

VALMARECCHIA

UN NUOVO MODELLO DI FORMAZIONE E IMPEGNO SOCIALE

DESCRIZIONE DEL PROGETTO

Il progetto educativo è rivolto ai ragazzi della scuola primaria e secondaria di primo grado e alle loro famiglie per favorirne il benessere fisico e mentale. È dimostrato che l'alimentazione è una componente fondamentale nella contribuzione della nostra salute e benessere. Nel progetto saranno coinvolti i docenti, i medici di base, le istituzioni locali, AUSL Romagna.

Una delle principali problematiche odierne è l'obesità e l'Italia rimane uno dei paesi d'Europa con il più alto tasso di obesità infantile. Un'indagine del 2019 di "OKkio alla SALUTE", sistema di sorveglianza nazionale promosso e finanziato dal Ministero della Salute/CCM e coordinato dal CNaPPS – Istituto Superiore di Sanità in collaborazione con tutte le Regioni e il Ministero dell'Istruzione, eseguita su un campione di 50mila bambini di terza elementare rivela che il 20,4% è in sovrappeso, il 9,4% obeso e il 2,4% gravemente obeso, dati che rimangono preoccupanti nonostante il trend in calo nell'ultimo decennio.

I DATI RACCOLTI IN ITALIA NEL 2019 SULL'OBESITÀ INFANTILE

Con un campione di **53.273 bambini iscritti**, suddivisi in **2.735 classi**, e con la collaborazione di **50.502 genitori**, il sistema di sorveglianza OKkio alla SALUTE ha raccolto i seguenti dati:

1. i **bambini in sovrappeso** sono il 20% tra i maschi e il 20,9% tra le femmine, con una media del 20,4%;
2. i **bambini obesi** sono il 9,9% tra i maschi e il 8,8% tra le femmine, con una media del 9,4%;
3. i **bambini gravemente obesi** rappresentano il 2,4%, precisamente il 2,3% tra i maschi e il 2,6% tra le femmine;
4. il 68% dei maschi è risultato **normopeso**, contro il 68,4% delle femmine;
5. i **bambini sottopeso** sono l'1,9%, con l'1,4% tra i maschi e l'1,9% tra le femmine.

Per la definizione dello stato ponderale nei bambini, OKkio alla SALUTE utilizza i **valori soglia dell'International Obesity Task Force (IOTF)**.

Il focus sugli stili di vita ha permesso di avere un quadro dettagliato sui principali stili alimentari, l'abitudine all'esercizio fisico e alla sedentarietà.

Gli indicatori riferiti all'attività fisica e al movimento sono pressoché stabili negli anni a indicare che c'è ancora molto da fare in termini di promozione di questi corretti stili di vita. Il 20,3% dei bambini nel 2019 non ha svolto alcuna attività fisica il giorno precedente l'indagine, il 43,5% ha ancora la TV nella propria camera da letto e il 44,5% dei bambini trascorre più di 2 ore al giorno davanti a TV/Tablet/Cellulare.

Tenendo conto dei programmi già messi in atto dalla Regione Emilia-Romagna a livello dei pediatri e considerando l'incidenza del problema e l'importante ricaduta sulla sanità e sulla salute benessere della persona, si vuole realizzare un progetto che preveda il coinvolgimento degli insegnanti ed alunni in primis per fare il punto della situazione nella fascia d'età 6-13 anni coinvolgendo tutte le classi dei due Istituti Comprensivi dell'Alta Valmarecchia, in modo da ottenere un numero significativo di ragazzi-bambini reclutati.

Il progetto si articolerà in compilazione di schede con raccolta dati, lezioni di educazione alimentare, lezioni in laboratorio di cucina, lezioni presso l'orto didattico, conferenze, uscite con educatori e insegnanti di educazione fisica.

