



UNIMORE  
UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI  
MODENA E REGGIO EMILIA



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
EMILIA-ROMAGNA  
Azienda Unità Sanitaria Locale di Modena

## SCHEDA AZIONI PROGETTO INFORMA A SCUOLA

Progetto per la lotta all'obesità infantile attraverso la promozione dell'attività motoria destrutturata, percorsi casa/scuola a piedi o in bicicletta, le sane abitudini alimentari.

### **Il progetto**

L'obiettivo principale del progetto che viene proposto per l'anno scolastico 2021/2022 dal Multicentro Salute Ambiente /Rete Città Sane OMS del Comune di Modena (avviato nell'anno scolastico 2007/08) è quello di sviluppare azioni a carattere collettivo per contrastare il fenomeno dell'obesità infantile insieme alla promozione dell'attività motoria destrutturata seguita da personale qualificato nei bambini delle scuole primarie. Collaborano vari partner: Ausl Modena. Università degli Studi di Modena e Reggio Emilia, Cirfood, Parmareggio, UISP.

Il progetto si prefigge anche la promozione della mobilità sostenibile con i percorsi casa/scuola, le visite ad attività nei parchi della città ed anche attraverso la proposta di giochi all'aperto da attuarsi durante l'anno scolastico ed in particolar modo nel periodo primaverile.

E' inoltre prevista la somministrazione della merenda sana a scuola e di molte altre azioni di educazione alimentare in collaborazione con l'AUSL.

Il progetto è inoltre oggetto di monitoraggio da parte di UNIMORE.

### **Le Azioni/Attività**

- -Attivazione di percorsi di attività fisica destrutturata in orario scolastico ed extra-scolastico rivolti alle classi delle scuole coinvolte in relazione allo spazio disponibile;
- -promozione di momenti pubblici associati a manifestazioni sportive o di promozione del territorio che comunque presuppongono il movimento all'area aperta e la scoperta dei luoghi della Città (biciclettate, camminate, visite a fiere o mercati);
- -promozione di momenti ludici anche con la collaborazione delle famiglie in occasione dei quali si svolgono i giochi di una volta;
- merenda, equilibrata a cura di Parmareggio, da ritirare a cura della scuola con modalità da definire
- -percorsi di mobilità sostenibile (percorsi casa-scuola), con il coinvolgimento dei genitori e delle associazioni del territorio che si occupano di mobilità sostenibile;
- -realizzazione materiali informativi per promuovere il movimento, lo sport e la corretta alimentazione;
- -promozione del consumo di frutta, verdura ed alimenti salutari attraverso la distribuzione della merenda sana;
- -promozione dei sani stili alimentari attraverso incontri con gli esperti del Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione dell'AUSL di Modena;
- -promozione dei corretti stili di vita attraverso incontri dei genitori
- monitoraggio da parte di UNIMORE;

### ***Durata e svolgimento del Progetto***

Si è soliti fissare l'inizio del progetto nel mese di ottobre, in occasione del mese "walk to school" (quest'anno è stata proposta l'iniziativa della FIAB "Bimbi in Bici").

A seguire le altre attività - solitamente a partire dal mese di marzo, per tutta la primavera fino alla fine della scuola.

### **Soggetti coinvolti**

Il progetto è realizzato dal Comune di Modena (MUSA) e rete Città Sane OMS in collaborazione con:  
AUSL Modena - – Dipartimento di Sanità Pubblica e Servizio Igiene Alimentare e Nutrizione;  
UNIMORE – Dipartimento di Scienze Metaboliche e Biomediche  
UISP - Comitato Provinciale di Modena;  
Cir-Food - Cooperativa di Ristorazione;  
Parmareggio;  
Istituzioni Scolastiche.

### **Descrizione delle Attività**

Le attività del progetto possono essere suddivise in 2 categorie:

#### **Attività ludico motoria non strutturata**

Attività fisica destrutturata. Sono previsti incontri settimanali con il personale qualificato di UISP per le classi a scelta della scuola, sia in orario scolastico sia in orario extra-scolastico. L'attività svolta sarà prevalentemente di tipo destrutturato; si privilegeranno i "giochi di una volta".

Gli incontri si terranno nei giardini/cortili delle scuole e nelle palestre. Nel coinvolgimento delle classi interessate, si terrà conto della numerosità del gruppo e dello spazio che la scuola è in grado di mettere a disposizione. Il programma è un'ottima opportunità di integrazione tra bambini di varie nazionalità.

In caso di adesioni superiori ai posti disponibili, saranno applicati i seguenti criteri di priorità:

Per quanto riguarda i plessi scolastici, avranno la priorità le scuole che non hanno impianti sportivi facilmente raggiungibili; nel caso l'esubero riguardi il numero di bambini che fanno richiesta di inserimento nell'ambito del plesso scolastico, verrà data la precedenza ai bambini che non svolgono attività motoria in orario extrascolastico.

Gli anni scolastici 2019/2020 e 2020/2021 sono stati caratterizzati dalla pandemia e con le varie difficoltà da essa derivanti.

Informa a scuola è quindi diventato "**Informa a Casa**" e per quanto riguarda l'attività motoria è predisposta la piattaforma Informa @t home:

<https://www.comune.modena.it/servizi/ambiente/musa/progetti-per-le-scuole/informa-a-casa>  
tuttora disponibile, con possibilità di accesso a tutti.

