

<b>Titolo del progetto:</b>	<b>Progetto “Informa a Scuola” per la promozione dei sani stili di vita, dell’attività fisica destrutturata e per il contrasto dell’obesità infantile</b>
<b>Referente ed ente proponente:</b>	Comune di Modena Ufficio Città Sane – Natale Indelicato
<b>Contatti del Referente ed ente proponente:</b>	Indirizzo: Telefono: 059 203 2388 E-mail: natale.indelicato@comune.modena.it
<b>Città in cui ha avuto luogo il progetto:</b>	Modena
<b>Durata complessiva:</b>	Il progetto è stato attivato nell’a.s. 2009/10 ed è alla sua 2° edizione. Si svolge durante l’anno scolastico nei periodi primaverile e autunnale.
<b>Descrizione di sintesi del progetto:</b>	<p>Il progetto è stato presentato dal Comune di Modena (Assessorato all’Ambiente, Assessorato all’Istruzione e Assessorato allo Sport), con la collaborazione di alcuni partner pubblici e del privato sociale (le Circoscrizioni cittadine, l’Azienda USL, la UISP Associazione Provinciale di Modena, la Cooperativa Cir-Food). È attuato in <b>8 scuole elementari</b> della Città e coinvolge un totale di <b>2.300 alunni</b> di cui circa il 30% è di origine straniera. Nel corso della 1ª edizione, gli alunni coinvolti erano stati 710 distribuiti in 4 scuole elementari.</p> <p>Le azioni del progetto comprendono interventi di carattere teorico e di carattere pratico. Tra le attività di carattere teorico si elencano:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• la messa a punto di un laboratorio cartografico per collegare la scuola con il suo territorio e sensibilizzare il territorio ad obiettivi educativi;</li> <li>• l’indagine sugli stili di vita attraverso la somministrazione di un questionario per la rilevazione delle abitudini alimentari e lo svolgimento dell’attività fisica dei bambini;</li> <li>• la distribuzione di materiali informativi e di gadget a supporto delle attività pratiche da distribuire agli alunni;</li> <li>• gli incontri con i genitori stranieri per informarli sulle corrette abitudini alimentari;</li> <li>• la diffusione dei risultati della ricerca e del progetto attraverso l’organizzazione di un momento divulgativo dei risultati dell’esperienza.</li> </ul> <p>Tra le attività di carattere pratico si elencano:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• lo svolgimento del programma “Frutta Fresca” per la distribuzione settimanale della frutta a tutti gli alunni del Circolo Didattico a cura della Cir-Food;</li> <li>• lo svolgimento dell’attività di <i>orienteeering</i> per far scoprire agli alunni, specialmente quelli di origine straniera, i “luoghi” del Centro Storico dove poter giocare;</li> <li>• le “uscite” con i genitori per permettere ai bambini una migliore conoscenza del territorio e promuovere la pratica dell’attività motoria;</li> <li>• “Vado a scuola con gli amici” per la promozione della mobilità sostenibile nei percorsi casa-scuola;</li> <li>• la realizzazione di momenti ricreativi attraverso l’organizzazione di Feste;</li> <li>• lo svolgimento dell’attività fisica destrutturata in orario scolastico ed extra scolastico.</li> </ul>
<b>Obiettivi finali del</b>	L’Amministrazione comunale di Modena da molti anni è impegnata nel contrasto

