

PROGETTO**S.O.S. Sviluppiamo Opportunità di Salute - OBIETTIVO SPUNTINO
(Catalogo)**

Regione Piemonte ASL Cuneo 1

Progetto avviato nell'anno 2017 - Ultimo anno di attività : 2018

Abstract**Obiettivo generale**

La riduzione della prevalenza dell'obesità e della diffusione delle malattie croniche passa attraverso il miglioramento delle abitudini alimentari della popolazione. In particolare, sembrano svolgere un ruolo importante come fattori protettivi rispetto all'insorgenza dell'obesità infantile il consumo di frutta e verdura, la riduzione del consumo di zuccheri, sale e alimenti ad alta densità energetica (vedi PRP 2014-18 e PRISA 2016).

Vengono qui delineati gli obiettivi generali, fra i quali ogni scuola/classe potrà scegliere di applicarsi in modo specifico per l'anno corrente, considerando la possibilità di prevedere percorsi educativi strutturati su più anni, in modo da trattare via via la maggior parte degli argomenti.

Attività Fisica:

? Incremento delle occasioni di attività fisica fuori e dentro la scuola

Stili di Vita:

? Favorire una maggior consapevolezza delle famiglie circa la salubrità degli stili di vita dei figli e il problema del sovrappeso/ obesità in età pediatrica

? Incremento delle capacità critiche nella scelta di uno stile alimentare; consumo consapevole

? Favorire la diffusione di una cultura della salute nella consapevolezza che le nostre scelte alimentari e di stile di vita, hanno ricadute sulla salute sia direttamente che indirettamente (ambiente, socialità, ecc?)

Alimentazione:

? Ridurre il numero di bambini che non fanno la colazione o che la fanno inadeguata

? Riduzione consumo snack e cibi spazzatura, anche attraverso una maggior conoscenza dei cibi salutari e l'ampliamento della gamma gustativa

? Riduzione consumo di bibite e promozione del consumo di acqua del rubinetto

? Incremento consumo di frutta e verdura

? Riduzione del consumo di sale

Analisi di contesto

Le azioni di promozione di stili di vita sani partono dalla constatazione della stretta correlazione fra salute, alimentazione e attività fisica: ad oggi le statistiche confermano che il 75% dei problemi di salute sono causati da scorrette abitudini di vita e cattiva alimentazione. Il problema sussiste anche nella popolazione infantile: i risultati delle sorveglianze relative al territorio dell'ASL CN1 delineano un quadro preoccupante per la diffusione di obesità e sovrappeso nella popolazione infantile e per la diffusione di comportamenti e stili di vita non salutare fra la popolazione infantile e giovanile (HBSC Piemonte 2014; OKkio ASL CN1 2014).

La strategia per la promozione di stili di vita salutari deve essere globale; la scuola, in quanto contesto di vita e relazionale fondamentale per i giovani, può rivestire un ruolo primario nel favorire la salute.

La Formazione agli insegnanti è uno strumento per trasmettere competenze, cultura (gli insegnanti sono anche modelli di vita), per favorire lo sviluppo di progettualità finalizzate a generare cambiamenti nel contesto scolastico. Gli insegnanti sono il ponte necessario per il coinvolgimento attivo degli

studenti. La formazione agli insegnanti rappresenta inoltre un utile momento di confronto e dialogo fra scuola e sistema sanitario, in un'ottica di co-costruzione di interventi efficaci di promozione di sane abitudini.

Riferimento bibliografico: "Rete Regionale Piemontese delle Scuole che promuovono salute. Raccolta di documenti ufficiali per una scuola che promuove salute";

http://www.dors.it/alleg/newcms/201411/DocumentiScuolaSalute_completo.pdf

Metodi e strumenti

L'adesione al progetto prevede:

- 1) Adozione di uno o più giorni della frutta nella settimana. Le classi aderenti si impegnano ad istituire uno o più giorni della frutta in cui gli studenti sono invitati a consumare la frutta come merenda di metà mattina; l'attività prevede la rilevazione dei consumi tre volte nell'anno scolastico, tramite apposita scheda.
- 2) formazione agli insegnanti attraverso Laboratori tematici finalizzata alla realizzazione pratica delle attività in classe nel corso dell'anno scolastico.
- 3) Supporto alla realizzazione delle attività a scuola programmate durante i laboratori
- 4) Realizzazione di interventi in classe o con le famiglie a completamento di eventuali altre o diverse specifiche progettualità realizzate dalle scuole.

Valutazione prevista/effettuata

L'attività di formazione verrà valutata attraverso:

- Numero di attività specifiche attivate nelle scuole a seguito dei laboratori/ numero di scuole aderenti ai laboratori S.O.S.
 - Rilevazione delle attività svolte in classe dagli insegnanti a seguito della partecipazione ai laboratori
- Il miglioramento degli spuntini di metà mattina e il consumo di frutta e verdura verrà valutato attraverso
- Numero di classi che aderiscono al giorno della frutta
 - monitoraggio dei consumi a metà mattina (rilevazione merende)

Tema di salute prevalente : ALIMENTAZIONE

Temi secondari : ATTIVITA' FISICA

Setting : Ambiente scolastico

Destinatari finali : Scuola
Bambini (0-2 anni)
Scuola dell'infanzia

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

Finanziamenti : Attività corrente istituzionale

Responsabili e gruppo di lavoro

PELLEGRINO ANGELO (responsabile)