TEMPI DI REALIZZAZIONE

data inizio **01/05/2022**

data fine **30/09/2023**

- ✓ 01/05/2022-15/09/2022 Incontri preliminari con scuole e istituzioni, redazione schede e opuscoli
- ✓ 16/09/2022-15/06/2022 Formazione scuole e famiglie, docenti, conferenze, raccolta dati
- ✓ 16/06/2022-30/09/2022 Elaborazione dati raccolti e strategie future

OBIETTIVI E RISULTATI ATTESI

Modalità di svolgimento

1. Si interesseranno tramite un'educazione alimentare un numero definito di classi, coinvolgendo con loro, le famiglie rendendoli consapevoli dell'importanza degli alimenti per conseguire un benessere psicofisico.

Per mettere in atto il progetto verranno stilate schede semplici da un medico nutrizionista da far compilare agli stessi alunni e professori dove verranno raccolti i dati riguardanti

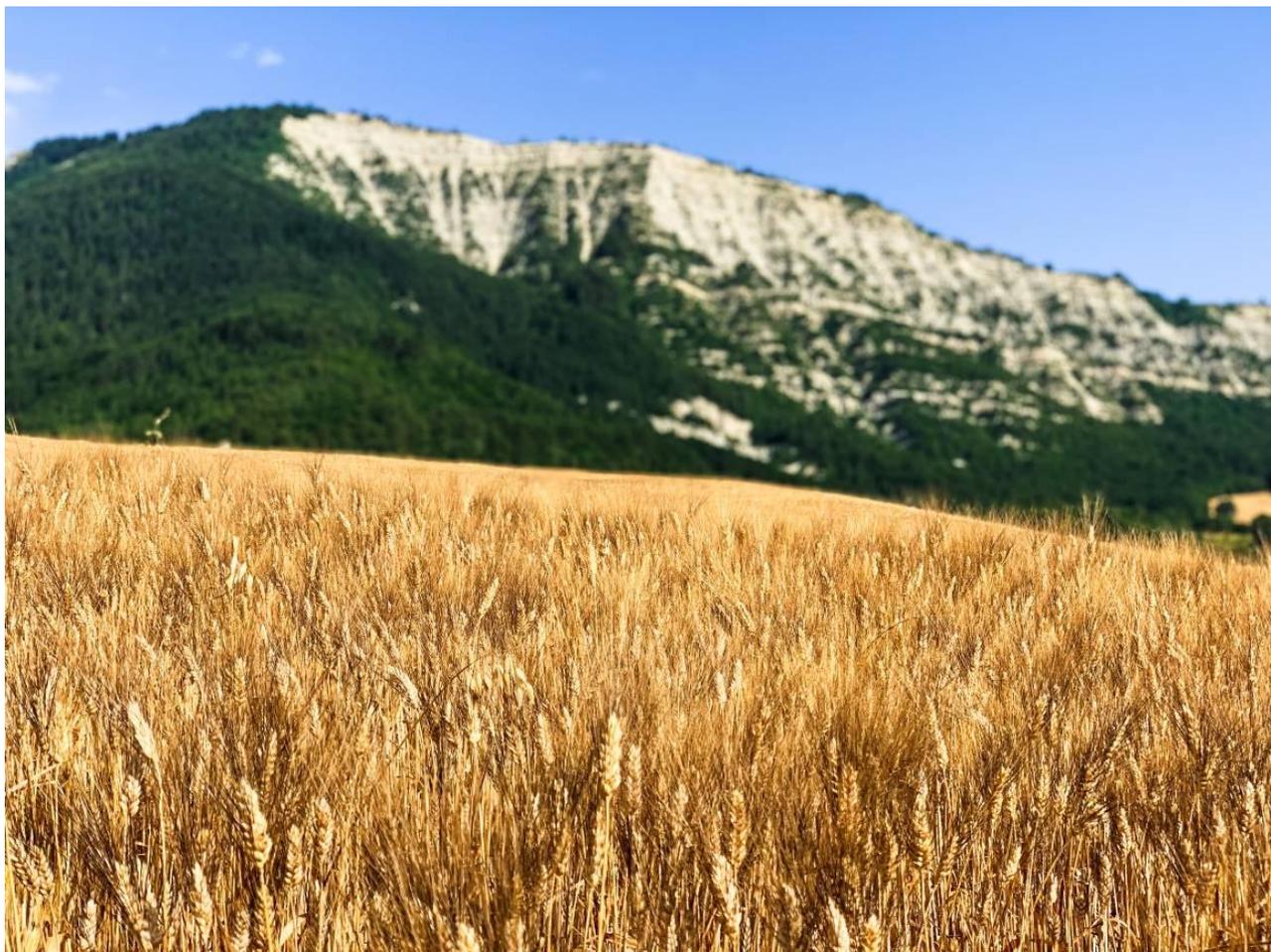
- Peso
- Altezza
- Circonferenza vita
- Circonferenza fianchi
- Circonferenza polso