<p><b>progetto:</b></p>	<p>della prevenzione dell'obesità infantile e rispetto a questo fenomeno ha attuato diverse azioni tese a promuovere una corretta alimentazione ma anche favorire il movimento fisico quotidiano. Accanto a progetti di sensibilizzazione rivolti alle scuole, sono state sviluppate esperienze di coinvolgimento di ulteriori soggetti della comunità per la prevenzione dell'obesità infantile. In questo contesto rientrava il progetto "Chi l'ha Sana la Vince": percorso di educazione alimentare per le scuole elementari del Centro Storico, attivato dalla Circostrizione Centro Storico nell'a.s. 2006/2007, sviluppato anche l'anno successivo, con la collaborazione della cooperativa Cir Food e il Mercato Ortofrutticolo "Albinelli" (storico mercato di ortofrutta cittadino). La lettura dei dati socio-demografici del Centro Storico cittadino e le riflessioni maturate con gli insegnanti delle scuole elementari coinvolte hanno evidenziato problemi di <b>"sedentarietà"</b> tra i loro scolari dovuta a condizionamenti sociali e fisici. Nell'a.s. 2008-09 è stato promosso il progetto "Informa a Scuola" che ha integrato i percorsi di educazione alimentare del progetto "Chi l'ha sana la vince" con l'attivazione di azioni tese a promuovere l'attività fisica e motoria destrutturata dei bambini, e ha previsto l'organizzazione di percorsi casa-scuola protetti. Il progetto è stato realizzato grazie ad un contributo da parte della Regione Emilia-Romagna e dei vari soggetti partner. L'approccio adottato dall'Amministrazione Comunale poggia sulla convinzione che <b>l'obesità sia una patologia determinata da una molteplicità di fattori di tipo biologico, psicologico e sociale/ambientale</b> che hanno diverso peso per cui la presa in carico del bambino obeso deve cercare di affrontare tutti gli aspetti del fenomeno. Data la complessità del fenomeno, l'Amministrazione comunale ha voluto approfondire la propria conoscenza del fenomeno attraverso il co-finanziamento di una "Indagine distrettuale sull'incidenza del sovrappeso e obesità infantile a Modena<sup>1</sup>". I dati di questa ricerca indicano che occorre concentrarsi sui bambini ed intervenire sin dall'infanzia sulle loro abitudini alimentari in maniera sistemica. Inoltre occorre agire:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• nell'ambito delle scuole privilegiando la scuola primaria con progetti ampi e capaci di coinvolgere tutte le classi e le famiglie per migliorare le loro abitudini alimentari;</li> <li>• sul territorio fornendo ai bambini occasioni di gioco informale negli spazi pubblici e favorendo una mobilità alternativa all'auto;</li> <li>• con la messa in atto di interventi strutturali attraverso alleanze con enti pubblici e privati.</li> </ul> <p>L'opportunità di indirizzare il bambino verso comportamenti sani si rivela indispensabile perché è proprio nell'infanzia e nella pre-adolescenza che si compiono importanti scelte che riguardano lo stile di vita che alla lunga produrranno i loro effetti sullo stato di salute dell'età adulta. Infine recenti indagini condotte a livello provinciale, fanno emergere che fattori come la posizione sociale, il livello di istruzione o di reddito prodotto, il contesto familiare risultano essere determinanti nell'effettuazione di scelte alimentari o più semplicemente verso la predisposizione verso lo svolgimento di talune attività fisiche.</p>
<p><b>Azioni previste e realizzate:</b></p>	<p>I dati sulla partecipazione dei bambini al progetto dimostrano un grande apprezzamento da parte degli operatori scolastici e dei familiari. Tutti i 2.300 alunni hanno partecipato all'esperienza della <b>merenda sana</b>, inoltre gli insegnanti hanno raggiunto l'obiettivo di far ripetere l'esperienza una seconda volta a cura delle famiglie. <b>L'attività fisica destrutturata:</b> è stata svolta nel periodo marzo – maggio con cadenza settimanale per un totale di 456 h/uomo di attività prestata presso le palestre per delle scuole coinvolte. La partecipazione era volontaria, previa autorizzazione dei genitori. In tutto hanno svolto questa attività circa 1.400 alunni. In occasione della tradizionale bicicletata "<b>Bicincittà</b>" organizzata dalla UISP erano presenti i bambini delle scuole coinvolte con le rispettive famiglie.</p> <p>Il gioco è senz'altro una delle componenti principali nella formazione psico-fisica dell'individuo, è occasione di socializzazione e di apprendimento, formazione ed educazione. Questo lo spirito delle <b>feste</b> a carattere ludico-ricreativo organizzate presso le scuole "Cittadella" e "San Giovanni Bosco", "Collodi" e "De Amicis",</p>