#### **Orienteering (ATTIVITA' A PAGAMENTO – COSTI A CARICO DELLA SCUOLA).**

L'*orienteering* o sport dei boschi, consiste nell'effettuare un percorso predefinito caratterizzato da punti di controllo chiamati "lanterne" e con l'aiuto esclusivo di una bussola e di una cartina topografica molto dettagliata a scala ridotta che contiene particolari del luogo da percorrere. Spesso i luoghi di svolgimento sono i boschi ma possono anche essere utilizzati gli ambienti naturali in generale e si può gareggiare anche nei centri storici. Un percorso standard consiste nella partenza, punti di controllo indicati tramite cerchi (centrati nell'oggetto da trovare) uniti tra loro da linee immaginarie (dove ogni partecipante ricava il percorso da sé) e caratterizzati da numeri che indicano l'ordine di percorrenza, un punto d'arrivo.

In accordo con gli insegnanti e gli operatori della UISP gli incontri di *orienteering* riguarderanno le classi 5 per favorire percorsi destrutturati di attività attraverso il gioco all'aperto finalizzati ai processi di integrazione tra i bambini e genitori di diverse culture.

Il gioco sarà realizzato con la collaborazione degli operatori della UISP e coordinate da una Guida Ambientale Escursionista esperta nell'organizzazione di attività di questo tipo. Il teatro di azione sono i Parchi Cittadini. Solitamente un incontro ha una durata di 1.5-2 h, e coinvolge una classe (circa 25 alunni) alla volta. Per consentire lo svolgimento del gioco, i bambini saranno divisi in squadre alle quali verranno consegnate:

—una mappa del giardino - opportunamente elaborata per l'evento specifico con la segnalazione delle lanterne da cercare;

—una bussola per facilitarli nelle operazioni di gioco.

Il gioco si conclude con la premiazione della squadra che ha raggiunto il punteggio più alto.

### **Le Feste di Fine Anno.**

È tradizione, per le scuole primarie di Modena, che alla fine dell'anno si organizzi un momento ludico-ricreativo con il coinvolgimento delle famiglie per festeggiare la fine dell'anno scolastico trascorso. In occasione della Festa di Fine Anno, inoltre i bambini hanno occasione di esibire quanto appreso dai vari laboratori (creativi, musicali, artistici, sportivi) che hanno seguito durante l'anno. In accordo con gli insegnanti e i Comitati dei genitori, Informa a Scuola è presente anche alla festa con la proposizione di momenti di gioco che i bambini hanno avuto modo di perfezionare durante l'arco della primavera in occasione degli incontri settimanali.

In questa occasione Parmareggio mette a disposizione la merenda equilibrata.

Le merende dovranno essere ritirate a cura della scuola o dei comitati genitori nella sede, nelle date e negli orari che verranno comunicati da Parmareggio.

### **Le uscite con i genitori.**

Generalmente riguardano le iniziative della domenica che mirano al coinvolgimento della comunità cittadina o regionale. Si tratta di biciclettate, camminate, partecipazione a Fiere che promuovono il movimento per bambini. Queste occasioni servono anche a fare avvicinare i genitori stranieri all'offerta di iniziative e/o opportunità di svago che la Città offre loro.

### **Vado a scuola in modo sostenibile.**

I percorsi di mobilità sostenibile nascono con l'esigenza delle Città di incentivare lo spostamento delle persone attraverso l'utilizzo di mezzi che producono un basso impatto ambientale al fine di ridurre le congestioni del traffico e tutte le conseguenze derivate. Nel caso dei percorsi di "Vado a scuola in modo sostenibile" rimane fermo il principio del rispetto dell'ambiente con l'aggiunta che si favorisce il movimento fisico attraverso il camminare, così iniziando ad insegnare ai futuri automobilisti l'importanza dell'utilizzo dei mezzi sostenibili.

### **Educazione alimentare e sani stili di vita**

#### **Incontri con gli esperti sanitari.**

Il programma è rivolto ai genitori, con attenzione a quelli stranieri. In occasione di questi incontri, gli operatori sanitari (pediatri, alimentaristi, igienisti ecc.) illustrano ai genitori le regole più adatte perché i loro figli possano avere una crescita sana. Gli incontri sono anche finalizzati a eliminare i tanti luoghi comuni negativi che spesso interessano i modi di fare di alcune culture di minoranze.

Le attività possono rientrare nel percorso "Mangia giusto, muoviti con gusto"

#### **Materiale di supporto a scuola per la diffusione e incentivazione di stili di vita salutari.**

Gli specialisti dell'AUSL sono a disposizione per fornire materiale di supporto e informativo, sia su supporto didattico sia su supporto digitale.

Le attività possono rientrare nel percorso "Mangia giusto, muoviti con gusto"

### **Il Programma Merenda Sana.**

Questo intervento finora è stato curato da Cir-Food e prevede la distribuzione della merenda a base di frutta e yogurt per due settimane.

In caso di adesioni superiori ai posti disponibili, la merenda sana verrà distribuita alle prime cinque scuole che ne faranno richiesta

### **Diffusione dei risultati.**

Alla fine del programma sarà organizzato un momento formativo con genitori e insegnanti e operatori pubblici per diffondere i risultati raggiunti dal progetto e proporre il progetto come esempio di buona prassi a quanti lo richiederanno.



Info: MUSA, Multicentro Urbano  
Salute ed Ambiente.  
[musa@comune.modena.it](mailto:musa@comune.modena.it)