In base ai risultati avremo una stima su una vasta popolazione di questi indici che ci permetteranno di stabilire il tasso di obesità nei ragazzi e bambini dell'Alta Valmarecchia.

2. Verranno successivamente coinvolte un numero limitato di classi (3) in cui si farà un percorso teorico e pratico di rieducazione alimentare valorizzando i prodotti locali, (grani antichi, legumi tipici della zona, prodotti dell'agricoltura e zootecnia, prodotti trasformati...)

insegnando a rispettare i ritmi delle stagioni degli alimenti e valorizzando le abitudini tradizioni tipiche della zona, con l'apporto delle nuove conoscenze e tenendo presente i cambiamenti della vita.

Oltre alle lezioni in presenza presso le scuole coinvolte verranno utilizzati i locali, il laboratorio di cucina, l'orto didattico dell'Ente di formazione Fondazione Valmarecchia e si effettueranno uscite didattiche.



3. Sarà redatto un opuscolo educativo da distribuire a tutti gli alunni e le famiglie coinvolte.

4. Si svolgeranno conferenze informative di presentazione, in itinere e in conclusione del progetto rivolte a docenti, educatori, cuochi mense scolastiche.

In tutte le fasi saranno interessate le famiglie per una maggior consapevolezza dell'importanza dell'alimentazione nel costruire il patrimonio di salute per ciascuno di noi in modo tale che gli insegnamenti si riflettano anche sul quotidiano familiare.

Previsione del risultato sociale

Migliorando le conoscenze sullo stile di vita con forte coinvolgimento della nutrizione si vuol perseguire un miglioramento delle condizioni di salute, prevenendo tutte quelle malattie degenerative croniche che vedono come primum movens il sovrappeso obesità.

Ne conseguiranno, oltre al soggettivo benessere, notevole risparmio per la sanità, utilizzo dei prodotti locali con stimolo per chi coltiva cercando di creare un'economia circolare che promuova il benessere fisico, psichico, economico.

MOTIVAZIONI DEL PROGETTO - SCOPO GENERALE E PARTICOLARE

SCOPO GENERALE

Promuovere gli stili di vita salutari nelle nuove generazioni, mediante l'adozione di educazione ed informazione specifica, rivolta a tutte le componenti che gravitano intorno al bambino e che ne possono influenzare il comportamento – famiglia e scuola. Promuovere una corretta e bilanciata alimentazione del bambino in età 6-13 col recupero di alimenti della sana alimentazione mediterranea, frutta, verdura, pesce, legumi, ma stile 2022.

Promuovere l'attività motoria soprattutto all'aperto dei bambini insieme a Istituzioni pubbliche e/o private.

Imparare a conoscere ciò che mangiamo producendolo da soli e rispettando le risorse del nostro territorio, attraverso la realizzazione di un orto didattico.

Trasmettere i contenuti educativi con un linguaggio semplice e immediato per sensibilizzare le famiglie e il corpo insegnante.