alle quali è stata offerta la collaborazione degli animatori della UISP per l'organizzazione delle feste d'istituto. Le feste sono state organizzate nei mesi di maggio. Sono stati consegnati agli alunni delle classi 5 alcuni materiali informativi sui sani stili di vita alimentari e per la conoscenza della Città. La mancanza di spazi liberi, specialmente nel Centro Storico per il gioco, associato alla scarsa conoscenza del territorio da parte dei bambini di origine straniera, fa sorgere l'esigenza di mettere in campo azioni di promozione e utilizzo di quelli esistenti. Il **laboratorio cartografico** consente di edificare la carta mentale della città attraverso la produzione di rappresentazioni, la lettura e l'interpretazione delle carte, la conoscenza e l'utilizzo degli strumenti e dei metodi più attuali per rappresentare gli spazi della propria città.

Per il raggiungimento di questi obiettivi abbiamo voluto inserire, all'interno del progetto, la realizzazione di laboratori cartografici che sono stati condotti da un tecnico esperto nella realizzazione di cartografie messoci a disposizione dal Centro MeMo. Il laboratorio è stato attivato presso le scuole Ceccherelli, hanno partecipato gli alunni delle classi 5.

Nel mese di maggio gli alunni delle classi 5 sono stati coinvolti nella realizzazione di alcune giornate di **orienteering**. La scuola Ceccherelli sarà impegnata in questa attività nel prossimo mese di settembre.

Nel mese di aprile, è stato svolto un **incontro informativo** a cura dell'AUSL di Modena per informare i genitori sui benefici derivanti dalla corretta alimentazione. All'incontro hanno partecipato 30 mamme, tutte di origine straniera.

Inoltre è stata condotta un'**indagine** per rilevare le abitudini alimentari e gli stili di vita dei bambini attraverso la somministrazione di questionari a tutti gli alunni delle scuole interessate. I risultati della ricerca saranno presentati in occasione di un momento divulgativo dei risultati del progetto.

#### **Alcuni risultati dell'indagine condotta nell'a.s. 2008/2009**

##### Abitudini alimentari

I bambini intervistati hanno la buona abitudine di fare la colazione tutte le mattine. Latte, cereali e biscotti sono gli alimenti preferiti per questo pasto. Il cibo preferito per la prima colazione è il latte (78,7%) seguito da cereali (52,8%) e biscotti (47,9%). Il 20,15 dichiara anche di consumare merendine confezionate a colazione. Assieme alle merendine confezionate (46,1%), i bambini hanno dichiarato che per la ricreazione consumano una fetta di torta (38,9%), succhi di frutta (31,5%), prodotti da forno (26,6%). Il 6,5% consumano patatine e soltanto il 2% bibite gassate. Il 36,2% dei bambini intervistati dichiara di consumare frutta una volta al giorno, questo indicatore si abbassa all'aumentare della frequenza giornaliera di consumo, infatti si passa dal 26,2% al 10,3% rispettivamente per il consumo di "2 volte" e "più di 2 volte al giorno". Il 34% dei bambini intervistati mangia la verdura tutti i giorni, il 21% di questi la mangia 2 volte al giorno e il 5,6% più di 2 volte al giorno.

##### Distanza casa-scuola e mezzo utilizzato

Il 43,2% dei bambini del 6° Circolo didattico di Modena abita a meno di 1 km di distanza dalla scuola. All'aumentare della distanza casa-scuola, diminuisce anche la percentuale dei bambini che devono percorrerla. Infatti il 36,2% abita ad una distanza compresa tra 1 e 3 Km, il 17,2% ad una maggiore di 3 Km.

Il 48,1% dei bambini è solito farsi accompagnare a scuola in macchina, poco meno i bambini che ci si recano a piedi (47,2%). I mezzi pubblici sono poco utilizzati, infatti soltanto il 7,4% dichiara di utilizzarli.

