisi del contesto e individuazione di un ambito di miglioramento**

**Realizzare attività formative su alimentazione e attività fisica e interventi di approfondimento in tema di progettazione**

Incontri formativi rivolti a insegnanti, studenti e genitori a cura del Servizio di Nutrizione (medico e dietista) e del Servizio di Medicina dello Sport (medico)

Incontri nelle classi di approfondimento e di sostegno alla progettazione degli studenti (Servizio di promozione della salute)

**Elaborare progetti di miglioramento del proprio contesto scolastico e di vita**

Incontri formativi rivolti a insegnanti, studenti e genitori a cura del Servizio di Nutrizione (medico e dietista) e del Servizio di Medicina dello Sport (medico)

Incontri nelle classi di approfondimento e di sostegno alla progettazione degli studenti (Servizio di promozione della salute) L'adesione al progetto "Pro.Muovi" impegna le classi ad un'attenta analisi del contesto scolastico o extra scolastico per individuare eventuali carenze da superare tramite proposte innovative da presentare ai decisori (Dirigenti scolastici, Sindaci, sviluppando così le proprie competenze di cittadinanza attiva.

Il progetto di miglioramento impegna gli studenti nel concretizzare in prima persona le proprie proposte, attuando cambiamenti concreti e verificabili.

**Realizzare evento finale (con premiazione progetti vincitori)**

Incontri formativi rivolti a insegnanti, studenti e genitori a cura del Servizio di Nutrizione (medico e dietista) e del Servizio di Medicina dello Sport (medico)

Incontri nelle classi di approfondimento e di sostegno alla progettazione degli studenti (Servizio di promozione della salute) L'adesione al progetto "Pro.Muovi" impegna le classi ad un'attenta analisi del contesto scolastico o extra scolastico per individuare eventuali carenze da superare tramite proposte innovative da presentare ai decisori (Dirigenti scolastici, Sindaci, sviluppando così le proprie competenze di cittadinanza attiva.

Il progetto di miglioramento impegna gli studenti nel concretizzare in prima persona le proprie proposte, attuando cambiamenti concreti e verificabili. Organizzazione della giornata conclusiva e valutazione/premiazione dei progetti vincitori. Offerta a cura dell'Associazione "Vivere i Parchi" di attività ludiche, sportive, escursionistiche e naturalistiche ai partecipanti (studenti, insegnanti e famiglie).

Presentazione dei progetti elaborati dalle scuole, valutazione da parte della giuria e premiazione dei primi tre progetti classificati. Assegnazione di due premi speciali per la ricaduta sociale dei progetti. La giornata conclusiva ed il concorso sono stati finanziati dalla Compagnia di San Paolo.

**INTERVENTO AZIONE #1 - 01/09/2014**

**Offerta agli istituti scolastici di 1° grado del territorio dell'ASL TO 4 di partecipazione al progetto**

Numero edizioni : 1

Ore singola edizione : 10

Setting : Ambiente scolastico

**Comuni coinvolti nell'intervento :**

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :

- Num. 1 Educatore professionale - ore 10

---

Descrizione dell'intervento :

E' stato presentato il progetto a tutte le scuole del territorio tramite e-mail e poi contatto telefonico coi dirigenti scolastici. Successivamente sono stati convocati in una riunione tutti gli aderenti al progetto

---

Documentazione dell'intervento :

Materiale di comunicazione e informazione - lettera di convocazione scuole per presentazione progetto

---

## INTERVENTO AZIONE #2 - 01/11/2014

### RIUNIONE PRELIMINARE INSEGNANTI/OPERATORI ASL

Numero edizioni : 1

Ore singola edizione : 3

Totale persone raggiunte : 10

Setting : Servizi Sanitari

#### Comuni coinvolti nell'intervento :

Settimo Torinese;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :

- Num. 3 Medico - ore 2

- Num. 1 Educatore professionale - ore 2

- Num. 1 Altra figura o professione - ore 2

---

Descrizione dell'intervento :

Riunione preliminare, tenuta dagli operatori del gruppo di progetto, con gli insegnanti aderenti, per la condivisione della metodologia e dei contenuti:

- promozione della salute nella comunità scolastica sui temi alimentazione ed attività fisica;
- promozione della cittadinanza attiva;
- osservazione da parte degli studenti del loro contesto di vita (scuola, casa, tempo libero?);
- individuazione, in collaborazione con gli insegnanti, di bisogni ed aree di miglioramento in relazione allo stato di benessere (con particolare riferimento all'alimentazione ed all'attività fisica);
- Sviluppo da parte del gruppo classe di un progetto di miglioramento, in collaborazione con la comunità locale (es: miglior utilizzo degli spazi interni alla scuola destinati all'attività fisica; riduzione degli sprechi nella mensa scolastica, organizzazione/recupero di aree verdi limitrofe all'Istituto Scolastico per l'attività fisica?.)