SCOPO SPECIFICO

Il territorio dell'Alta Valmarecchia prevede due Istituti Comprensivi, Istituto P. Orazio Olivieri di Pennabilli e Istituto Angelo Battelli di Novafeltria, che ospitano gli alunni dei Comuni di Casteldelci, Maiolo, Montecopiolo, Novafeltria, Pennabilli, San Leo, Sant'Agata Feltria e Talamello, per un numero complessivo di circa 1.200 in età 6-13 anni.

Si intende quindi promuovere nel territorio dell'Alta Valmarecchia, coinvolgendo scuola, famiglia e istituzioni, uno stile di vita salutare che preveda una corretta alimentazione, basata anche su prodotti locali e tipici, e una corretta attività motoria in particolare all'aperto nel meraviglioso contesto naturalistico e ambientale dell'Alta Valmarecchia, che comprende anche l'area protetta del Parco Interregionale del Sasso Simone e Simoncello.

Sarà prevista la coltivazione di alcune varietà tipiche del territorio, attraverso la realizzazione di un orto didattico e di una serra didattica presso un'area demaniale, che la Fondazione Valmarecchia ha in concessione situata in sponda sinistra del fiume Marecchia nel Comune di Novafeltria (RN) per una superficie complessiva di mq 1.968,85, per la riqualificazione ambientale e lo svolgimento di attività didattiche.



**ALTRI ELEMENTI CHE IL RICHIEDENTE RITIENE UTILI
AI FINI DELLA VALUTAZIONE DELLA RICHIESTA DI CONTRIBUTO**

Il territorio dell'Alta Valmarecchia prevede due Istituti Comprensivi, Istituto P. Orazio Olivieri di Pennabilli e Istituto Angelo Battelli di Novafeltria, che ospitano gli alunni dei Comuni di Casteldelci, Maiolo, Montecopiolo, Novafeltria, Pennabilli, San Leo, Sant'Agata Feltria e Talamello, per un numero complessivo di circa 1.200 in età 6-13 anni.

Il progetto si propone, attraverso una corretta educazione ed informazione, di contrastare l'obesità infantile e tutte le conseguenze negative sul contesto sociale, quali conseguenze sanitarie e psico-sociali. Viste anche le opportunità offerte dal contesto territoriale non ci si può permettere che i bambini residenti consumino merendine preconfezionate e trascorrono tutta la giornata all'interno delle proprie abitazioni davanti a smartphone, tablet o TV.

Lo studio e l'esempio devono partire da territori come il nostro, che uniscono ambienti scolastici familiari, la possibilità di consumare prodotti a chilometro zero, un ambiente naturale incontaminato in cui camminare ed effettuare attività sportive all'aperto.



EDUCAZIONE ALIMENTARE

I questionari dell'indagine del 2019 di "OKkio alla SALUTE" rivolto ai bambini, ai genitori e ai dirigenti scolastici analizzati congiuntamente hanno permesso di costruire alcuni indicatori che descrivono negli anni le principali abitudini alimentari dei bambini e le maggiori criticità. L'abitudine a non consumare la prima colazione o a consumarla in maniera inadeguata persiste negli anni, così come la fruizione di una merenda abbondante di metà mattina. Il consumo non quotidiano di frutta e/o verdura dei bambini, secondo quanto dichiarato dai genitori, rimane elevato; diminuisce, invece, l'assunzione giornaliera di bevande zuccherate e/o gassate.

Nelle 3 classi pilota si terranno n. 6 lezioni in aula da 3 ore ciascuna tenute medico nutrizionista e in collaborazione con AUSL Romagna per un totale di ore 18.

Per tutte le classi, su prenotazione, sono previste n. 7 lezioni presso il laboratorio di cucina della Fondazione Valmarecchia da 3 ore in cui insieme ad un cuoco professionista e il medico nutrizionista verrà spiegato come cucinare alimenti sani in modo sano. Le lezioni saranno aperte anche ai genitori.



