

Rovigo, 8/08/2024

**“PROPOSTE PER LA PROMOZIONE DI ABITUDINI ALIMENTARI SALUTARI”
DEDICATE ALLE SCUOLE ADERENTI ALLA RETE
“SCUOLE CHE PROMUOVONO SALUTE” a.s. 2024-2025**

Si presentano le schede delle attività descritte nel “Documento delle pratiche raccomandate a scuola, Protocollo d’intesa Veneto per la Salute, Protocollo d’intesa Scuole-Regioni Salute in tutte le Politiche, Anno scolastico 2024-2025”, declinate dal Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione dell’Azienda ULSS 5 Polesana per ciò che concerne l’area “proposte per la promozione di abitudini alimentari salutari”.

Per l’approfondimento delle proposte e degli argomenti si rimanda all’incontro organizzato dalle dietiste del Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione dell’Aulss 5 Polesana durante l’anno scolastico.

Tipologia d’intervento	Proposta	Scuola infanzia	Scuola primaria	Scuola secondaria	Aree prioritarie di intervento
Uscita didattica	“Dammi il 5” – Laboratorio di alimentazione		X		Promozione di abitudini alimentari salutari
Interventi curricolari	“Il Signor Iodio e il Signor Poco Sale” amici x la pelle		X		Promozione di abitudini alimentari salutari
	Raccontiamo la salute	X	X		Ambiente, agricoltura, promozione di abitudini alimentari salutari, attività motoria, sicurezza
	Raccontiamo la salute – Focus Celiachia	(ultimo anno)	X		Promozione di abitudini alimentari salutari
Iniziative strutturali	Merenda sana	X	X	X	Ambiente, agricoltura, promozione di abitudini alimentari salutari
	Mensa scolastica / “Linee di indirizzo regionali per il miglioramento della qualità nutrizionale nella ristorazione scolastica”	X	X	X	Protezione e tutela dell’ambiente, diffusione di agricoltura fondata su criteri di eticità e sostenibilità, promozione di abitudini alimentari salutari

Per informazioni contattare il:

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione dell’AULSS 5 Polesana

Referente: dietista dott.ssa Sandra Bassini tel. 0425-393799

dietista dott.ssa Susanna Picci tel. 0425-394772

mail: nutrizione.sian@aulss5.veneto.it

pagina: <https://www.aulss5.veneto.it/Promozione-di-abitudini-alimentari-salutari-Rete-scuole-che-promuovono-salute>

Segreteria SIAN tel. 0425-394702 (orario h 9-12)

SCHEDA DELLE ATTIVITA'

USCITA DIDATTICA



PROPOSTA **“DAMMI IL 5” - LABORATORIO DI ALIMENTAZIONE**

Aree di intervento ✓ La promozione di abitudini alimentari salutari, anche per rafforzare, attraverso il comportamento alimentare, il legame con il territorio e la sua storia e tradizione culturale

Breve descrizione Il programma “Dammi il 5” nasce nel 2012 all’interno dei Laboratori Multimediali per la Promozione della Salute- Ca’ Cotta – Centro Regionale in cui si sviluppano percorsi di promozione degli stili di vita sani.
All’interno di questa cornice, il programma “Dammi 5” promuove uno dei 4 importanti stili di vita: la corretta alimentazione.
Gli alunni, guidati dai propri insegnanti, partecipano al percorso, attraverso due laboratori, uno scientifico e uno creativo.
Attraverso la lettura di due racconti, con relative rappresentazioni grafiche (“teatrini”) e laboratori coi giochi delle scatole sensoriali, il gioco di costruzione della piramide alimentare e della giornata alimentare, si permette ai bambini di vivere un’esperienza sensoriale con frutta e verdura, trasmettendo informazioni basilari circa le regole per una sana ed equilibrata alimentazione.

