

## Progetto *In*Forma a Scuola

I dati dell'indagine "OKkio alla Salute" dell'Istituto Superiore di Sanità nel 2008 rilevavano che **Più di 1 bambino su 3 pesa troppo e che i genitori non se ne accorgono**. Inoltre l'indagine mette in evidenza che in Italia **1 milione e centomila bambini** tra i 6 e gli 11 anni sono sovrappeso o obesi. Alimentazione sbagliata, vita sedentaria, ma anche tensione psicologica che si placa con il cibo, spesso davanti alla TV.

Molte indagini sul campo, evidenziano che tanto prima si agisce con la prevenzione, tanto più efficace risulta essere l'azione di contrasto e tanto meno si avranno adulti obesi. Infatti l'elevato eccesso ponderale da piccoli è spesso presupposto per mantenerne la condizione da adulti.

Le conseguenze non sono soltanto estetiche: l'obesità infantile predispone a diversi problemi di salute, ma anche al disagio psicologico di sentirsi "diversi", presi in giro dai compagni di scuola e inadeguati ai modelli imposti dalla pubblicità.

Per queste motivazioni occorre intervenire sin dall'infanzia con interventi volti a promuovere i sani stili di vita.

Nelle linee generali di progettazione del Piano regionale della Prevenzione dell'Emilia-Romagna si prevede la strutturazione di una rete nel cui ambito varie istituzioni, a livello regionale e locale, cooperano per supportare e costruire un contesto che faciliti per i cittadini le scelte nutrizionali sane e svolgere regolarmente attività fisica per:

- prevenire l'insorgenza della condizione di obesità sia in età infantile che in quella adulta;
- ridurre la prevalenza e il tasso di patologie croniche associate all'obesità.

La scuola sembra essere il luogo ideale per qualsiasi intervento che si pone queste finalità.

Questa è anche la logica di fondo alla quale si ispira il Progetto "***In*forma a Scuola**" promosso per il secondo anno consecutivo dall'Amministrazione comunale di Modena – Assessorato all'Ambiente e Assessorato allo Sport con il contributo della Regione Emilia-Romagna, insieme a UISP, CIR-Food, Ausl di Modena – Dipartimento di Salute Pubblica – MeMo Multicentro Educativo Modena Sergio Neri.

Il progetto di comunità multi-azione è finalizzato alla lotta all'obesità infantile, alla promozione dei sani stili di vita e dell'attività fisica destrutturata.

Coinvolge in tutto gli alunni di 8 Scuole Primarie di Modena: alle 4 del Centro Storico (Cittadella, De Amicis, Pascoli e Ceccherelli) che hanno partecipato anche lo scorso anno, quest'anno si sono

aggiunte la “C. Collodi” dell’11° Circolo Didattico, la “San Giovanni Bosco” del 7° Circolo Didattico, la “G.Rodari” del 9° Circolo Didattico e la “Giovanni XXIII” del 3° Circolo Didattico. In totale gli alunni che quest’anno beneficiano delle azioni del progetto sono circa 2.300 di cui il 28,3% sono di origine straniera.

Tra le azioni del progetto si elencano:

- lo svolgimento settimanale dell’attività motoria in orario scolastico ed extra-scolastico;
- la distribuzione della frutta settimanale a tutti gli alunni delle scuole interessate;
- lo svolgimento di alcune giornate di *orienteering* per le classi 5 presso i Giardini Pubblici comunali nel periodo primaverile;
- la realizzazione di laboratori cartografici per far conoscere gli spazi del centro storico ai bambini;
- la realizzazione dei percorsi casa-scuola per la promozione della mobilità alternativa;
- l’organizzazione delle feste di fine anno;
- l’organizzazione di uscite anche con le famiglie per conoscere meglio il territorio cittadino;
- la riproposizione dell’indagine conoscitiva degli stili di vita dei bambini.