

	<p align="center"><b>Promozione stili di vita sani: alimentazione e sostenibilità ambientale</b></p>
<p><b>Progetto</b></p>	<p align="center"><b>Coloriamo la nostra tavola</b></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div>
<p><b>Referente del progetto</b></p>	<p><b>Dott.ssa Elisa Dal Lago</b>          Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione – Educazione Alimentare          Dipartimento di Prevenzione – Distretto 2 Thiene          Tel. 0445/389210 E-mail: <a href="mailto:elisa.dallago@aulss7.veneto.it">elisa.dallago@aulss7.veneto.it</a></p>
<p><b>Destinatari</b></p>	<p>Insegnanti e alunni della <b>Scuola Primaria</b>          Classi prime laboratorio <b>“Sviluppo della sensorialità con frutta, verdura, erbe aromatiche ed eventuali composte”</b>          Tutte le classi <b>“Concorso a premi Coloriamo la nostra tavola”</b></p>
<p><b>Focus educazione alimentare</b></p>	<p>I quattro pilastri dell'educazione alimentare: <b>stile di vita – salute – esperienza – apprendimento.</b>          “L'educazione alimentare è un'attenzione agli <b>stili di vita</b>, alla scelta coerente della tipologia di alimenti e bevande consumate; è l'attenzione alla <b>salute</b>, intesa come prevenzione dei disturbi alimentari e delle malattie e attitudine alla mens sana in corpore sano; è <b>esperienza</b>, in quanto coinvolge a livello sensoriale ed emozionale i cinque sensi e si estrinseca in progetti e laboratori; è infine un processo di <b>apprendimento</b>, inteso come volontà proattiva di conoscere tradizione, tipologia di alimenti e anche modalità di consumo”.</p>
<p><b>Premessa e contesto di riferimento</b></p>	<p>Le attuali conoscenze scientifiche evidenziano la correlazione tra stili di vita scorretti e sviluppo di sovrappeso-obesità in età infantile/adulta nonché l'insorgenza di numerose patologie cronico degenerative tra le quali malattie cardiovascolari, tumori, diabete. L'alimentazione, nei suoi aspetti qualitativi e quantitativi costituisce uno dei più importanti determinanti dello stato di salute. Poiché le abitudini alimentari si instaurano precocemente è necessario intervenire in modo mirato in età scolare per contrastare lo sviluppo di comportamenti errati e sfavorevoli per la salute. Tra gli errori più comuni in età infantile vi sono una prima colazione e una merenda inadeguate, un elevato consumo di bevande zuccherate e gassate e di alimenti ipercalorici, una errata ripartizione dell'introduzione calorica durante la giornata, un ridotto consumo di frutta e verdura e la monotonia della dieta. Si evidenzia infine che, date le caratteristiche dell'attuale organizzazione familiare e sociale, della moderna distribuzione e l'uso sempre più diffuso di prodotti confezionati pronti o pre-lavorati, molti bambini hanno scarse conoscenze sulle caratteristiche, proprietà e stagionalità degli alimenti.</p> <p>Unito a tale premessa tra gli obiettivi individuati dall'Unione europea nel campo dell'alimentazione vi è l'aumento del consumo di frutta e verdura, considerate vere e proprie miniere di vitamine e sali minerali e fonti insostituibili di fibre e sostanze antiossidanti.</p> <p>La situazione è decisamente complessa e variegata affrontabile soltanto con un percorso articolato a più livelli:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• stimolare la curiosità nei confronti della frutta e verdura</li> <li>• conoscere e sperimentare la piramide alimentare collegata alla dieta mediterranea</li> <li>• coinvolgere i bambini in un percorso di conoscenza con approccio ludico in ambito storico, linguistico, letterario, antropologico</li> <li>• proporre al bambino l'alimento con percezione del gusto, del profumo, del colore nelle differenti trasformazioni culinarie</li> <li>• approccio e valorizzazione degli aspetti interculturali delle merende a scuola.</li> </ul> <p>Attraverso queste sollecitazioni si auspica un progressivo mutamento degli atteggiamenti passando da diffidenza ad accettazione ed apprezzamento.</p>
<p><b>Obiettivi generali</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contrastare l'insorgenza di sovrappeso ed obesità in età infantile</li> <li>• Favorire una sana alimentazione</li> <li>• Potenziamento della creatività e delle capacità di relazione interpersonale</li> <li>• Dimensione cognitiva, esperienziale, affettiva ed emotiva: progettare attività che coinvolgano tutte queste parti abbinandole all'educazione sensoriale (odori e profumi della frutta, verdura, erbe aromatiche, spezie)</li> <li>• Lavoro di potenziamento della sensorialità e percezioni degli alimenti</li> </ul>
<p><b>Obiettivi specifici</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promuovere corrette abitudini alimentari in età scolare aumentando il consumo di frutta e verdura</li> <li>• Far acquisire ai bambini conoscenze relative alle caratteristiche, ai benefici, alla varietà e stagionalità di frutta e verdura</li> <li>• Approcciare i bambini alla manipolazione ed all'assaggio di frutta e verdura attraverso un laboratorio creativo basato su stagionalità di frutta, verdura ed erbe aromatiche, sviluppo della sensorialità</li> <li>• Potenziamento del senso critico e decision making nelle competenze inerenti le scelte alimentari</li> </ul>
<p><b>Presentazione</b></p>	<p>Il progetto Coloriamo la nostra tavola prevede un focus formativo rivolto alle insegnanti, attività in classe guidate dalle insegnanti, un laboratorio esperienziale da parte di personale del Sian ed un concorso a premi:</p> <p><b>1) Tavolo di formazione e programmazione ottobre 2019</b> rivolto agli insegnanti, della durata di due ore, con lo scopo di:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- illustrare il progetto</li> <li>- confrontare le esperienze degli anni scorsi e visione dei lavori svolti</li> <li>- condivisione di esperienze e rilevazioni fabbisogni delle singole scuole</li> <li>- presentazione dei supporti didattici</li> <li>- fornire gli elementi di base da trasmettere ai bambini in tema di corretta alimentazione, stagionalità di frutta e verdura, dieta mediterranea e piramide alimentare</li> <li>- nuovi obiettivi riguarderanno l'inserimento dei temi della sostenibilità ambientale collegata agli alimenti e sensibilizzazione sullo spreco degli alimenti a scuole (mensa e merende)</li> <li>- definire il calendario per il laboratorio percezioni e sensorialità sulla frutta, verdura ed erbe aromatiche.</li> </ul> <p><b>2) "Educazione Alimentare":</b></p> <p>Con un percorso articolato a più livelli ci si prefigge di:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• stimolare la curiosità nei confronti della frutta e verdura;</li> <li>• coinvolgere i bambini in un percorso di conoscenza con approccio ludico in ambito storico, linguistico, letterario, antropologico;</li> <li>• proporre al bambino l'alimento con percezione del gusto, del profumo, del colore nelle differenti trasformazioni culinarie.</li> </ul> <p>Le attività didattiche saranno gestite dall'insegnante, utilizzando una metodologia e degli strumenti che coinvolgano diverse aree didattiche:</p>

