

## **ATTIVAMENTE SANI: OSPITALITA' MEDITERRANEA**

Francesca Zampano (a), Onofrio Mongelli (a), Maria Giovanna Rosa (a), Roberto Carlà (b), Pina Pacella (c), Giacomo Stingi (c), Francesco Vino (c), Pasquale Fina (c).

- (a) Regione Puglia – Promozione della Salute e del Benessere
- (a) Regione Puglia – Servizio Sicurezza Alimentare e Sanità Veterinaria
- (a) Regione Puglia – A.P. Igiene degli Alimenti e della Nutrizione.
- (b) SIAN Asl Lecce area nord
- (c) Gruppo di lavoro regionale

Introduzione: I dati recenti dell'OMS, presentati con il Rapporto ECHO 2016, sottolineano l'aumento dell'obesità in età evolutiva responsabili in età adulta di patologie croniche. Il rapporto Echo propone una serie di raccomandazioni per i governi volte ad invertire la tendenza crescente dell'obesità e del sovrappeso nei bambini a livello globale. A tal proposito sono stati definiti alcuni Progetti Regionali aventi come setting la Scuola, tra questi il più recente è il Programma AttivaMente Sani che si compone di 3 progettualità: 1. La Scuola AttivaMente promuove e progetta Salute; 2. Ospitalità Mediterranea 3. Attivamente Sani a scuola. Tale programma prevede la metodica in cui il medico e la dietista del S.I.A.N. formano gli insegnanti che a loro volta promuovono il cambiamento dello stile di vita degli alunni coinvolgendo attivamente le famiglie. In tale sede, del Programma AttivaMente Sani, viene presentato un solo progetto: Ospitalità Mediterranea.

Obiettivi generale: Favorire l'adozione di stili di vita salutari e promuovere il potenziamento dei fattori di protezione (life skill, empowerment) nella popolazione scolastica.

Ospitalità Mediterranea è un progetto rivolto agli alunni della scuola primaria e della scuola secondaria di I grado con il coinvolgimento attivo delle famiglie. Il progetto si sviluppa in 5 fasi, ciascuna fase caratterizzata da approfondimenti dei temi attraverso diverse metodologie (brainstorming, approfondimento, approccio autobiografico, discussione, condivisione) che permettono di declinare praticamente i presupposti teorici. I bambini/ragazzi attraverso un percorso esperienziale ed esplorativo di apprendimento in classe sono coinvolti nella progettazione a casa, aiutati dalla famiglia, di una giornata di ospitalità di un coetaneo, o di una brochure che promuova l'accoglienza nel territorio di appartenenza, mettendo in risalto lo stile di vita MEDITERRANEO e le sue caratteristiche attraverso: a) la predisposizione dei pasti per l'intera giornata; b) l'organizzazione di momenti di svago per l'ospite (escursioni, visite ai monumenti, passeggiate, giochi all'aria aperta, ecc.). Attraverso le esperienze significative passate, gli approfondimenti in classe con gli insegnanti, ed il coinvolgimento attivo della famiglia, il bambino elabora a casa la sua "proposta ideale". I familiari lo aiuteranno a scegliere i piatti tipici della tradizione locale da inserire nel menù, ad individuare gli ingredienti e sperimentare le ricette (percorso accompagnato da testimonianza fotografica) e a fornire ogni eventuale altra informazione attinente (eventuale storia, aneddoto, proverbio o valore simbolico del piatto scelto). Inoltre la famiglia aiuterà ad individuare i percorsi, le visite ai monumenti, le escursioni, accompagnando il bambino in un sopralluogo che servirà a tracciare una mappa del percorso individuato, descrivendone le caratteristiche territoriali o storiche con testimonianza fotografica. La fase successiva prevede il confronto in classe, delle singole esperienze sviluppate in famiglia, con la condivisione dei lavori individuali, realizzando una singola proposta. Quindi da ogni singolo lavoro dei bambini, sarà stilato un unico progetto di classe con la finalità di offrire la migliore "ospitalità mediterranea". A fine anno sarà premiata la classe che avrà ideato il miglior progetto di "ospitalità mediterranea" che si avvicinerà di più ai principi dello stile di vita e della "dieta mediterranea". Infine la proposta migliore potrà essere „interpretata“, in una giornata di festa a Scuola in cui i bambini insieme ai genitori potranno realizzare alcuni piatti del menù e percorrere l'itinerario turistico. In alternativa le ricette dei piatti tipici e gli itinerari costituiranno una guida turistica.