Destinatari ✓ Scuola primaria (ideato per le classi 2^a e 3^a, estendibile alle altre classi)

Obiettivi Attraverso la realizzazione dei laboratori vengono perseguiti i seguenti obiettivi:
- acquisire e rinforzare conoscenze in tema di sana ed equilibrata alimentazione;
- sviluppare una buona sensibilità nei confronti delle proprie abitudini alimentari;
- stimolare la messa in atto di comportamenti sani e corretti;
- focalizzare l’attenzione e le azioni quotidiane sullo stretto legame del binomio “buone pratiche e buona salute”;
- lavorare sulle life skills (abilità di vita) come pensiero creativo, pensiero critico, prendere decisioni, comunicazione efficace, relazioni efficaci, gestione delle emozioni.

Modalità di realizzazione Gli insegnanti, opportunamente formati, realizzano i laboratori in classe o in altra sede designata, utilizzando il kit trasportabile gratuito messo a disposizione dal SIAN (Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione) dell’Az. ULSS.

Il Kit trasportabile è composto da:

- _ teatrini
- _ scatole per il laboratorio sensoriale
- _ espositori roll up
- _ materiale informativo per insegnanti
- _ materiale per le attività di gioco

Per informazioni contattare il Referente scuole che promuovono salute della propria Az. ULSS.

Per saperne di più Per consultare la data dell’incontro di formazione rivolto agli insegnanti per la realizzazione del laboratorio in classe collegarsi al link indicato in basso.

Referente **Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione dell’AULSS 5 Polesana**

SIAN Referente: dietista dott.ssa Sandra Bassini tel. 0425-393799

AULSS 5 per Per info: dietista dott.ssa Susanna Picci tel. 0425-394772 mail:

la proposta

nutrizione.sian@aulss5.veneto.it

pagina:<https://www.aulss5.veneto.it/Promozione-di-abitudini-alimentari-salutari-Rete-scuole-che-promuovono-salute>

FOTO ILLUSTRATIVE
DEL LABORATORIO DI ALIMENTAZIONE "DAMMI IL 5"



INTERVENTO CURRICOLARE

PROPOSTA “IL SIGNOR IODIO E IL SIGNOR POCO SALE AMICI X LA PELLE”



Aree di intervento: ✓ La promozione di abitudini alimentari salutari, anche per rafforzare, attraverso il comportamento alimentare, il legame con il territorio e la sua storia e tradizione culturale

Breve descrizione: Progetto dedicato alle scuole primarie per informare le famiglie – proprio attraverso i bambini – dell’importanza di una corretta assunzione di iodio con sale iodato e una corretta alimentazione per la salute della tiroide. A tale scopo è stato realizzato e presentato un quaderno didattico “Il signor Iodio e il signor Poco Sale amici x la pelle”, in cui i bambini imparano in modo giocoso cos’è lo iodio e l’importanza di un adeguato apporto nutrizionale.

Destinatari: ✓ Scuola primaria, ideato per classi 3^a, 4^a e 5^a

Obiettivi: Informare le famiglie dell’importanza di una corretta iodoprofilassi (integrazione di iodio nell’alimentazione per assicurarne la giusta quantità giornaliera), riducendo la frequenza dei disordini da carenza iodica.

Modalità di realizzazione: Gli insegnanti sono invitati a seguire la formazione online (durata circa 2 ore) tenuta dal SIAN AULSS 5 (verrà definita una data in base alle adesioni). Successivamente richiedere allo stesso servizio i materiali educativi cartacei:
- quaderno didattico per bambini in italiano
- quaderno didattico per bambini versione in lingua INGLESE !
- materiale formativo per insegnanti

Per saperne di più: Per scaricare il file del quaderno didattico entra nel link in basso.