---

Documentazione dell'intervento :

Materiale di comunicazione e informazione - Link per scuole

Materiale formativo/educativo - Slides Dupont alimentazione

Materiale formativo/educativo - Link HBSC

---

**INTERVENTO AZIONE #3 - 01/10/2014 - 31/12/2014**

**Interventi nelle classi e rilevazione percezione stato di benessere e salute**

Numero edizioni : 1

Ore singola edizione : 55

Totale persone raggiunte : 300

Setting : Ambiente scolastico

**Comuni coinvolti nell'intervento :**

Settimo Torinese; Leinì; Lanzo Torinese; Ivrea; Castellamonte; Cafasse; Brandizzo;

Metodi non specificati

**Carichi di lavoro :**

- Num. 1 Altra figura o professione - ore 22

- Num. 1 Altra figura o professione - ore 15

- Num. 2 Medico - ore 13

- Num. 1 Educatore professionale - ore 28

---

**Descrizione dell'intervento :**

In ogni classe aderente al progetto, incontro di presentazione ai ragazzi e condivisione di una check-list per realizzare, con l'aiuto degli insegnanti, un'analisi del loro contesto di vita.

Tale lavoro costituisce il punto di partenza per progettare interventi atti a migliorare la propria situazione in tema di salute.

Lavoro di gruppo sul tema della salute.

Consegna del questionario di indagine sulla salute

---

**Documentazione dell'intervento :**

Altro - indagine di salute di gruppo ed individuale

---

**INTERVENTO AZIONE #4 - 01/10/2014 - 15/02/2015**

**Indagine di salute tramite questionario sul contesto scolastico e di vita**

Ore singola edizione : 16

Totale persone raggiunte : 300

Setting : Ambiente scolastico

**Comuni coinvolti nell'intervento :**

Settimo Torinese; Leini; Lanzo Torinese; Ivrea; Castellamonte; Cafasse; Brandizzo;

Metodi non specificati

**Carichi di lavoro :**

- Num. 1 Educatore professionale - ore 60
- Num. 1 Altra figura o professione - ore 20
- Num. 1 Altra figura o professione - ore 4
- Num. 1 Medico - ore 3

---

**Descrizione dell'intervento :**

Consegna di un questionario suddiviso in due parti: indagine di classe e indagine individuale sui temi dell'alimentazione e dell'attività fisica.

Ritiro dei questionari compilati e analisi delle risposte.

Restituzione degli esiti alle singole classi partecipanti.

Consegna di una traccia per la stesura del progetto, dopo aver individuato un ambito di miglioramento.

---

**Documentazione dell'intervento :**

Altro - Indagine di salute di classe ed individuale

---

## INTERVENTO AZIONE #5 - 01/04/2014 - 14/05/2014

### Incontri di approfondimento con insegnanti, studenti e genitori

Numero edizioni : 1

Totale persone raggiunte : 278

Setting : Ambiente scolastico

#### Comuni coinvolti nell'intervento :

Settimo Torinese; Leinì; Lanzo Torinese; Ivrea; Cafasse; Brandizzo;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :

- Num. 1 Altra figura o professione - ore 5
- Num. 1 Dietista - ore 16
- Num. 1 Medico - ore 14
- Num. 1 Educatore professionale - ore 5

Descrizione dell'intervento :

Incontri di approfondimento e supporto metodologico su alimentazione/attività fisica e promozione delle life skills.

