



*Corso di Formazione*  
*Mangia Giusto Muoviti con Gusto*  
*A.S. 2008-2009*



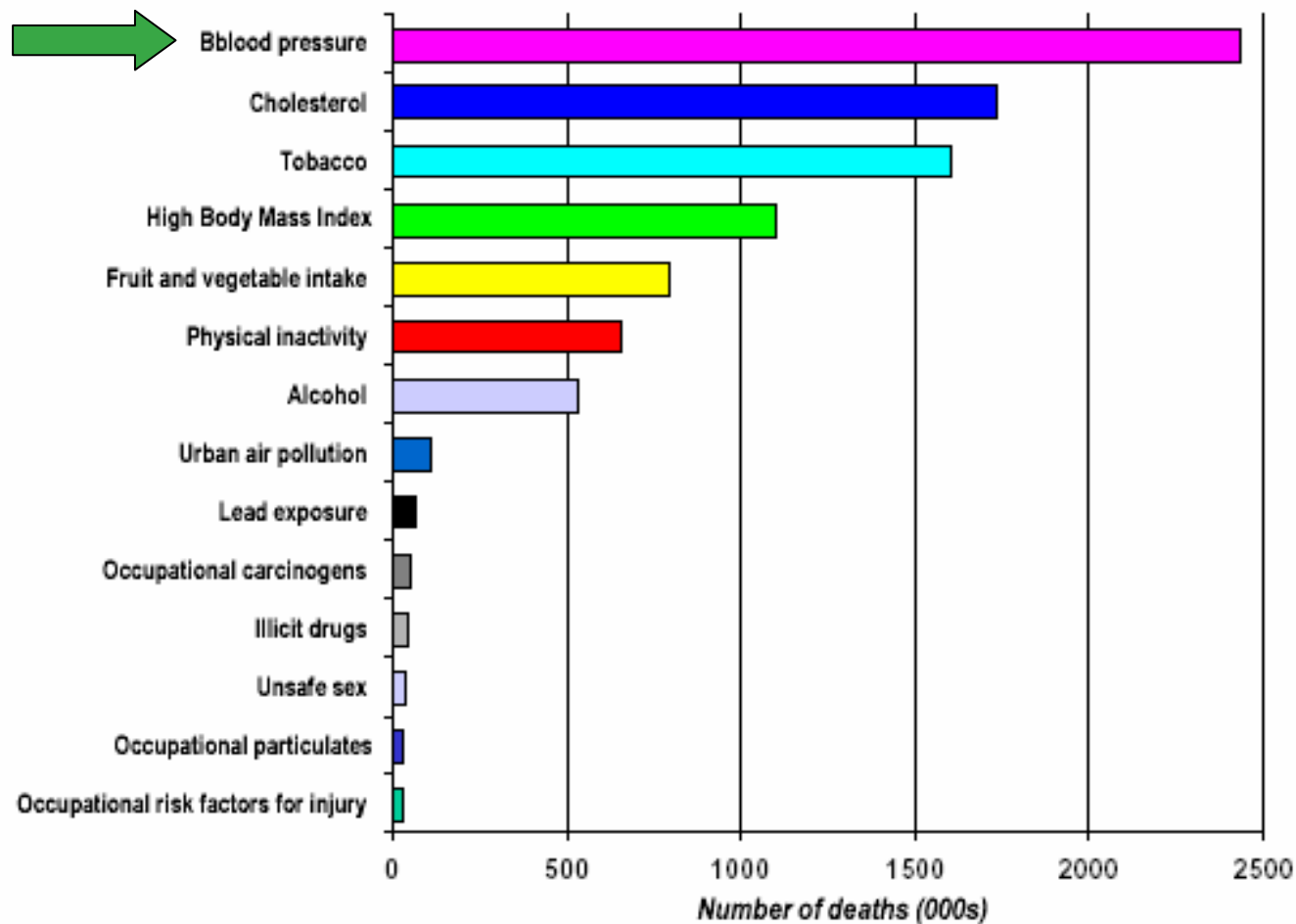
*Promozione di una sana alimentazione e  
di una regolare attività motoria  
nell'infanzia*

*Criteri per la realizzazione di interventi  
educativi efficaci e per la loro verifica*