	<p>- area scientifica (concetti di botanica)  - area storico-geografica (storia/provenienza del prodotto)  - area linguistica-antropologica (miti, tradizione e aneddoti legati al prodotto)  - area espressiva e educazione all'immagine (rielaborazione dei prodotti ortofrutticoli attraverso l'immaginario dei bambini).</p> <p>Gli insegnanti possono prendere spunto da schede didattiche, video didattici e proposte di laboratori in classe e verranno fornite ad inizio anno scolastico.</p> <p><b>3) “La Fata del Bosco e la valigetta della salute”</b></p> <p>Rivolto alle classi prime si svolgerà nel secondo semestre dal 30 novembre 2019 al 20 maggio 2020.</p> <p>L'intervento della durata di due ore è suddiviso in due parti:</p> <p>a) racconto in modo interattivo della fiaba “La fata del bosco” .  Durante la prima parte vengono trasmessi messaggi di stagionalità, territorialità, sviluppo del senso critico e decision making legato alla scelta tra prodotti di importazione e prodotti locali, tutto a misura di bambino. Punti fondamentali stagionalità e territorialità degli alimenti.</p> <p>b) laboratorio percettivo-sensoriale con frutta, verdura, erbe aromatiche ed eventuali composte. Il laboratorio può essere gestito dalle insegnanti o da personale Ulss (può essere previsto l'assaggio).  <i>A carico dell'Ulss e quindi con personale dell'Azienda Sanitaria saranno attivati max 15 moduli nei mesi di novembre, dicembre 2019 e gennaio, febbraio, marzo, aprile, e maggio 2020 in base all'ordine di arrivo delle adesioni al progetto.</i></p> <p><b>4) Concorso a premi “Coloriamo la nostra tavola”:</b></p> <p>Per tutte le classi si propone un concorso a premi con valutazione dei progetti di educazione alimentare fatti all'interno delle classi in riferimento al consumo di frutta e verdura. L'argomento potrà essere sviluppato mediante qualsiasi lavoro che combini un'attività di ricerca, di analisi e di sintesi, che si colleghi al tema. Possono essere previsti elaborati scritti, produzioni artistiche, video, ipertesti multimediali (durata massima 5 minuti), oppure una combinazione delle proposte precedenti (slogan, disegni, testi, canzoni, video, gadget quali calendari ecc.).  L'adesione all'iniziativa va inviata entro il 15 dicembre 2019, la spedizione del materiale entro il 30 aprile 2020 mentre la premiazione sarà prevista nell'ultima settimana di maggio 2020. I premi per le classi consisteranno in materiale didattico utile alla scuola.</p>
<p><b>Costi</b></p>	<p><b>“Percorso didattico di educazione alimentare”:</b> a carico della scuola  <b>Lab. esperienziale “La Fata del Bosco e la valigetta della salute”:</b> a carico dell'Azienda Sanitaria solo per le prime 15 iscrizioni.  <b>“Concorso Coloriamo la nostra tavola”:</b> a carico della scuola  <b>“Premiazione del concorso”:</b> a carico dell'Azienda Sanitaria</p>
<p><b>Adesioni</b></p>	<p><b>Compilando il modulo di iscrizione da inviare a</b>  e-mail: <a href="mailto:elisa.dallago@aulss7.veneto.it">elisa.dallago@aulss7.veneto.it</a>  <b>entro il 30 settembre 2019</b></p>

