

PROGETTO "CRESCERE FELIX"

La Scuola Promotrice di Salute, luogo di apprendimento e di sviluppo di competenze, si configura come un contesto sociale in cui agiscono determinanti di salute riconducibili a diversi aspetti, quali: ambiente formativo, ambiente sociale/relazioni, ambiente organizzativo.

Pertanto il presente Progetto prevede:

- la creazione di una stretta collaborazione tra ASL/SA e Scuola che assume un ruolo determinante per favorire l'adozione di stili di vita sani e, nello stesso tempo, per configurare interventi di promozione della salute per contesti di appartenenza;
- la realizzazione di interventi che sottolineano l'importanza che le Scuole rivestono nel Promuovere la Salute, quali:
 - ✓ sviluppare le competenze individuali e inserire la salute nelle attività correnti della scuola (es. progetti sulle life skills e su altri temi di educazione alla salute);
 - ✓ introdurre metodologie didattiche capaci di favorire l'apprendimento e relazioni significative;
 - ✓ qualificare l'ambiente relazionale e sociale (onde: - assicurare un adeguato ascolto, promuovere collaborazione e partecipazioni; - promuovere il benessere organizzativo e la salute verso gli studenti, gli insegnanti, il personale non docente e i genitori);
 - ✓ migliorare l'ambiente strutturale e organizzativo (onde rendere il contesto scolastico sempre più teso verso la promozione di stili di vita salutari);
 - ✓ rafforzare la collaborazione comunitaria (creando legami ed alleanze tra la scuola e altri soggetti, istituzionali e non).
 - ✓ sostenere i concetti di giustizia sociale ed equità, promuovere la partecipazione e l'empowerment.

La presente progettualità prevede un insieme di azioni unitarie e approcci metodologici omogenei, finalizzati alla promozione della corretta alimentazione e dell'attività fisica.

Obiettivi di Salute

- Contribuire a ridurre la prevalenza di sovrappeso, di obesità e di patologie correlate in età evolutiva con interventi di prevenzione primaria (abbassando il target di intervento nella scuola - iniziando dalla scuola dell'infanzia) e secondaria (intercettando precocemente i segnali di evoluzione verso condizioni di rischio);
- Contribuire al miglioramento degli stili di vita alimentari e motori.

Obiettivi Educativi

- Favorire negli insegnanti, nei genitori, nei bambini, preadolescenti e adolescenti la conoscenza dei principi di sana alimentazione e dell'importanza della pratica di attività fisica;
- Aumentare negli insegnanti e nei genitori la consapevolezza dell'importanza di una sana alimentazione e di una adeguata attività fisica quali determinanti del benessere dei bambini, preadolescenti e adolescenti.
- Informare e sostenere i criteri che definiscono una sana crescita fisiologica;
- Educare bambini, preadolescenti, adolescenti, insegnanti, genitori ad un consumo sano e sostenibile;
- Favorire la capacità di scelte consapevoli;
- Migliorare l'attitudine ad adottare comportamenti più salutarì;
- Fornire a bambini, preadolescenti, adolescenti, insegnanti e genitori strumenti per la decodifica delle etichette e dei messaggi promozionali, in tema di alimentazione.

Obiettivi specifici per classe

BAMBINI SCUOLA DELL'INFANZIA/CLASSI PRIME

- Conoscere l'importanza della prima colazione come pasto fondamentale della giornata.
- Educare al consumo di una prima colazione completa.

CLASSI SECONDE

- Educare al consumo di spuntini e merende equilibrati e sani.

CLASSI TERZE

- Incentivare il consumo di frutta, verdura, pesce.
- Far conoscere l'importanza dell'alternanza dei cibi.

CLASSI QUARTE

- Conoscere alimenti e nutrienti.
- Conoscere l'alimentazione equilibrata.

CLASSI QUINTE

- Conoscere il modello alimentare della Dieta mediterranea.
- Imparare a leggere le etichette.
- Saper identificare i "*cibi spazzatura*".

TARGET

- Bambini scuola dell'infanzia;
- Alunni scuola primaria.

Destinatari intermedi

- Insegnanti della scuola dell'infanzia e della scuola primaria;
- Genitori;
- Altri soggetti (delle altre istituzioni e agenzie del terzo settore, ecc.).