ASL CN1 SIAN

e-mail : angelo.pellegrino@aslcn1.it

Dott.ssa CARDETTI Silvia

Psicologa

SSD Promozione della Salute ASL CN1

e-mail : silvia.cardetti@aslcn1.it

Tel. : 0172 240687

DEVALLE PIETRO LUIGI

ASL CN1

e-mail : pietroluigi.devalle@aslcn1.it

SACCHI MARIA ELENA

Dietista

ASL CN1 - SIAN

e-mail : mariaelena.sacchi@aslcn1.it

Enti promotori e/o partner

Categoria ente : Scuola

Scuole ambito territoriale ASL CN1

In fase progettuale; In fase di realizzazione; In fase di valutazione;

OBIETTIVI

Aumento del consumo di frutta e verdura e miglioramento degli spuntini di metà mattina

INTERVENTO AZIONE #1 - /10/2017 - /12/2017

Azioni svolte nell'a.s. 2017/2018

Numero edizioni : 1

Ore singola edizione : 6

Totale persone raggiunte : 50

Setting : Ambiente scolastico

Scuole coinvolte nell'intervento :

Bernezzo

Plesso : BERNEZZO CAPOLUOGO INFANZIA - Istituto : BERNEZZO DUCCIO GALIMBERTI

Scuola infanzia

Ceva

Plesso : CEVA CAPOLUOGO - Istituto : CEVA A MOMIGLIANO

Scuola infanzia

Lesegno

Plesso : LESEGNO CAPOLUOGO - Istituto : CEVA A MOMIGLIANO

Scuola infanzia

Rifreddo

Plesso : RIFREDDO CAPOLUOGO - Istituto : SANFRONT PAESANA

Scuola infanzia

Sanfront

Plesso : SCUOLA DELL'INFANZIA PARITARIA GUIDO ROCCAVILLA

Scuola infanzia

Sant'Albano Stura

Plesso : SANTALBANO STURA CAPOLUOGO - Istituto : BENE VAGIENNA

Scuola primaria

Metodi non specificati

Carichi di lavoro :

- Num. 1 Psicologo - ore 10

- Num. 1 Dietista - ore 8

Descrizione dell'intervento :

Le azioni si sono svolte attraverso:

1. Laboratorio dedicato agli insegnanti/ educatori (in particolare a quanti hanno già svolto il laboratorio Obiettivo Spuntino lo scorso anno) finalizzato alla realizzazione di azioni pratiche per il miglioramento delle merende. Il laboratorio si terrà nella prima parte dell'anno scolastico, in orario pomeridiano; ci saranno tre edizioni, una per distretto scolastico. Il calendario verrà comunicato via mail direttamente agli iscritti.
2. Inserimento della frutta come spuntino di metà mattina
3. Realizzazione delle attività concordate durante i laboratori, con il supporto degli operatori SIAN
4. Collaborazione alle azioni di valutazione

SONO STATE INOLTRE RAGGIUNTE LE SEGUENTI SCUOLE:

Baby parking Ceva

Micronido Mondovì

Nido Comunale Mondovì
Nido J Monnet Saluzzo
Micro nido Oasi giovani Savigliano
Baby parking Bene Vagienna
Nido Ape Maia - sez. primavera - micro nido Pollicino Fossano
Il giardino San Nicola Saluzzo
Scuola materna Calandri
Nido comunale I girasoli Cuneo

INTERVENTO AZIONE #2 - /01/2018 - /05/2018

Azioni svolte nell'a.s. 2017/2018 [duplicato 2018]

Numero edizioni : 1

Ore singola edizione : 6

Totale persone raggiunte : 50

Setting : Ambiente scolastico

Scuole coinvolte nell'intervento :

Bernezzo

Plesso : BERNEZZO CAPOLUOGO INFANZIA - Istituto : BERNEZZO DUCCIO GALIMBERTI

Scuola infanzia

Ceva

Plesso : CEVA CAPOLUOGO - Istituto : CEVA A MOMIGLIANO

Scuola infanzia

Lesegno

Plesso : LESEGNO CAPOLUOGO - Istituto : CEVA A MOMIGLIANO

Scuola infanzia

Rifreddo

Plesso : RIFREDDO CAPOLUOGO - Istituto : SANFRONT PAESANA

Scuola infanzia

Sanfront

Plesso : SCUOLA DELL'INFANZIA PARITARIA GUIDO ROCCAVILLA

Scuola infanzia

Sant'Albano Stura

Plesso : SANT'ALBANO STURA CAPOLUOGO - Istituto : BENE VAGIENNA

Scuola primaria

Metodi non specificati

Descrizione dell'intervento :

Note

Le azioni si sono svolte attraverso:

1. Laboratorio dedicato agli insegnanti/ educatori (in particolare a quanti hanno già svolto il laboratorio Obiettivo Spuntino lo scorso anno) finalizzato alla realizzazione di azioni pratiche per il miglioramento delle merende. Il laboratorio si terrà nella prima parte dell'anno scolastico, in orario pomeridiano; ci saranno tre edizioni, una per distretto scolastico. Il calendario verrà comunicato via mail direttamente agli iscritti.
2. Inserimento della frutta come spuntino di metà mattina
3. Realizzazione delle attività concordate durante i laboratori, con il supporto degli operatori SIAN
4. Collaborazione alle azioni di valutazione

SONO STATE INOLTRE RAGGIUNTE LE SEGUENTI SCUOLE:

Baby parking Ceva

Micronido Mondovì

Nido Comunale Mondovì

Nido J Monnet Saluzzo

Micro nido Oasi giovani Savigliano
Baby parking Bene Vagienna
Nido Ape Maia - sez. primavera - micro nido Pollicino Fossano
Il giardino San Nicola Saluzzo
Scuola materna Calandri
Nido comunale I girasoli Cuneo