# IN TUTTI I PAESI INDUSTRIALIZZATI AUMENTA

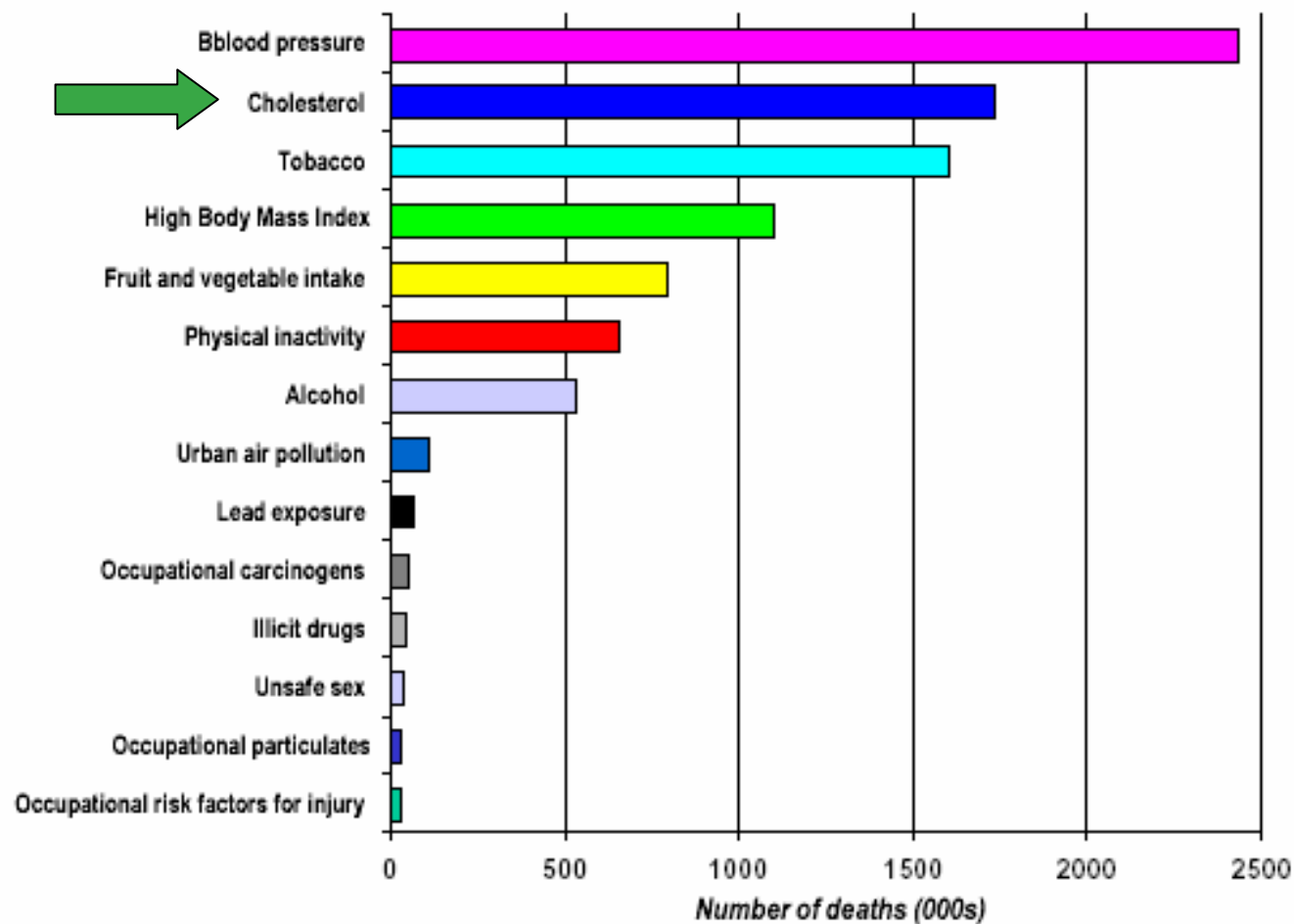
- **ETA' MEDIA**
- **ETA' MASSIMA**
- **SPERANZA DI VITA**