##### Attività all'aria aperta

Il 79,6% dei bambini svolge attività all'aria aperta almeno una volta a settimana, di questi il 41% dichiara di praticarla più di due volte alla settimana, il 34,6% due volte alla settimana e soltanto il 22,8% una sola volta.

##### Attività sportiva organizzata

Il 58,2% degli alunni dichiara di svolgere attività sportiva in una squadra o gruppo sportivo. Di questi il 65% la svolge almeno due volte a settimana. Lo sport più praticato dai bambini è il calcio (31,9%), segue il nuoto (21,4%) e la pallavolo (15,6%).

##### I bambini e la Tv

Soltanto il 23,7% dei bambini intervistati ha dichiarato di seguire la Tv meno di 1

	ora al dì, mentre il 51,7% la segue un tempo compreso tra 1 e 2 ore. Il 23,5% trascorre davanti alla Tv più di 2 ore.
<b>Beneficiari finali del progetto e numero:</b>	Circa 2.300 alunni delle scuole elementari Circa 98 classi coinvolte su 8 scuole diverse
<b>Risultati attesi:</b>	Aumento del numero di bambini che svolgono attività fisica in modo regolare. Rendere i bambini e le loro famiglie consapevoli dei benefici derivanti dalle buone abitudini alimentari.
<b>Risultati raggiunti:</b>	Nel complesso, lo svolgimento del progetto ha dato la possibilità a molti alunni di partecipare ad attività che altrimenti difficilmente avrebbero potuto svolgere. Tra gli alunni di origine straniera è stato molto interessante come i genitori abbiano preso parte attiva alle attività proposte, in special modo quelle organizzate al di fuori dell'orario scolastico. La proposizione dei "giochi di una volta" da un lato ha aiutato i bambini alloctoni di prendere conoscenza delle tradizioni locali favorendo l'integrazione con i compagni modenesi, dall'altro lato ha permesso a tutti di fare movimento all'aria aperta. La promozione della merenda sana e l'informazione riguardo agli aspetti positivi legati al consumo di frutta e verdura ha fatto nascere la consapevolezza dei benefici legati al consumo quotidiano di questi alimenti.
<b>Finanziamenti ottenuti:</b>	Regione Emilia Romagna – bando <i>Obiettivi, azioni prioritarie, criteri di spesa e procedure per la concessione dei contributi per la realizzazione di progetti finalizzati al miglioramento dello stato di salute attraverso l'attività motorio-sportiva – Anno 2009</i>
<b>Originalità/innovazione del progetto:</b>	Vedi sopra
<b>Rilevanza delle attività:</b>	Promozione sane abitudini alimentari e stili di vita attraverso il gioco informale
<b>Coinvolgimento e partecipazione dei cittadini:</b>	Quantità e qualità attori coinvolti: Famiglie, Scuola, Imprese del Territorio, Enti Pubblici Eterogeneità delle azioni messe in campo
<b>Trasferibilità del progetto:</b>	2.600 persone (insegnanti, alunni, genitori, professionisti) che hanno partecipato a vario titolo a tutte le azioni del progetto.
<b>Sostenibilità del progetto:</b>	Certamente il progetto può essere replicato, vista l'importanza dell'argomento, in ogni contesto in cui siano presenti enti pubblici (Comune e azienda sanitaria) e attori del privato sociale sensibili al tema del contrasto dell'obesità infantile.
<b>Strumenti di comunicazione utilizzati:</b>	Il progetto, per essere attuato, necessita di finanziamenti pubblici e della partecipazione di partner specializzati.
<b>Punti di forza del progetto:</b>	Materiali informativi e didattici di ogni tipo:, brochures, inviti, locandine, manifesti, depliant, kit, gadgets, ecc. I materiali informativi sono prodotti sia dall'Amministrazione comunale che dagli altri soggetti partner
<b>Problematicità sorte durante l'attuazione del progetto:</b>	Vedi "originalità" e "rilevanza".
	Organizzazione degli eventi con la presenza di un elevato numero di bambini e coinvolgimento delle famiglie.