

**LICEO CLASSICO “E. DUNI”  
MATERA**

**a.s. 2007 - 2008**

**“ FRUTTA SNACK : PROVA A MANGIAR SANO ! “**

**Ambito:** Educazione alla Salute

**Programma:** “Guadagnare salute”(Ministero della Salute e Ministero dell’Istruzione)

**Progetto:**”Frutta snack: Prova a mangiar sano!”

**Analisi dei bisogni:**

La presente proposta nasce dall’esigenza di rendere più facili le scelte salutari e modificare comportamenti inadeguati che favoriscono l’insorgere di malattie degenerative. La necessità di occuparsi delle scelte alimentari dei nostri allievi deriva da considerazioni di carattere generale relative all’aumento di disturbi legati all’alimentazione nell’età adolescenziale e dall’osservazione diretta e quotidiana di consumi di cibo scorretti e disordinati. I comportamenti nocivi creano malattie che pesano sui sistemi sanitari e sociali, ma le loro cause sono al di fuori di questi ultimi.

**Finalità:**

Promuovere una cultura alimentare fondata sui principi del vivere sano, del rispetto ambientale, della qualità, della scoperta della propria identità individuale e collettiva.

**Obiettivi:**

- . Promuovere comportamenti salutari alimentari
- . Modificare comportamenti inadeguati
- . Sostenere il consumo di frutta e verdura

**Destinatari:**

- . Alunni del Liceo Classico di Matera
- . Personale docente e non-docente dello stesso Istituto

**Ipotesi di intersectorialità:**

- . Scuola
- . ASL
- . Regione, Provincia, Comune
- . Privati ( Produttori, Distributori, Gestori, Esercenti)
- . Altri (Associazioni di categoria, Associazioni)

## **Strategie di intervento:**

### **. Campagna informativa per aumentare la consapevolezza:**

Incontri dei gruppi-classe con esperti provenienti dal settore scientifico, medico-sanitario, agro-alimentare.

. **Allocazione** nell'atrio dell'Istituto di una fonte di distribuzione di spuntini a base di frutta di stagione, vegetali, spremute di agrumi, latte, yogurt e cereali, ampliando l'opportunità di scelta, provenienti da agricoltura biologica.

. **Monitoraggio sistematico** delle scelte e degli scarti per comprendere quali sono i cibi meno graditi e attivare interventi per invogliare i giovani a consumare tutti gli alimenti programmati.

### **Tempi:**

mese novembre / dicembre

### **Fonti di finanziamento attivabili:**

- . Risorse pubbliche Locali (Comune, Provincia, Regione)
- . Risorse private

Matera, 18 settembre 2007

**Il Dirigente Scolastico**  
**Prof.ssa M.C. Santoro**

**L'insegnante**  
**Prof.ssa R.L. Pomarici**