

Il percorso formativo del Sian coinvolge gli insegnanti Fism per formare i bambini ad assumere uno stile di vita corretto «È tempo di metterci in gioco con creatività»

Educare la comunità alla vera condivisione

Per le dietiste l'alimentazione tocca una dimensione affettiva ed è al centro della progettazione

DI LARA VALENTI, SIMONA MIDILI E JENNY PINCA *

«C

he cosa hai mangiato a scuola oggi?». Questa è la prima domanda che molti alunni si sentono rivolgere dai propri genitori, alla fine della lunga giornata scolastica. Che il cibo sia tra i primi pensieri delle famiglie ormai è risaputo. Nella nostra cultura l'alimentazione ha una valenza radicata e sapere che il proprio figlio abbia mangiato acquisisce un significato più profondo, quasi emotivo ed affettivo, e questa domanda diviene quindi espressione di amore e protezione. Ma è proprio affidando alla scuola l'alimentazione dei bimbi che i genitori compiono un'azione di tutela della loro salute e del loro futuro. Infatti, la scuola rappresenta un luogo di promozione della salute, sia per il suo ruolo educativo intrinseco sia perché mediante la ristorazione scolastica veicola messaggi di sana alimentazione. Spesso si pensa che la ristorazione scolastica abbia come scopo quello di "sfamare" i bambini, ma in realtà il suo compito è quello di educare alla corretta alimentazione, ispirata al modello alimentare mediterraneo. Per questo motivo, i menù adottati dalle scuole di Modena e provincia sono validati dal Servizio di



Alunni della scuola d'infanzia attorno a un orto

igiene alimenti e nutrizione (Sian) dell'Azienda Utl di Modena, che ne verifica l'adeguatezza secondo i criteri indicati dalle Linee Guida regionali e nazionali. Il pranzo a scuola costituisce un pasto completo e bilanciato, in grado di soddisfare i fabbisogni nutrizionali di questa particolare utenza. Oltre alla valutazione nutrizionale viene controllata la qualità delle materie prime impiegate e gli standard igienico-sanitari del servizio di refezione. Dalla collaborazione, ormai decennale, tra Sian e Fism è nata la proposta di una formazione ad hoc per il personale di nidi e scuole dell'infanzia di tutto il territorio provinciale. Le tre

giornate formative teorico-pratiche, che si stanno svolgendo proprio in questi mesi, mirano a sviluppare competenze sulla promozione della salute attraverso l'alimentazione a scuola come occasione di sostenibilità, esperienza, conoscenza e benessere fondamentali per porre le basi di un corretto stile di vita per i bambini in età 0-6 anni. Le cuoche si stanno mettendo in gioco per imparare nuove e gustose ricette al fine di incrementare il consumo di verdura e frutta di stagione e di ampliare il consumo di legumi. Tutto il personale si impegna per rendere il pasto a scuola non solo un momento di nutrizione, ma anche di socializzazione,

convivialità, confronto e scoperta di sapori, culture e tradizioni. I bimbi a scuola hanno la possibilità di assaggiare alimenti nuovi e possono apprendere modelli comportamentali, osservando i propri compagni o gli insegnanti. Diviene quindi fondamentale la figura dell'insegnante come motivatore all'assaggio e come esempio di scelte alimentari salutari e la formazione delle varie figure professionali che si occupano di questo importante momento è fondamentale. L'intero percorso formativo e la documentazione sarà consultabile, a fine percorso, sul sito della Fism e del Sian.

* dietiste Sian

I PROGETTI



Alunni della scuola d'infanzia maraspiano gli alimenti mentre scoprono il valore di un'alimentazione sana

Le buone abitudini? Subito dai primi anni

DI GABRIELLA FERRARI *

D

a anni il Servizio igiene degli alimenti e della nutrizione (Sian) propone alle scuole del territorio il progetto e il relativo concorso a premi "Mangia Giusto Muoviti con Gusto". Sono cinquanta le scuole che vi hanno partecipato nell'anno scolastico 2022-23 e lo scorso 9 novembre sono state premiate le prime classificate, tra cui ben tre scuole Fism nei primi quattro posti per la categoria riguardante le scuole dell'infanzia. L'asilo di Vignola è stato il quarto classificato, con il progetto "Mangia bene e divertiti giocando". Il Sacro Cuore di Finale Emilia è arrivato secondo con il progetto "Orto del cuore". San Giovanni Battista di Baggiovara è stato il primo classificato con il progetto "Mai sazi di crescere" premiato per la sua qualità, completezza, multidisciplinarietà e l'impegno della comunità educativa. Le insegnanti, dopo una attenta osservazione dei bambini e partendo dagli interessi dimostrati nei primi mesi di scuola, hanno ideato e sviluppato il progetto. La sua finalità: rispondere alle curiosità degli alunni illustrando loro i principi di una alimentazione sana e genuina. Un'esigenza da sempre riconosciuta dalla comunità educativa, che punta sull'acquisizione di buone abitudini già in tenera età. Il progetto ha altresì favorito e ampliato la conoscenza di bambini e famiglie attorno a una sana alimentazione che tenga conto della sostenibilità della produzione alimentare nel rispetto di una dieta mediterranea. "Mai sazi di crescere" è stato un percorso comune, che ha coinvolto anche le famiglie, la cui piena partecipazione è essenziale per rendere coerente e continuativa l'azione educativa. Il progetto è stato articolato in cinque fasi ed ha coinvolto varie aree di sviluppo e degli apprendimenti: il corpo, il cibo, le cose buone che fanno bene, come stare a tavola, dalla terra alla tavola con la cura dell'orto della scuola. Durante il percorso sono stati coinvolti diverse professioniste, tra cui: Lara Valentini, Simona Midili e Jenny Pinca, dietiste dell'ist. oltre a Federica Galassini, dentista dell'età infantile. Le ricadute del progetto sono state molto positive: ancora oggi, a distanza di alcuni mesi, i bambini e le famiglie raccontano e condividono saperi riguardanti le esperienze svolte. Si diffondono così sani stili di vita e si contribuisce a vivere e a diffondere una cultura di una buona e sana alimentazione.

* coordinatrice interna della scuola d'infanzia San Giovanni Battista di Baggiovara