Referente SIAN **Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione dell’AULSS 5 Polesana**

AULSS 5 per la Referente: dietista dott.ssa Sandra Bassini tel. 0425-393799

proposta Per info: dietista dott.ssa Susanna Picci tel. 0425-394772 mail:

nutrizione.sian@aulss5.veneto.it

pagina: <https://www.aulss5.veneto.it/Promozione-di-abitudini-alimentari-salutari-Rete-scuole-che-promuovono-salute>



SCHEDA DELLE ATTIVITA'

INTERVENTO CURRICOLARE

PROPOSTA **“RACCONTIAMO LA SALUTE”**
per l'area di intervento relativa all'alimentazione
e all'attività motoria



Are di intervento

- ✓ La promozione di abitudini alimentari salutari, anche per rafforzare, attraverso il comportamento alimentare, il legame con il territorio e la sua storia e tradizione culturale
- ✓ La promozione dell'attività motoria

Breve descrizione

L'iniziativa si pone come una cornice in cui sviluppare in modo divertente e interattivo diverse tematiche legate alla salute dei bambini, già affrontate a scuola all'interno dei curricula o di programmi svolti in collaborazione con le Aziende ULSS o con altri soggetti.

Si utilizzano i cartoni animati realizzati nel corso delle edizioni precedenti, affrontando l'argomento con i simpatici personaggi dei “mini Cuccioli”.

Destinatari:

- ✓ Scuola dell'infanzia
- ✓ Scuola primaria

Obiettivi:

Far riflettere i bambini sull'importanza di mangiare in modo vario, equilibrato e con gusto secondo il modello alimentare mediterraneo e di muoversi per stare bene con se stessi e con l'ambiente, migliorando le abitudini alimentari e le abitudini motorie.

Modalità di realizzazione

Gli insegnanti sono invitati a seguire la formazione oppure è possibile scaricare il kit didattico educativo:
<https://www.regione.veneto.it/web/sanita/raccontiamo-la-salute>

Per saperne di più

Per ulteriori informazioni, per il materiale e visionare i cartoni realizzati:
<https://www.regione.veneto.it/web/sanita/raccontiamo-la-salute>

Referente SIAN **Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione dell'AULSS 5 Polesana**
AULSS5 per la Referente: dietista dott.ssa Sandra Bassini tel. 0425-393799
proposta Per info: dietista dott.ssa Susanna Picci tel. 0425-394772 mail:
nutrizione.sian@aulss5.veneto.it
pagina: <https://www.aulss5.veneto.it/Promozione-di-abitudini-alimentari-salutari-Rete-scuole-che-promuovono-salute>



SCHEDA DELLE ATTIVITA'

INTERVENTO CURRICOLARE

PROPOSTA **“RACCONTIAMO LA SALUTE”**

– FOCUS CELIACHIA

Aree di
intervento
Breve
descrizione

- ✓ - La promozione di abitudini alimentari salutari

La celiachia è una malattia infiammatoria dell'intestino su base autoimmune, scatenata dall'ingestione di glutine in soggetti geneticamente predisposti. La celiachia presenta una prevalenza di circa 1% nella popolazione generale e l'unica terapia è la dieta rigorosamente priva di glutine per tutta la vita, che comporta un vero e proprio cambiamento nella vita e dell'ambiente in cui essa si muove. Per la fascia scolare è importante accompagnare e supportare bambini e genitori anche in classe con progetti specifici pensati proprio per spiegare la malattia e a farla accettare con serenità sia da parte del bambino che ne è malato sia da parte dei suoi coetanei.

La proposta “Raccontiamo la salute – focus celiachia” propone un kit didattico educativo comprensivo di giochi e un cartone animato con i simpatici personaggi dei “mini Cuccioli” per affrontare tale tematica.

Destinatari:

- ✓ Scuola dell'infanzia (ultimo anno)
- ✓ Scuola primaria

Obiettivi:

Far acquisire conoscenze in merito all'alimentazione del bambino con celiachia, facendo riflettere sull'importanza dell'inclusione anche a tavola.

