

Alimentazione equilibrata e movimento nell'età scolastica: prospettive



Antonella Branchi

Capo progetto "Alimentazione equilibrata e movimento" - Ufficio promozione e valutazione sanitaria, Bellinzona
antonella.branchi@ti.ch

Nascita del progetto

- Le motivazioni
- I primi passi
- Il target e gli obiettivi
- Proposte di azioni
- Tempistica
- Prospettive



Le motivazioni

- Tema prioritario per la salute pubblica
- Tema segnalato dalle scuole elementari come un importante ambito di intervento della medicina scolastica
- Necessità di un'azione di educazione alla salute coordinata, estesa nel territorio e nel tempo, coinvolgente specialisti del settore e valutabile



I primi passi

Novembre 2004 - febbraio 2005:

- Incontri preliminari con rappresentanti del mondo scolastico, dei genitori, della medicina scolastica, delle dietiste e altri attori attivi nel campo dell'alimentazione e del movimento
- Creazione di un gruppo di lavoro composto da:

- ispettori delle scuole comunali
- rappresentante dei genitori
- medico scolastico
- dietista
- esperto di educazione fisica
- esperto di psico-pedagogia
- Ufficio di promozione e di valutazione sanitaria
- Servizio di medicina scolastica



I target e gli obiettivi

- Progetto pilota: alcune classi o istituti per ogni circondario
- Target primario: allievi di scuola elementare (2a - 4a)
- Target secondario: genitori e docenti
- Obiettivi:
 - di conoscenza
 - ▶ conoscere in cosa consiste un' alimentazione equilibrata
 - ▶ sapere quanto movimento è necessario e come praticarlo
 - di comportamento
 - ▶ i bambini si alimentano in maniera equilibrata
 - ▶ i bambini si muovono a sufficienza



Proposte di azioni

Bambini:

- introduzione generale sull'alimentazione equilibrata e il movimento
- momenti applicativi con attività pratiche

Genitori:

- momento informativo dedicato
- pubblicazione di uno strumento appositamente concepito per uso domestico

Docenti:

- momento informativo sul progetto
- momento formativo dedicato





Tempistica

- Settembre 2005 - dicembre 2005
 - momento informativo per i genitori
 - momento informativo per i docenti
 - momento formativo per i docenti e i gruppi operativi
- Gennaio 2006 - marzo 2006
 - introduzione generale sull'alimentazione e sul movimento nelle classi
- Aprile 2006 - giugno 2006
 - momenti applicativi con attività pratiche
- Valutazione per ogni fase



Prospettive

- Estensione dell'esperienza:
 - nel tempo
 - sul territorio



"La salute è creata e vissuta dalle persone all'interno degli ambienti organizzativi della vita quotidiana: dove si studia, si lavora, si gioca e si ama"
(Carta di Ottawa, 1986)



GRAZIE!