

# INFORMA A SCUOLA 2018



**Promozione del benessere e lotta a sovrappeso e obesità infantile attraverso l'attività ludico-motoria, percorsi casa/scuola a piedi o in bicicletta, sane abitudini alimentari quali una merenda equilibrata**

*Sono gli obiettivi del progetto Informa a Scuola, proposto agli Istituti Comprensivi di Modena da Comune di Modena, Rete Città Sane OMS, Azienda USL di Modena, UNIMORE Modena con la collaborazione di CIR FOOD, Parmareggio e Uisp*

**Il progetto si svolge a partire dal mese di febbraio 2018 fino alla fine dell'anno scolastico nelle scuole degli Istituti Comprensivi 1, 3, 4, 5, 8, 9, 10**

## Attività proposte dal Progetto **INFORMA** a scuola 2018

**Attività ludico-motoria** - Sei incontri, una volta alla settimana, nei mesi di aprile e maggio, con il personale qualificato di UISP per le classi a scelta, in orario extra-scolastico, nel cortile. Si privilegiano i giochi di una volta per insegnare ai bambini e alle bambine le tradizioni locali e il piacere di muoversi all'aria aperta.

**Merenda sana** - Nei mesi di aprile e maggio, una volta alla settimana, ci sarà la distribuzione a tutti i bambini e le bambine della merenda mattutina a base di frutta e yogurt, offerta da Cir Food (sei somministrazioni) per aumentare il consumo di frutta e di alimenti salutarissimi senza appesantire il pasto di mezzogiorno. Gli/Le insegnanti proporranno un'attività didattica sull'educazione alimentare.

**Walk/Bike to school** - Camminare e pedalare sono spesso i mezzi più sostenibili e comodi per andare a scuola in modo autonomo e con gli amici. I percorsi *Vado a scuola con gli amici/Pedibus* mettono insieme rispetto per l'ambiente e importanza del movimento fisico quotidiano, sono realizzati grazie alle Associazioni del territorio e ai Quartieri e si svolgono da ottobre, mese in cui cade la Giornata Mondiale *Walk to school*, fino alla fine dell'anno scolastico.

**Le Feste di Fine Anno** - È tradizione, per le scuole primarie di Modena, organizzare alla fine dell'anno un momento ludico-ricreativo insieme alle famiglie. In accordo con insegnanti e Comitati genitori, Informa a Scuola è presente anche alla festa con la merenda sana offerta da Parmareggio.

**Incontri con gli esperti sanitari** per insegnanti. L'Azienda USL di Modena ha predisposto il materiale ludico/informativo che sarà utilizzato in classe e negli incontri con i genitori sul tema di una crescita sana.

**Questionario sulle abitudini alimentari e motorie:** questionario di monitoraggio curato dall'Università di Modena e Reggio Emilia, in collaborazione con Azienda USL di Modena, per valutare l'efficacia degli interventi e diffonderne l'applicazione.



INFO: [www.comune.modena.it/cittasane](http://www.comune.modena.it/cittasane)  
musa@comune.modena.it - tel 059/2032390 - fax 059/2033815