Modalità di
realizzazione

Gli insegnanti sono invitati a seguire la formazione online per l'utilizzo del kit didattico educativo composto da:
- percorso didattico per gli insegnanti
- giochi a tema celiachia destinati ai bambini “Adesso giochiamo! Focus celiachia Raccontiamo la salute”
- video “La festa di compleanno di Giorgino”

Per saperne di
più

Link ai materiali scaricabili e al video: <https://www.aulss5.veneto.it/Formazione-1>

Referente SIAN
AULSS5 per la
proposta

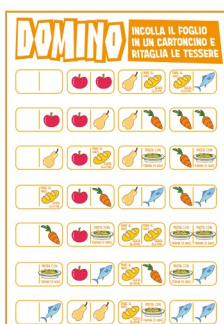
Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione dell'AULSS 5 Polesana

Referente: dietista dott.ssa Sandra Bassini tel. 0425-393799

Per info: dietista dott.ssa Susanna Picci tel. 0425-394772 mail:

nutrizione.sian@aulss5.veneto.it

pagina: <https://www.aulss5.veneto.it/Promozione-di-abitudini-alimentari-salutari-Rete-scuole-che-promuovono-salute>



SCHEDE DELLE ATTIVITA'

INTERVENTO CURRICOLARE



PROPOSTA "MERENDA SANA"

Are di intervento

- ✓ La promozione di abitudini alimentari salutari, anche per rafforzare, attraverso il comportamento alimentare, il legame con il territorio e la sua storia e tradizione culturale

Breve descrizione

Il programma prevede il consumo di alimenti salutari a scuola, quali frutta e verdura, latte, yogurt, prodotti da forno semplici, cereali, durante l'anno scolastico in modo da incentivarne il consumo in sostituzione di merendine confezionate, snack, bibite zuccherate. Altra modalità è quella di proporre nella merenda del pomeriggio la frutta avanzata durante il pasto in mensa, rafforzando così il messaggio educativo della mensa scolastica e la volontà di contrastare lo spreco alimentare.

La merenda concordata verrà portata da casa oppure fornita dal servizio di refezione scolastica se previsto.

Per la realizzazione della proposta si propongono schede di attività quali la "merenda intelligente", la "settimana della merenda sana", afferenti al manuale regionale per la didattica interculturale del movimento de degli stili di vita sani nelle scuole "Muovimondo".

Questa iniziativa va integrata con gli interventi:

- per la scuola infanzia "Raccontiamo la salute", "Fattorie Didattiche" e "giornata aperta delle fattorie didattiche", "Mensa scolastica"
- per la scuola primaria, oltre ai suddetti interventi anche "Gioco dell'oca per lo sviluppo sostenibile", "Laboratorio di alimentazione Dammi il 5", "Programma frutta e verdura nelle scuole" e "Programma latte nelle scuole", "Il Signor Iodio e il Signor Poco Sale amici x la pelle"
- per la scuola secondaria di I e II grado "Nutrivending- distributori automatici"

Destinatari:

- ✓ Scuola dell'infanzia
- ✓ Scuola primaria
- ✓ Scuola secondaria

Obiettivi:

Promuovere il consumo di alimenti sani a merenda

Modalità di realizzazione

A seconda del grado della scuola, l'insegnante è invitato a partecipare alla relativa formazione online organizzata dal SIAN AULSS5.

Per saperne di più

Materiali a supporto della proposta:

- Forchetta e scarpetta <https://www.epicentro.iss.it/okkioallasalute/materiali>
- La nutrizione giocando https://www.salute.gov.it/portale/documentazione/p6_2_2_1.jsp?lingua=italiano&id=3131
- Muovimondo, manuale per la didattica (entra nel link in basso)

Referente SIAN AULSS5 per la proposta

Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione dell'AULSS 5 Polesana

Referente: dietista dott.ssa Sandra Bassini tel. 0425-393799

Per info: dietista dott.ssa Susanna Picci tel. 0425-394772 mail:

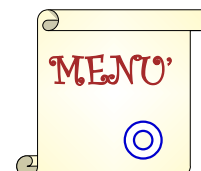
nutrizione.sian@aulss5.veneto.it

pagina: <https://www.aulss5.veneto.it/Promozione-di-abitudini-alimentari-salutari-Rete-scuole-che-promuovono-salute>



SCHEDA DELLE ATTIVITA'

INIZIATIVA STRUTTURALE



PROPOSTA "MENSA SCOLASTICA"

/"LINEE D'INDIRIZZO REGIONALI PER IL MIGLIORAMENTO DELLA QUALITÀ NUTRIZIONALE NELLA RISTORAZIONE SCOLASTICA"

- Are di intervento
- ✓ La diffusione di un'agricoltura fondata su criteri di eticità e sostenibilità
 - ✓ La promozione di abitudini alimentari salutari, anche per rafforzare, attraverso il comportamento alimentare, il legame con il territorio e la sua storia e tradizione culturale

Breve descrizione

Una corretta alimentazione è fondamentale per determinare un buono stato di salute e di benessere. In quest'ottica, particolare importanza assume il momento della ristorazione scolastica che ha un duplice obiettivo, nutrizionale ed educativo. I bambini in età prescolare e scolare rappresentano il target ideale per interventi di promozione sulla corretta alimentazione, dal momento che sono in una fase della vita il cui comportamento alimentare è ancora in via di sperimentazione e formazione. Il pasto in mensa, infatti, diventa una buona occasione sia per educare al gusto, offrendo la possibilità di far provare nuove esperienze gustative ai piccoli commensali, sia per valorizzare le differenze culturali senza dimenticare il legame con le tradizioni locali. Il pranzo consumato assieme assume una valenza relazionale molto importante di condivisione e di socializzazione.

Il servizio di ristorazione scolastica ha assunto un'importanza crescente nel tempo, in quanto funzionale all'attività scolastica come mezzo di educazione alimentare per le famiglie attraverso gli allievi e gli insegnanti dal punto di vista dietetico, nutrizionale e di sicurezza. Tra le strategie efficaci di popolazione rientrano anche gli interventi sulle scelte dietetiche a scuola e sulla loro offerta che contribuiscono a favorire corretti comportamenti alimentari. Questa operazione, investendo problematiche molto eterogenee, prevede un'alleanza che coinvolge i vari soggetti, istituzionali e non, quali il mondo della scuola, le famiglie, gli enti pubblici e le ditte di ristorazione.

- Destinatari:
- ✓ Scuola infanzia
 - ✓ Scuola primaria
 - ✓ Scuola secondaria di primo e secondo grado in cui sia presente il servizio di refezione scolastica

Obiettivi: Adozione delle "Linee d'indirizzo per il miglioramento della qualità nutrizionale nella ristorazione scolastica" Regione Veneto

Modalità di realizzazione

La scuola si impegna ad adottare e seguire le "Linee d'indirizzo per il miglioramento della qualità nutrizionale nella ristorazione scolastica" ed effettua la richiesta formale di validazione del proprio menù scolastico. Fare riferimento al Portale regionale gratuito "Ricettario 2.0" per la predisposizione del menù.

Per saperne di più

Al link <https://www.aulss5.veneto.it/Ristorazione-collettiva> scaricare i documenti:

- Informazioni Portale Regionale Ricettario 2.0
- Linee di indirizzo per il miglioramento della qualità nutrizionale nella ristorazione scolastica

Al link <https://www.aulss5.veneto.it/Modulistica-SIAN> scaricare:

- "Modulo di richiesta validazione menù scolastico"

Referente **Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione dell'AULSS 5 Polesana**

SIAN Referente: dietista dott.ssa Sandra Bassini tel. 0425-393799

AULSS5 per Per info: dietista dott.ssa Susanna Picci tel. 0425-394772 mail:

la proposta nutrizione.sian@aulss5.veneto.it

pagina: <https://www.aulss5.veneto.it/Promozione-di-abitudini-alimentari-salutari-Rete-scuole-che-promuovono-salute>