Le sei scuole coinvolte hanno richiesto approfondimenti sulle seguenti tematiche:

- Brandizzo: alimentazione e qualità degli spuntini 4 classi, 85 studenti, 3 insegnanti)
- Leinì: alimentazione(2 classi, 35 studenti, 3 insegnanti)
- Settimo: alimentazione e attività fisica (3 classi, 10 studenti rappresentanti, 3 insegnanti, 50 genitori)
- Lanzo: progettazione di interventi di promozione del benessere e dell'attività fisica (22 studenti, 2 insegnanti). Sperimentazione di un'escursione naturalistico-culturale, un laboratorio di tecniche teatrali e di un percorso di fit-walking
- Ivrea: alimentazione sana e qualità degli spuntini - due classi, 36 studenti, 4 insegnanti
- Cafasse: miglioramento della qualità degli spuntini - una classe, 13 studenti, 3 insegnante

## INTERVENTO AZIONE #6 - 01/04/2015 - 12/05/2015

### Sostegno alla progettazione delle classi

Numero edizioni : 1

Ore singola edizione : 30

Totale persone raggiunte : 300

Setting : Ambiente scolastico

### Comuni coinvolti nell'intervento :

Settimo Torinese; Leinì; Lanzo Torinese; Ivrea; Castellamonte; Cafasse; Brandizzo;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :

- Num. 1 Medico - ore 9

- Num. 1 Educatore professionale - ore 16

- Num. 1 Altra figura o professione - ore 5

---

Descrizione dell'intervento :

Stesura dei progetti da parte degli studenti, con il supporto dei loro insegnanti ed invio di una bozza del lavoro al gruppo di progetto ASL; reinvio alle scuole con suggerimenti di integrazioni, modifiche, approfondimenti. Invio finale da parte dei partecipanti di otto elaborati:

1)Scuola Brandizzo: "Riqualifica area esterna alla scuola"; 2)Cafasse: "Merendina time";  
3)Castellamonte: "Aule aperte"; 4)Ivrea, 3A: "Didattica all'aperto e percorso benessere"; 5)Ivrea 3B:  
"No allo stress, sì alla salute"; 6)Lanzo: "La sfida"; 7)Leini: "Cibo per tutti"; 8)Settimo: "Tutti in moto".

---

Documentazione dell'intervento :

Altro - Traccia per la stesura del progetto

---

## INTERVENTO AZIONE #7 - 16/05/2015 - 16/05/2015

### **Giornata conclusiva presso il Parco del lago di Candia e premiazione dei progetti vincitori**

Numero edizioni : 1

Ore singola edizione : 10

Totale persone raggiunte : 250

Setting : Luoghi del tempo libero

#### **Comuni coinvolti nell'intervento :**

Candia Canavese;

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :

- Num. 1 Educatore professionale - ore 10

- Num. 3 Medico - ore 30

- Num. 1 Altra figura o professione - ore 10

---

Descrizione dell'intervento :

E' stata organizzata una giornata di festa dedicata alla promozione della salute a scuola. Al mattino i ragazzi presenti, le loro famiglie e gli insegnanti hanno potuto usufruire gratuitamente di varie attività destinate a premiare tutti: escursioni naturalistiche in battello elettrico con accompagnatore; stazione di microscopia e osservazione con binocoli; escursioni in mountain bike con accompagnatore, a cura dell'Associazione "Vivere i Parchi". E' stato possibile anche effettuare il corso di canoa/kayak con istruttori, pagando un contributo di 5 euro. Nel pomeriggio, a partire dalle ore 14.30, i ragazzi hanno presentato i loro progetti attraverso cartelloni, video, diapositive; una giuria di esperti ha espresso una valutazione, che ha premiato i primi tre progetti classificati, assegnando inoltre due premi speciali. Tutte le scuole che hanno aderito al progetto ad inizio anno scolastico 2014/2015 hanno prodotto un elaborato; i progetti in concorso erano 8 e si sono così classificati:

1) Scuola Secondaria di I° grado "G. Nicoli" di Settimo; 2) Liceo linguistico "F. Albert" di Lanzo; 3) Scuola Secondaria di I° grado "Martiri della Libertà" di Brandizzo. Premi speciali per la ricaduta sociale sul territorio: Scuola Secondaria di I° grado "C. Casalegno" di Leini e Istituto Superiore TSS, classe 3A di Ivrea. Dopo la conclusione della premiazione sono proseguiti i giri sul lago in battello ed i ragazzi e le famiglie hanno potuto usufruire del parco fino alle ore 19.00.

---

Documentazione dell'intervento :

Materiale di comunicazione e informazione - Locandina Candia

Materiale di comunicazione e informazione - presentazione progetti edizione 2014/2015

---