EDUCAZIONE AMBIENTALE-MOTORIA

Le 3 classi pilota effettueranno uscite con educatore ambientale, 3 uscite da 3 ore ciascuna, ed insegnanti di educazione fisica, 3 uscite da 3 ore ciascuna, tot. ore 18.

Le esigenze ed i ritmi imposti da quella che chiamiamo "la civiltà del progresso" tendono sempre più a dilatare le distanze tra individuo e movimento, individuo e Natura. In questo contesto la possibilità di usufruire dell'ambiente naturale e del movimento nelle sue diverse forme viene ulteriormente impoverito per il bambino in età evolutiva sia in ambito scolastico, che familiare e quindi del tempo libero. La vita quotidiana dei bambini è spesso programmata dagli stessi genitori con pochissimo tempo dedicato al gioco, all'esplorazione, alle attività ludiche e motorie all'aperto e tanto meno in ambiente naturale. Anche se si sta creando una nuova coscienza, a diversificare stili di vita, volti all'acquisizione di sane e permanenti abitudini, tuttavia l'azione trainante deve essere attuata dalla Scuola

L'educazione motoria in ambiente naturale può svolgere un ruolo essenziale nel creare un corretto atteggiamento nei confronti della natura attraverso un ritorno effettivo ad essa, per offrire ai ragazzi esperienze reali e concrete di vita all'aperto che porteranno a conoscere la natura e a rispettarla, responsabilizzando il comportamento di ognuno verso l'ambiente naturale ed insegnando come praticare le attività motorie in essa senza turbarne l'equilibrio.

Si vuole realizzare di un'esperienza in grado di unire sport e natura, partendo dal presupposto che questi siano due elementi fondamentali per la crescita psico-fisica dei più giovani. L'attività motoria non solo apporta numerosissimi benefici psico-fisici, ma rende gli individui più consapevoli delle proprie capacità e più sensibili ai luoghi che ci circondano.



ORTO DIDATTICO

La realizzazione dell'orto didattico avviene ideando e realizzando ambienti formativi in armonia con l'ecologia dei paesaggi circostanti, stimolando quindi il senso di identità e di appartenenza alle comunità locali per vivere, come custodi delle tradizioni e come artefici delle innovazioni culturali, la biodiversità dei prodotti alimentari e la biodiversità dei valori con essi intrecciati. C'è tutto un movimento, oggi, dentro e fuori le scuole che vuole ritornare alla cultura dell'orto: questo processo va incentivato e difeso, poiché intorno ad esso può essere ridisegnato l'intero impianto delle attività educative, con tutte le sue ramificazioni disciplinari: dalla scienza all'arte, dalla tecnologia alla gastronomia, dalla botanica alla farmacopea, dalla storia all'antropologia e all'etnologia fino allo studio delle tradizioni popolari.

Per progettare nuove architetture educative, proprio l'orto, nella sua straordinaria complessità, può diventare una cellula educativa insostituibile, l'embrione formativo che può essere declinato come un dispositivo teorico e insieme sperimentale in grado di coniugare discipline e di concertare nuove alleanze con la natura: un giardino della conoscenza, capace di combinare le competenze descrittive e narrative con le competenze tecniche e operative.

Nello specifico sarà realizzata una serra di circa mq 70 in cui prevedere per le 3 classi pilota n.3 orti tradizionali e n.3 orti acquaponici, in collaborazione con la locale azienda IRCI S.p.A. S.P. 258 Marechiese, 60 - 47865 Pietracuta di S. Leo (RN).



I ragazzi potranno così vedere tradizione e innovazione, mettendo a confronto le tecniche tradizionali con quelle più innovative.

Per questa attività sono previste 6 uscite da 3 ore ciascuna per un totale di ore 18 con un esperto agronomo ed il docente di riferimento, che darà indicazioni al docente come proseguire anche autonomamente.

La manutenzione e pulizia della serra didattica sarà effettuata da personale della Fondazione Valmarecchia.