# EUROPA: morti in attribuibili a specifici fattori di rischio



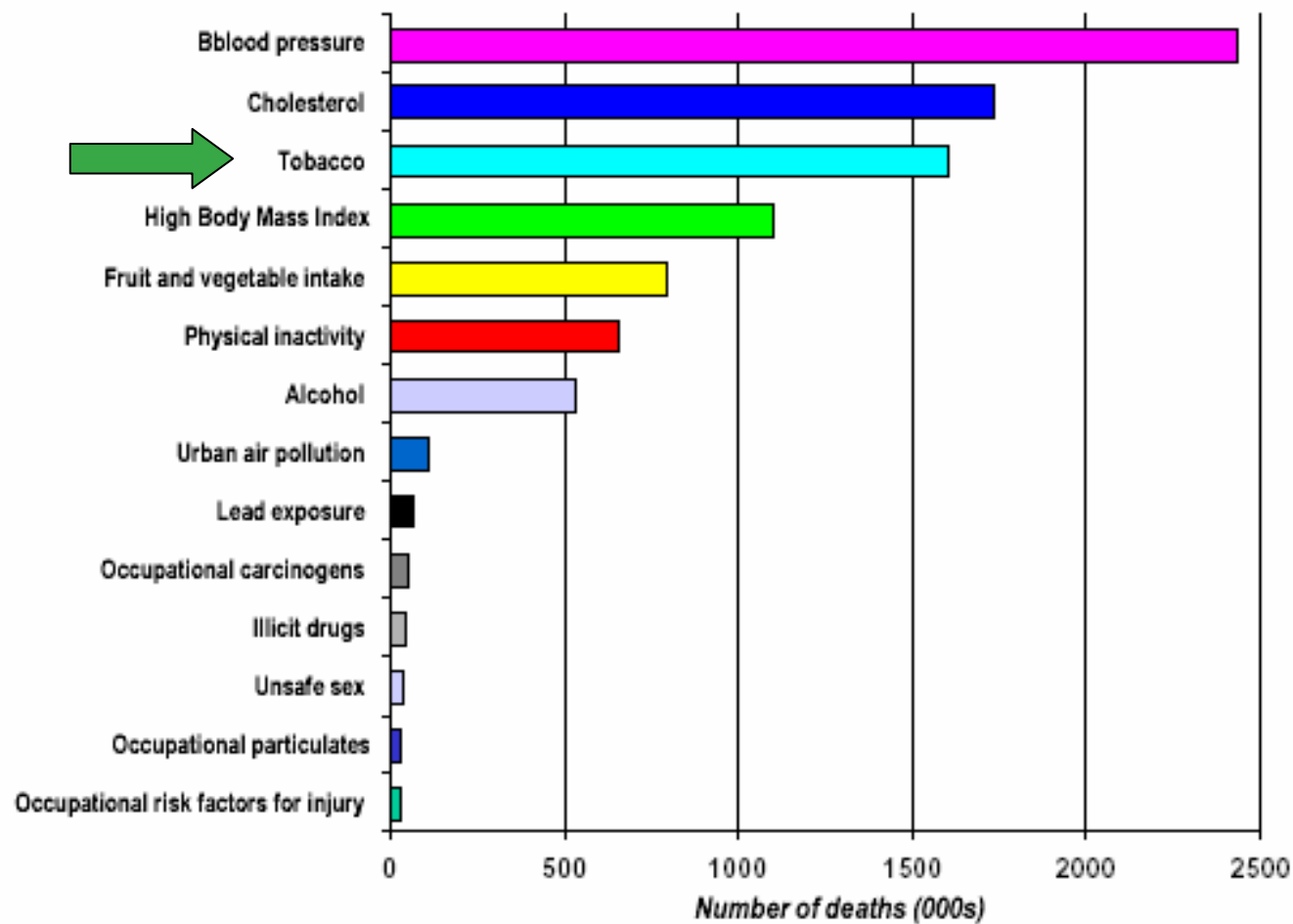
Source: WHR 2002

# EUROPA: morti in attribuibili a specifici fattori di rischio



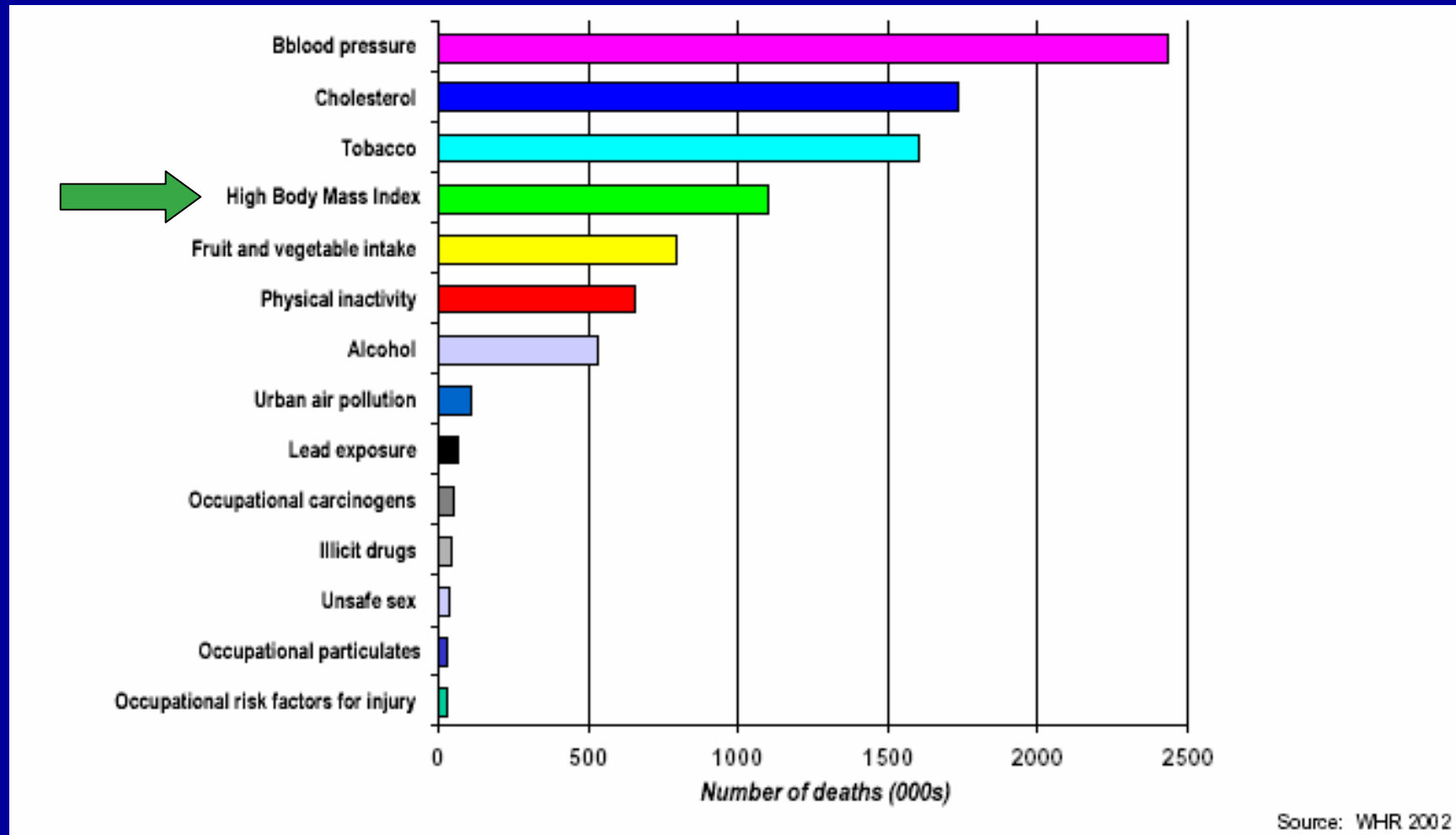
Source: WHR 2002

# EUROPA: morti in attribuibili a specifici fattori di rischio



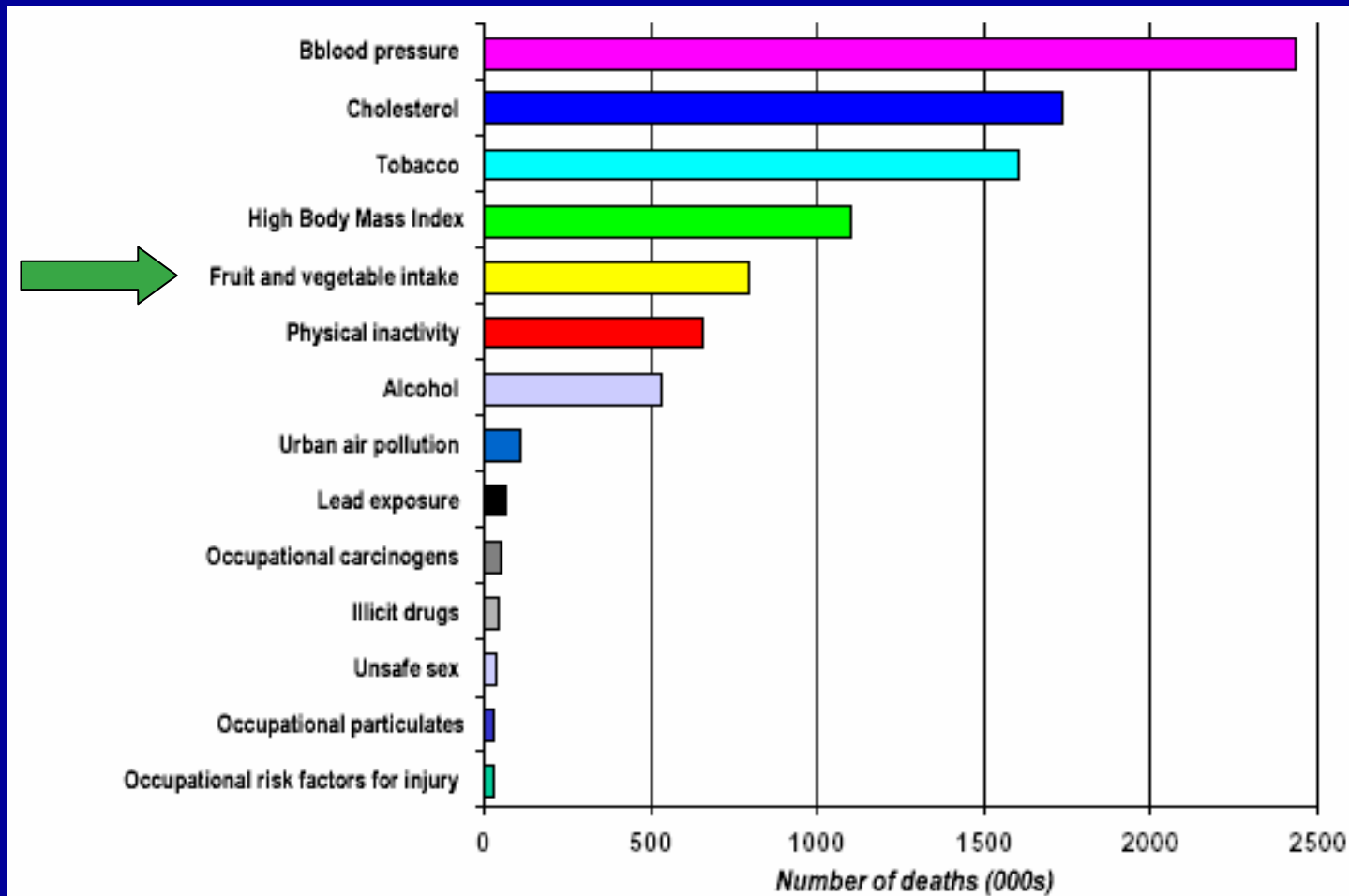
Source: WHR 2002

# EUROPA: morti in attribuibili a specifici fattori di rischio



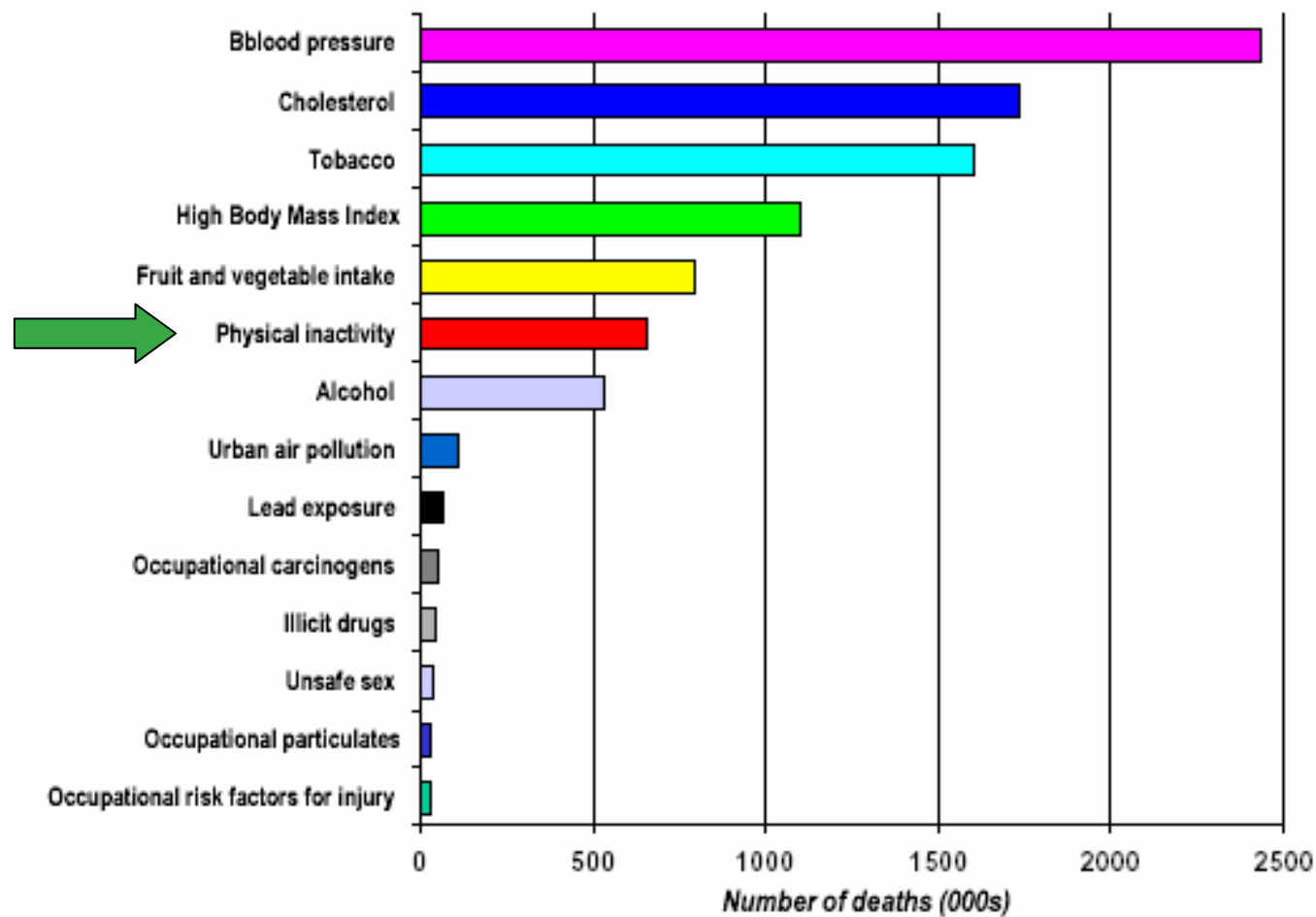
Source: WHR 2002

# EUROPA: morti in attribuibili a specifici fattori di rischio



Source: WHR 2002

