PROGETTO

IM.PATTO - Si lo so che mi fa bene ma...

Regione Piemonte ASL Torino 3

Progetto avviato nell'anno 2020 - Ultimo anno di attività : 2022

Abstract

Obiettivo generale

Promuovere il consumo di alimenti sani sia durante lo spuntino di metà mattina sia durante il pranzo consumato in mensa scolastica e rendere i fruitori partecipi delle scelte alimentari.

Analisi di contesto

In Piemonte è ormai da molto tempo consolidata la prassi di controllare regolarmente le mense scolastiche anche dal punto di vista nutrizionale, con l?obiettivo fondamentale di proporre modelli di alimentazione equilibrata. I cibi proposti, oltre che salutari, devono essere gradevoli dal punto di vista organolettico ed accettati dagli studenti. Un piatto, per quanto salutare, può risultare sgradito per diversi motivi, tra i quali ingredienti e preparazioni poco conosciuti dai fruitori o non gradevoli alla vista, con conseguente rifiuto permanente di alimenti importanti per la salute. Inoltre, nonostante la diffusione delle conoscenze sull?importanza di un?alimentazione sana sia aumentato presso la popolazione italiana al punto da influenzare fortemente il mercato con conseguente aumento dell?offerta di alimenti integrali, a basso contenuto di zuccheri, grassi, sale ecc., migliore chiarezza delle etichette nutrizionali, aumento del numero di pescherie anche in zone non marittime e aumento dell?offerta di frutta e verdura nei supermercati, la realizzazione pratica di una sana dieta quotidiana non sempre viene raggiunta. Soprattutto per i bambini ed i ragazzi si è ritenuto importante il loro coinvolgimento nelle decisioni che li riguardano, in questo caso su cosa e come mangeranno a pranzo per 5 giorni la settimana per almeno 8 anni.

Metodi e strumenti

La prima parte del progetto ha coinvolto i ragazzi di 3° e 4° primaria nella redazione del menu scolastico, unitamente alla scuola, al comune e alla ditta che produce il pasto. Il progetto è stato una rivisitazione del ?Crea menù? già sperimentato negli anni passati con le scuole secondarie di I° grado e, tra i vari strumenti e linee guida si è utilizzata la Guida alla formulazione dei menù scolastici per le fasce d?età dell?infanzia, primarie e secondarie per l?ASL TO3, redatta nel 2022, che ha avuto come obiettivo l?aggiornamento delle indicazioni fornite sulla base delle nuove conoscenze scientifiche e delle nuove normative, in ambito nutrizionale, di sicurezza e ambientale.

Il progetto ? Crea menù? si è svolto attraverso i seguenti step:

1) Evento formativo con gli insegnanti sull?uso della guida nella redazione del menu scolastico

2) Lavoro degli insegnanti con i bambini

3) Laboratori con i bambini su aspetti fondamentali dell?alimentazione equilibrata (frutta e verdura e loro presenza nei pasti, i 5 colori di frutta e verdura, merende sane)

4) Presentazione delle proposte per il nuovo menu

5) Valutazione delle proposte da parte dell?ASL e della ditta di ristorazione e comunicazione dei

risultati agli insegnanti

6) Proposte definitive per il menu

7) Incontro finale con presentazione ufficiale del menù da utilizzare nell? anno scolastico 2022-23.

Valutazione prevista/effettuata

Verrà formata, tramite l?esperienza di un laboratorio del gusto, una squadra di assaggiatori ufficiali costituita dai bambini per valutare in modo oggettivo la gradibilità delle ricette del menù della mensa scolastica e per proporre suggerimenti concreti di modifica della ricetta sgradita, mentre gli insegnanti si occuperanno di monitorare gli avanzi del pasto dell?intera classe.

