



AI DOCENTI DI SCUOLA DELL'INFANZIA

E DI SCUOLA PRIMARIA

AL DSGA

AL PERSONALE ATA

OGGETTO: Programma D – Scuole che promuovono la salute (ScPs) – Patto dello Spuntino.

Anno scolastico 2018-2019.

Diverse e numerose sono le evidenze che sostengono l'importanza di intervenire con urgenza per migliorare il quadro di salute delle giovani generazioni. L'alimentazione gioca un ruolo primario nel benessere dell'individuo e, se eseguita in maniera corretta, può permettere il buon funzionamento mentale e comportamentale. La sua funzione però non è solo quella di assicurare la sopravvivenza, ma anche di favorire il contatto con il mondo esterno e lo scambio con gli altri. Ne deriva che una errata alimentazione può determinare gravi conseguenze per lo stato di salute dell'essere umano. Anche l'indagine alimentare effettuata nel nostro Paese dal Sistema di Sorveglianza Nutrizionale su un campione rappresentativo di alunni, ha messo in rilievo come il 23,6% dei bambini è in sovrappeso e il 12,3% è obeso: si tratta di percentuali rilevanti che presentano i valori più elevati nelle regioni del Sud. La stessa Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) sottolinea come un'alimentazione squilibrata, unita alla sedentarietà, ad abitudini scorrette sempre più diffuse tra bambini ed adulti, possano favorire l'insorgenza di sovrappeso ed obesità e lo sviluppo, negli anni, di malattie croniche gravi. Queste considerazioni inducono a riflettere sul fatto che i bambini, soprattutto in età scolare, hanno bisogno di essere guidati, affinché possano imparare le "buone abitudini alimentari" che sono alla base di un corretto sviluppo psichico-fisico. A tale proposito la scuola diventa così un modello di "Scuola promotrice di salute e benessere" che ha il compito di accompagnare l'alunno nello sviluppo di una coscienza alimentare autonoma, consapevole e salutare. - Comunicazione di avvio progetto - Alla luce di cui in premessa si riporta quanto segue:

AVVIO ATTIVITA'

Il giorno 15 ottobre è previsto un incontro di formazione con i docenti delle classi III e IV di scuola primaria per il progetto Aulattiva, proposto nell'ambito del Programma D- Scuole che promuovono Salute "Programma AulAttiva", promosso dall'ASL Napoli 3 sud.

A partire dal 22 ottobre sarà organizzato un incontro di formazione con tutti i docenti di scuola dell'infanzia e di scuola primaria sulle tematiche riguardanti le pratiche per una corretta alimentazione a partire dallo spuntino in classe.

Dopo l'incontro e fino al termine delle attività didattiche fissate al 7 giugno p.v. si svolgerà il Progetto "Programma D – Scuole che promuovono la salute (ScPs) – Patto dello Spuntino" rivolto agli alunni della scuola dell'Infanzia e della scuola Primaria.

Le docenti di ogni classe/sezione, coordinate dalla referente del progetto docente Albano Carolina,, avranno cura di informare i genitori di tale iniziativa e di chiedere loro di collaborare controllando lo spuntino che tutti i giorni i propri figli portano a scuola. I genitori avranno la possibilità di scegliere tra i seguenti spuntini, alternandoli durante la settimana e variando il più possibile:

- Uno yogurt alla frutta (125g)
- Frutta fresca di stagione (circa 150g) non sostituibile con il succo
- Una barretta ai cereali max 100 kcal - Un pacchetto di crackers non salati (25g)
- Un piccolo panino (30g) con marmellata (20g)
- Un piccolo panino (30g) con un cucchiaino d'olio e pomodoro fresco (quanto basta)
- un giorno alla settimana libera scelta secondo una sana e corretta alimentazione.

Per un corretto svolgimento di tale attività progettuale, le docenti:

- Consegneranno ai genitori il modulo contenente le INDICAZIONI SULLO SPUNTINO DI METÀ MATTINO A SCUOLA, che riconsegneranno dopo averlo firmato per sottoscrizione;
- utilizzeranno la scheda allegata contenente le diverse proposte di spuntini di metà mattina che sono suggeriti dal "Patto dello spuntino";
- attiveranno un "Calendario della merenda" (vedi modulo) dove gli alunni potranno verificare le nuove abitudini e il miglioramento dello stile di vita a livello nutrizionale.

Al termine delle attività sarà effettuato un monitoraggio finalizzato a rendicontare i cambiamenti/miglioramenti nello stile alimentare.

Si ringraziano tutti anticipatamente per la preziosa collaborazione e ci si rende a disposizione per qualunque altro chiarimento.



Il Dirigente Scolastico

(dott.ssa Antonella d'Urzo)

(documento informatico firmato digitalmente ai sensi del D.Lgs 82/2005 s.m.i. e norme collegate)