# EUROPA: morti in attribuibili a specifici fattori di rischio



Source: WHR 2002

# Elementi e requisiti di efficacia (1)

- **Il contesto ottimale di azione è la scuola**
- **Gli interventi devono essere multidimensionali**
- **I messaggi devono essere semplici ed in numero limitato**

## Elementi e requisiti di efficacia (2)

- **I messaggi devono essere veicolati dagli stessi insegnanti**

## Intervento – 1 mediato

## Intervento – 2 diretto

### Periodo - 1

- Partecipazione degli insegnanti al corso di formazione
- 12 incontri: 1 incontro x settimana, 2 ore x incontro
- Aree tematiche: micro e macronutrienti, digestione, fabbisogni nutrizionali, obesità attività fisica

- Intervento didattico dei dietisti direttamente in classe
- 12 incontri: 1 incontro x settimana, 2 ore x incontro
- Aree tematiche: micro e macronutrienti, digestione, fabbisogni nutrizionali, obesità attività fisica

### Periodo - 2

Gli insegnanti espongono il lavoro fatto in classe con l'ausilio di poster, canzoni, componimenti e racconti

*(stessi temi del 1° periodo)*

12 incontri: 1 incontro x settimana 2 ore x incontro

I dietisti lavorano in classe con i ragazzi per la elaborazione di poster, canzoni, componimenti e racconti