Tema di salute prevalente :	ALIMENTAZIONE
Temi secondari :	Sovrappeso e obesità
Setting :	Ambiente scolastico
Destinatari finali :	Scuola Minori Adulti Comune
Mandati :	Piano Nazionale di Prevenzione (PNP) Piano Regionale di Prevenzione (PRP) Piani locali / Aziendali di prevenzione e promozione della salute
Finanziamenti :	Attività corrente istituzionale Altro

Responsabili e gruppo di lavoro

DOTT.SSA PALTRINIERI GIOVANNA (responsabile)
ASLTO3
e-mail : giovanna.paltrinieri@aslto3.piemonte.it

DOTT.SSA COSOLA ALDA
ASLTO3
e-mail : alda.cosola@aslto3.piemonte.it

Enti promotori e/o partner

Categoria ente : Cooperativa
Novacoop
Come promotore;

OBIETTIVI

Promozione del consumo di frutta e verdura.
Tramite giochi attivi e la presenza di alimenti freschi si fa il punto sull?importanza di mangiare frutta e verdura di stagione, consumandone 5 porzioni al giorno di 5 colori diversi (verde, rosso, viola/blu, giallo/arancio, bianco).

Promozione del consumo di "merende sane di una volta".
Tramite giochi attivi e la presenza di alimenti freschi si fa il punto sull?importanza di mangiare frutta e verdura di stagione, consumandone 5 porzioni al giorno di 5 colori diversi (verde, rosso, viola/blu, giallo/arancio, bianco).Tramite giochi attivi e la presenza di alimenti freschi si promuovono le merende sane.

Rendere i bambini direttamente partecipi alla refezione scolastica tramite realizzazione del loro menù scolastico.
Tramite giochi attivi e la presenza di alimenti freschi si fa il punto sull?importanza di mangiare frutta e verdura di stagione, consumandone 5 porzioni al giorno di 5 colori diversi (verde, rosso, viola/blu, giallo/arancio, bianco).Tramite giochi attivi e la presenza di alimenti freschi si promuovono le merende sane.Il coinvolgimento dei bambini nella realizzazione del menù che consumeranno a scuola dovrebbe favorire l'accettazione dello stesso.

Promozione del consumo di frutta e verdura e di merende adegaute
Tramite giochi attivi e la presenza di alimenti freschi si fa il punto sull?importanza di mangiare frutta e verdura di stagione, consumandone 5 porzioni al giorno di 5 colori diversi (verde, rosso, viola/blu, giallo/arancio, bianco).Tramite giochi attivi e la presenza di alimenti freschi si promuovono le merende sane.Il coinvolgimento dei bambini nella realizzazione del menù che consumeranno a scuola dovrebbe favorire l'accettazione dello stesso.Promozione del consumo di frutta e verdura.

Tramite giochi attivi e la presenza di alimenti freschi si fa il punto sull?importanza di mangiare frutta e verdura di stagione, consumandone 5 porzioni al giorno di 5 colori diversi (verde, rosso, viola/blu, giallo/arancio, bianco).

Promozione del consumo di "merende sane di una volta".

Tramite giochi attivi e la presenza di alimenti freschi si promuovono le merende sane.

Rendere i bambini direttamente partecipi alla refezione scolastica tramite realizzazione del loro menù scolastico.

Il coinvolgimento dei bambini nella realizzazione del menù che consumeranno a scuola dovrebbe favorire l'accettazione dello stesso.

INTERVENTO AZIONE #1 - 01/03/2022 - 31/05/2022

Im.Patto - Si lo so che mi fa bene ma...

Setting : Ambiente scolastico

Scuole coinvolte nell'intervento :

Beinasco
Plesso : IC BORGARETTO BEINASCO CALVINO - Istituto : I C BEINASCO BORGARETTO
Scuola primaria
Classi 3e : 2;

Beinasco
Plesso : IC BEINASCO DE AMICIS - Istituto : I C BEINASCO GRAMSCI
Scuola primaria
Classi 4e : 2;

Beinasco
Plesso : IC BORGARETTO BEINASCO DI NANNI - Istituto : I C BEINASCO BORGARETTO
Scuola primaria
Classi 3e : 1;

Beinasco
Plesso : IC BEINASCO MEI - Istituto : I C BEINASCO GRAMSCI
Scuola primaria
Classi 4e : 1;

Beinasco
Plesso : IC BEINASCO GRAMSCI - Istituto : I C BEINASCO GRAMSCI
Scuola primaria
Classi 4e : 2;

Metodi non specificati