**Scheda di adesione “COLORIAMO LA NOSTRA TAVOLA” da inviare entro il 30 settembre 2019 compilata in ogni parte**

Il/la sottoscritto/a (nome cognome) \_\_\_\_\_

Insegnante c/o la scuola primaria: \_\_\_\_\_

N° classi aderenti al progetto \_\_\_\_\_ N° Alunni e sezione classe \_\_\_\_\_

**Tavolo di programmazione e formazione per insegnanti**

**(segnare la propria preferenza o a Thiene o a Schio)**

- 15/10/2019 dalle 17.00 alle 19.00** Sala Riunioni 8° piano presso Spisal Medicina del Lavoro - Via Boldrini, 1 Thiene
- 22/10/2019 dalle 17.00 alle 19.00** presso Aule Formazione 1° piano Casa della Salute di Schio

ATTIVITA'	ISCRIZIONE	
Laboratorio esperienziale “LA FATA DEL BOSCO”	SI	NO
CONCORSO “COLORIAMO LA NOSTRA TAVOLA”	SI	NO

NOMINATIVO INSEGNANTI ISCRITTI AL TAVOLO DI PROGRAMMAZIONE E FORMAZIONE	NOMINATIVO INSEGNANTE DI RIFERIMENTO AL PROGETTO con recapito telefonico ed indirizzo mail

Firma Ins. Referente \_\_\_\_\_ Firma Dirigente Scolastico \_\_\_\_\_

**INVIARE A:** [elisa.dallago@aulss7.veneto.it](mailto:elisa.dallago@aulss7.veneto.it)