*(stessi temi del 1° periodo)*

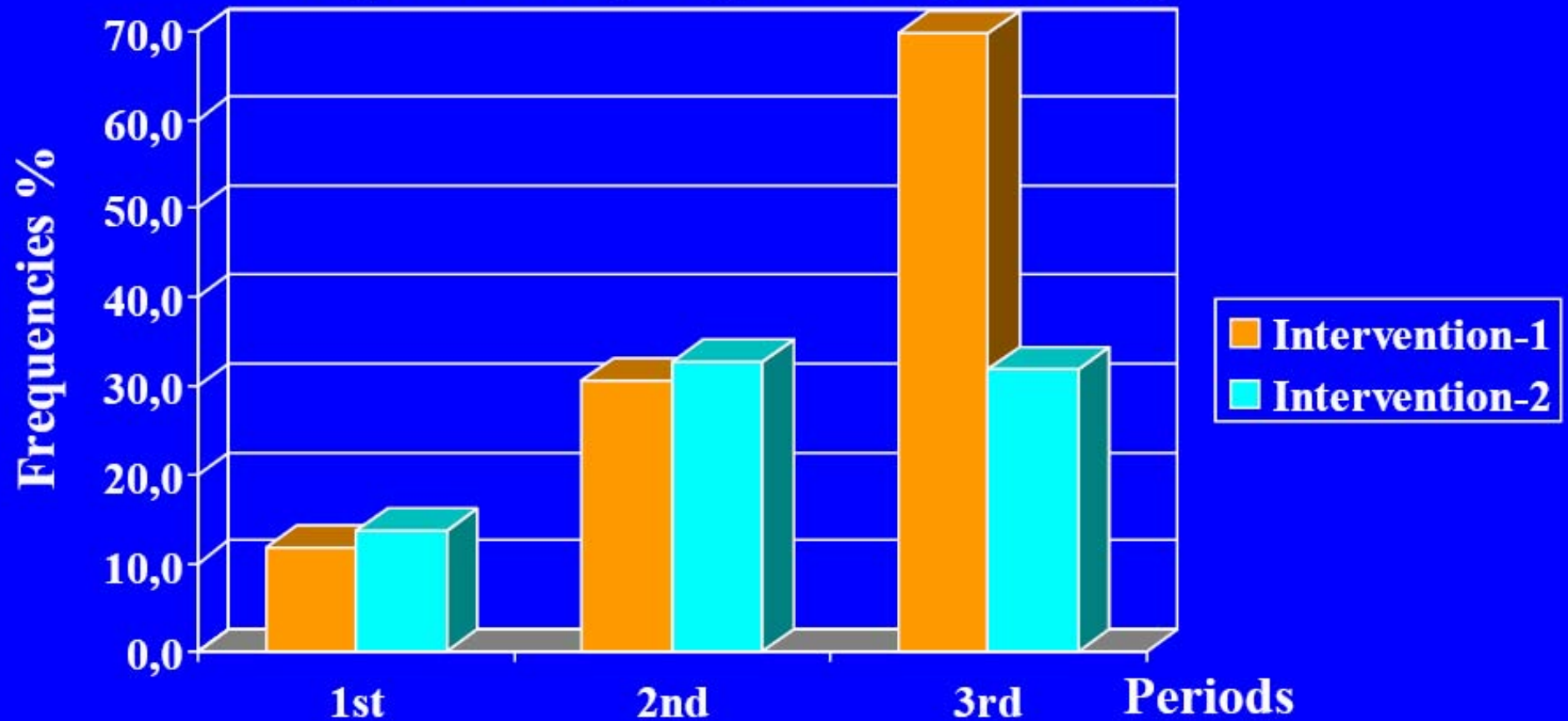
12 incontri: 1 incontro x settimana 2 ore x incontro

### Periodo - 3

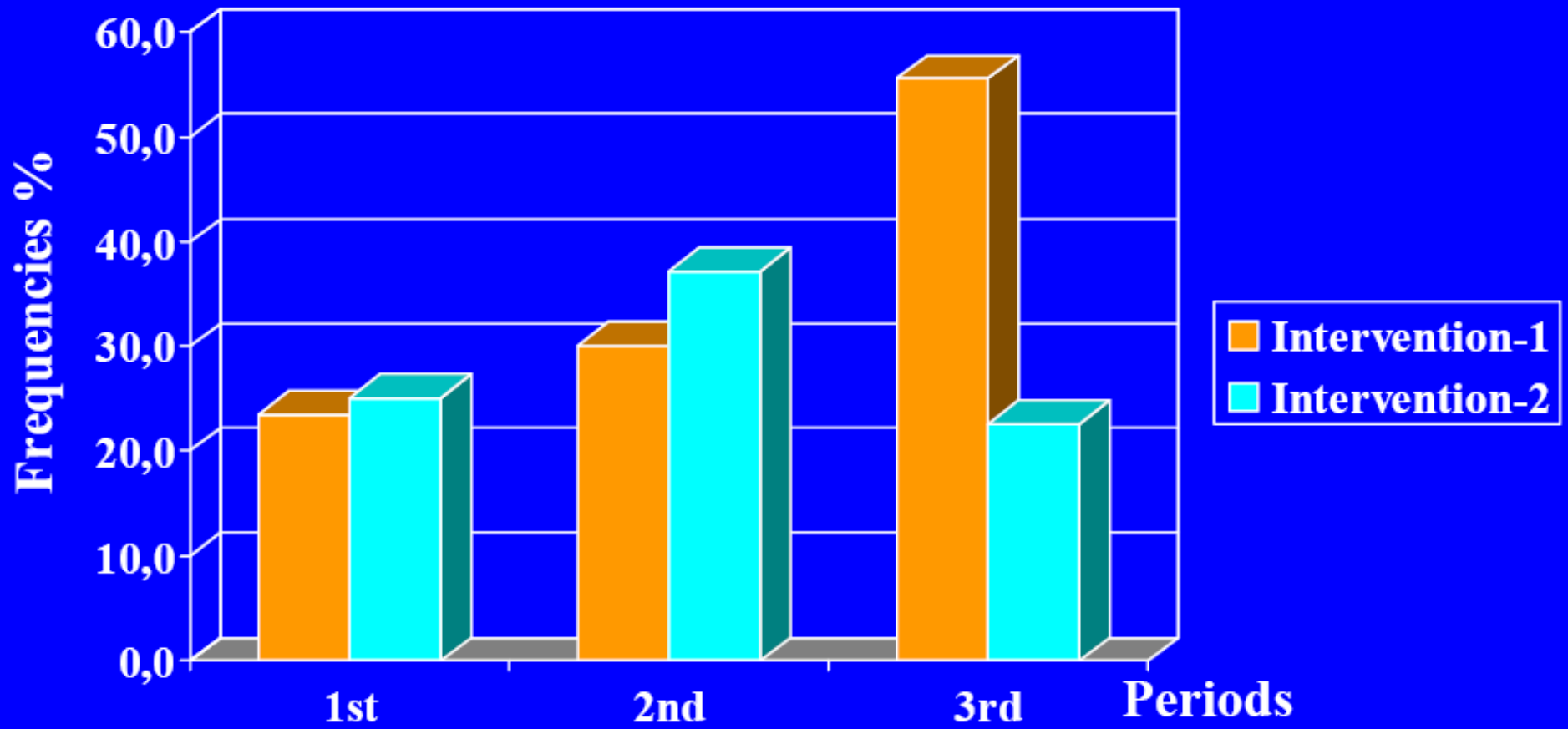
nessuna iniziativa (controllo)

