



“Movimento in 3S - Promozione della SALUTE nelle SCUOLE attraverso lo SPORT”

PROGETTO NUTRIZIONE

Scuola primaria - Anno scolastico 2023/2024

OBIETTIVO

L'allarmante prevalenza dell'obesità sin dall'età pediatrica rappresenta a livello mondiale, nazionale, e anche in Friuli Venezia Giulia, una minaccia per una futura vita sana. Aumentare la consapevolezza fra i bambini e le loro famiglie sulle malattie associate al sovrappeso è ormai fondamentale. Tutti gli sforzi si incentrano nella **prevenzione** come alternativa più efficace nell'evitare la progressione di malattie associate all'obesità. Cambiamenti nello stile di vita, principalmente con la modifica delle abitudini alimentari e l'aumento dell'attività fisica hanno un impatto molto positivo, e ad oggi è considerato l'approccio più efficace. Purtroppo, è ormai nota la resistenza da parte delle persone verso questi cambiamenti nello stile di vita e ciò rappresenta attualmente il maggior ostacolo. Nell'ambito del progetto **Movimento in 3S**, che quest'anno vede coinvolti oltre al **CONI Comitato regionale Friuli Venezia Giulia**, anche la **Fondazione Italiana Fegato Onlus** e l'**IRCCS Burlo Garofolo di Trieste**, grazie al sostegno della **Regione Friuli Venezia Giulia** si svilupperà un programma di **educazione alimentare** con il supporto di un team di esperti. Il programma di educazione alimentare ha come scopo principale dare le giuste nozioni e stimoli affinché un'abitudine alimentare corretta possa essere adottata sin da piccoli.

METODOLOGIA

Le attività proposte nel programma di **educazione alimentare** avranno un approccio ludo-didattico, sfruttando i momenti di gioco per fornire ai bambini informazioni utili sull'importanza di una alimentazione sana nello stato di salute. Ogni classe che aderirà al programma riceverà **una cartellina contenente alcuni giochi** da eseguire nell'orario dedicato al Progetto Movimento in 3S. I giochi si svolgeranno in gruppo e potranno essere ripetuti durante tutto l'anno scolastico. Per garantire l'efficacia di questo programma viene richiesta la collaborazione degli insegnanti per eseguire le attività ed i giochi e per approfondire il tema durante l'intero anno scolastico. Il personale docente sarà opportunamente formato tramite seminari online dal personale esperto **FIF e Burlo Garofalo**.

FONDAZIONE ITALIANA FEGATO - ONLUS

SEDE LEGALE:
AREA Science Park Basovizza – Ed. Q
SS 14 km 163,5
34149 TRIESTE Italy

www.fegato.it

Ph. +39 040 375 7840
Fax. +39 040 375 7832
direzionefif@fegato.it
Codice Fiscale/Partita IVA: 01149940320
FONDO DI DOTAZIONE: Euro 300.000
R.R.P.G n. 191

[FONDAZIONE ITALIANA FEGATO ONLUS - 5x1000 -

SOSTEGNO DEL VOLONTARIATO DELLE ORGANIZZAZIONI NON LUCRATIVE DI UTILITÀ SOCIALE - CODICE FISCALE **01149940320**]



Le famiglie dei bambini saranno caldamente invitate a partecipare a questa iniziativa, per poter applicare anche a casa i concetti acquisiti a scuola: per tale scopo si organizzeranno degli incontri online (in due date) dedicati alle famiglie con il coordinamento del personale esperto **FIF** e **Burlo Garofalo**.

STRUMENTI DI VALUTAZIONE

Per monitorare l'efficacia di questo programma, e per eventualmente apportare successive modifiche, saranno preparati dei questionari di valutazione che dovranno essere compilati dagli insegnanti all'inizio ed alla fine del progetto. Sarà compito del gruppo di lavoro **FIF-Burlo Garofalo** e del Comitato Tecnico Scientifico del Progetto Movimento in 3S fare l'analisi della performance delle attività svolte. I risultati ottenuti saranno a disposizione delle scuole aderenti.

RISULTATI ATTESI

Il rationale del progetto Movimento in 3S, che vedrà l'unione delle attività motorie con l'educazione a una sana alimentazione, si focalizza sulla prevenzione delle malattie associate all'obesità (metaboliche in particolare) con particolare riguardo alla formazione e informazione. I risultati attesi puntano alla presa di coscienza da parte dei bambini sull'impatto alla salute dell'obesità e del sedentarismo. Si vuole contrastare le informazioni false veicolate dai mezzi di informazione, pubblicità, internet con nozioni chiare e semplici per favorire un reale cambiamento di stile di vita sin da piccoli, determinato da un'attività motoria continuativa unita ad una sana alimentazione, nella convinzione che una corretta informazione ed un'adeguata consapevolezza dei rischi/benefici sulla salute siano la base per evitare la progressione dell'obesità e l'insorgenza delle malattie associate.

TIMING: Il progetto inizierà il giorno **1 ottobre** e **terminerà in data 22 dicembre 2023**. Per la realizzazione del progetto Nutrizione potrà essere utilizzata la seconda ora settimanale obbligatoria del Progetto M&S.

Per la Fondazione Italiana Fegato Onlus
Prof. Claudio Tiribelli, Direttore Scientifico
Dott. Natalia Rosso, Senior Scientist

Per l'IRCCS Burlo Garofolo
Dott. Grazia Di Leo
Dott. Chiara Zanchi

FONDAZIONE ITALIANA FEGATO - ONLUS

SEDE LEGALE:
AREA Science Park Basovizza – Ed. Q
SS 14 km 163,5
34149 TRIESTE Italy

www.fegato.it

Ph. +39 040 375 7840
Fax. +39 040 375 7832
direzionefff@fegato.it
Codice Fiscale/Partita IVA: 01149940320
FONDO DI DOTAZIONE: Euro 300.000
R.R.P.G n. 191