

Al via una campagna di educazione alimentare rivolta agli alunni ed alle famiglie

# Fai la volpe, mangia e muoviti il giusto

Sarà un volpacchiotto a contrassegnare tutte le iniziative, a partire da un concorso al quale possono partecipare scuole materne, elementari e medie inferiori

**F**ai come BoyFox, "Mangia giusto e muoviti con gusto". All'insegna di questo slogan un simpatico volpacchiotto entrerà nelle scuole e nelle famiglie per fornire informazioni per uno stile di vita salutare. E in più c'è un concorso. Nell'anno scolastico 2003/2004 il Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione propone agli insegnanti delle scuole materne, elementari e secondarie di I° grado di partecipare con le proprie classi ad un **Concorso a premi di Educazione Alimentare**, preceduto dallo specifico percorso formativo "L'Appetito vien mangiando". Il progetto educativo si pone l'obiettivo di trasmettere al bambino ed alla sua famiglia messaggi per la promozione della salute scientificamente validati, attraverso la collaborazione degli insegnanti. Il percorso, pluriennale, enfatizza il ruolo chiave della "scuola promotrice di salute". La scuola appare il luogo ideale dove attuare interventi educativi per ispirare sane abitudini di vita nelle giovani generazioni. Il bambino è la figura attorno alla quale ruotano gli adulti (genitori, insegnanti, personale non docente, esperti...) tutti investiti di una grande responsabilità: favorire l'instaurarsi di uno stile di vita salutare, che deve porre la massima attenzione al **binomio vincente sana alimentazione & attività fisica**. Per sottolineare l'importanza di questo binomio il progetto sarà ribattezzato "**Mangia giusto e muoviti con gusto**" e avrà come testimonial un **furbo volpacchiotto di nome Boy-Fox** che entrerà in tutte le scuole aderenti all'iniziativa ed in tutte le famiglie dei bambini partecipanti, per fornire informazioni e dare consigli. Il percorso, attraverso un iniziale momento formativo rivolto agli insegnanti, ha già permesso di: creare una rete di comunicazione tra l'Azienda USL e la scuola, aggiornare gli insegnanti sulle linee guida per una sana alimentazione, sottolineare gli aspetti

psicologici che ci legano al cibo, accennare all'importanza di una corretta igiene dentale. Sono state inoltre rimarcate le proprietà benefiche della dieta mediterranea, riconosciuta dalla comunità scientifica internazionale come lo stile alimentare più efficace nella prevenzione delle malattie croniche. Il corso di formazione ha coinvolto durante la progettazione e l'attuazione diversi servizi dell'Azienda USL tra cui la Pediatria di Comunità, il Servizio di Psicologia Aziendale e lo staff dell'Educazione alla Salute. La collaborazione con la principale ditta di ristorazione scolastica del nostro territorio provinciale ha contribuito a rendere il progetto educativo più articolato e penetrante.

## La salute dei figli è tutta nelle nostre mani

Partendo dalla dieta mediterranea è stato scelto il **tema chiave di quest'anno: favorire il consumo quotidiano di frutta e verdura a scuola e a casa**. Per facilitare il raggiungimento di tale obiettivo, l'insegnante che aderirà e parteciperà, assieme ai propri alunni, al concorso di educazione alimentare collegato al progetto, potrà ideare ed attuare percorsi didattici per stimolare bambini e ragazzi a consumare più frutta e verdura. La predisposizione in classe di elaborati grafici riguardanti questo tema aiuterà a raggiungere lo scopo. Una commissione appositamente costituita giudicherà e premierà i lavori svolti. Anche i genitori saranno a breve informati e coinvolti nel percorso intrapreso in classe dal proprio figlio, tramite materiale appositamente elaborato insieme alle insegnanti, e saranno invitati ad essere coerenti con gli obiettivi del progetto, offrendo, anche a casa, frutta e verdura tutti i giorni. **Sarà Boyfox a portare a casa di tutti i bambini**



*partecipanti al progetto messaggi e consigli in una forma semplice e comprensibile. Accoglietelo con attenzione.*

Per quest'anno scolastico la formazione ha coinvolto oltre 50 insegnanti su tutto il territorio provinciale, ed oltre 30 saranno le classi che parteciperanno al concorso, coinvolgendo circa 700 alunni. Nei prossimi anni si continuerà con il progetto-concorso, ancora tutti insieme, con altri temi chiave su cui impegnarci. L'auspicio è che l'impegno profuso in tale progetto possa, grazie alla collaborazione di tutti (bambini, insegnanti, genitori), favorire l'instaurarsi di sane abitudini di vita già nella prima infanzia e far sì che esse siano mantenute anche nell'età adulta e magari trasmesse anche alle prossime generazioni.

## Info

Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione  
Tel. 059 435 131  
E-mail: [siannutrizione@ausl.mo.it](mailto:siannutrizione@ausl.mo.it)