nessuna iniziativa (controllo)

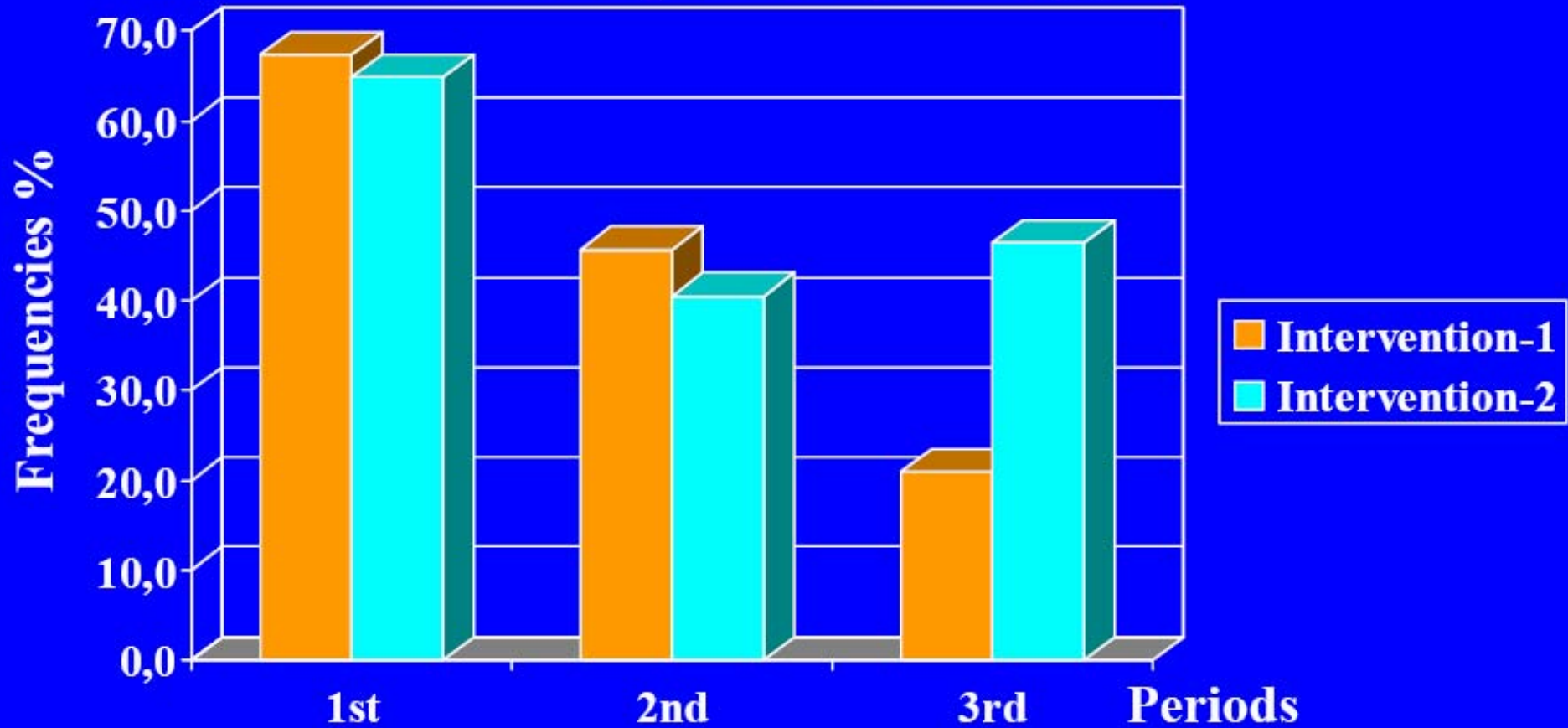
## Vegetables (>1 portion per-day)



## Legumes (>1 portion per week)



## Chips (>1 portion per-day)

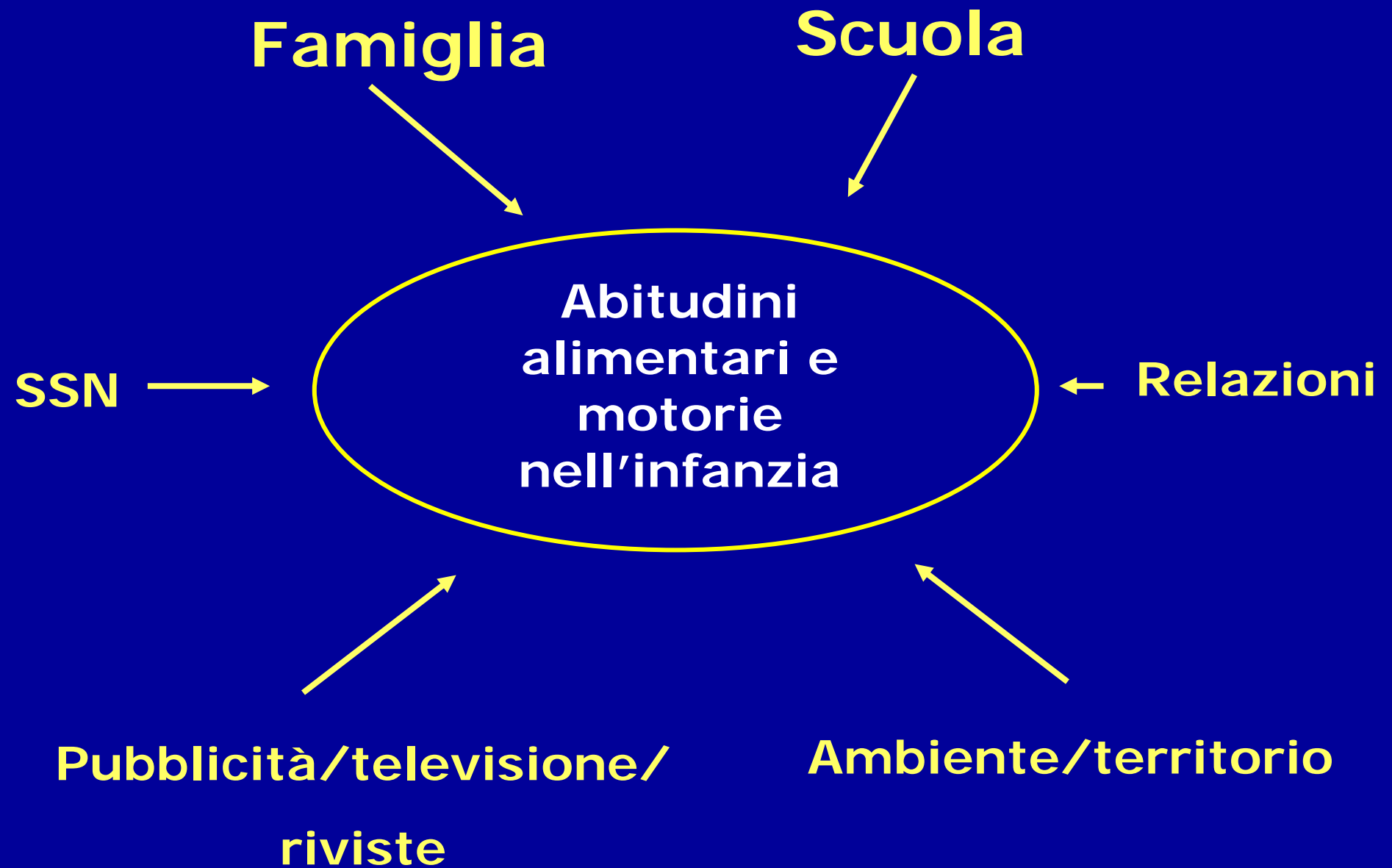


## **Elementi e requisiti di efficacia (2)**

- **I messaggi devono essere veicolati dagli stessi insegnanti**
- **Occorre un coinvolgimento attivo e definire soluzioni pratiche**
- **I progetti devono sempre contemplare il consumo di merende salutari**

## **Elementi e requisiti di efficacia (3)**

- **E' indispensabile coinvolgere le famiglie**
- **E' necessario dare continuità nel tempo**
- **Occorre dare continuità anche all'esterno della scuola**



# INTERVENTI PER MODIFICARE GLI STILI DI VITA

## Alcune Parole Chiave

- **Buon Esempio**
- **Continuità**
- **Pazienza**

# INTERVENTI PER MODIFICARE GLI STILI DI VITA

## Verifiche di risultato

- **Conoscenze/competenze**
- **Processo**
- **Comportamento**

Formare gli uomini non è come  
riempire un vaso.

E' accendere un fuoco

Aristofane