

## **TITOLO DEL PROGETTO: LA SCUOLA DELLA PREVENZIONE**

### **ANALISI dei BISOGNI**

Compito istituzionale della Lega Italiana per la Lotta Contro i Tumori (LILT) è la PREVENZIONE, considerata nelle sue tre valenze: PRIMARIA, SECONDARIA e TERZIARIA.

La Prevenzione Secondaria e la Prevenzione Terziaria riguardano le attività di diagnosi precoce, cura e riabilitazione della persona in fase conclamata di malattia e sono garantite dall'Associazione attraverso l'attivazione di borse di studio rivolte a medici e ad altri operatori sanitari così da potenziare i servizi già offerti dalle Aziende USL.

Il progetto nasce dall'esigenza di ampliare ed integrare queste attività e di consentire alla Lega Tumori di Forlì-Cesena di intervenire direttamente sugli individui, fin dall'infanzia, attraverso un programma di Promozione della Salute che partendo dalla concezione di **salute** come **benessere bio-psico-sociale** persegue lo scopo di stimolare nei bambini la capacità di aumentare il controllo sulla propria salute per migliorarla. Come viene indicato dalla Organizzazione Mondiale della Sanità nella "Carta di Ottawa" del 1986: "per raggiungere uno stato di completo benessere fisico, mentale e sociale, un individuo deve essere capace di identificare e realizzare le proprie aspirazioni, di soddisfare i bisogni e di cambiare l'ambiente circostante."

I bambini mangiano troppo e male. Da recenti statistiche pubblicate dal Ministero della Salute si evince che 15 ragazzini su 100, in un'età critica come quella tra i 6 ed i 14 anni sono obesi. Non solo, il 30% dei bambini obesi già soffre di malattie che un tempo colpivano solo gli adulti come ad esempio l'ipertensione ed il colesterolo alto. Siamo consapevoli che riuscire a far amare frutta e verdura ai bambini, convincerli a dosare dolci e grassi, invogliarli ad apprezzare la varietà dei cibi ed abituarli a non eccedere nelle quantità non sia un compito facile, ma siamo anche fermamente convinti si tratti di uno sforzo necessario per far nascere in loro una nuova cultura alimentare e per educarli a volersi bene cominciando dal rispetto del proprio corpo.

Siccome però partiamo da un concetto di benessere bio-psico-sociale, quindi che tenga conto della parte fisica, ma anche di quella mentale e sociale dell'individuo, il progetto prevede un lavoro sulla persona a tutto tondo, che tenga presente che, per "star bene", all'essere umano non basta essere fisicamente in salute, ma ha anche bisogno di amarsi e sentirsi amato, di rispettarci, di avere fiducia in sé e nelle proprie capacità e di instaurare e mantenere rapporti interpersonali soddisfacenti e gratificanti. Perciò riteniamo utile un lavoro, all'interno della classe, che possa permettere ai ragazzi una conoscenza più approfondita di sé e dell'altro, che vada al di là del lavoro curricolare, e che punti l'attenzione sulla valorizzazione di ciascuno e sul rispetto reciproco, al fine di offrire spunti utili per l'affermazione dell'identità e l'aumento dell'autostima del singolo, da una parte, e per il miglioramento delle dinamiche interpersonali, dall'altra.

Il progetto è rivolto alle scuole elementari della Provincia di Forlì-Cesena perché, nell'ambito territoriale in cui la nostra associazione opera avvertiamo l'esigenza di concentrare il nostro intervento su un target preciso (bambini dai 5 ai 10 anni) e perché riteniamo che la scuola sia un'agenzia educativa, ma anche un fondamentale punto di riferimento all'interno della comunità, soprattutto per i genitori e venga riconosciuta non solo come luogo di apprendimento e trasferimento di conoscenze ma anche di relazioni, processi decisionali, acquisizione di valori e comportamenti.

## **OBIETTIVI GENERALI E SPECIFICI**

### 1. Promuovere una cultura alimentare corretta che diventi stile di vita

- Favorire nei bambini la comprensione dell'importanza di una dieta variata ricca di frutta e verdura
- Stimolare i bambini a compiere scelte alimentari più consapevoli, aiutandoli a prendere coscienza di eventuali condizionamenti esterni (messaggi pubblicitari)
- Rendere i bambini portatori di messaggi sulla cultura alimentare all'interno delle loro famiglie tramite un processo di "contaminazione educativa"

2. Imparare a rispettare gli altri e considerare la diversità come una potenziale risorsa

- permettere ai ragazzi di osservare come tutti utilizziamo forme di pensiero basate su stereotipi e pregiudizi
- offrire spunti utili per l'affermazione dell'identità e l'aumento dell'autostima del singolo bambino e per il miglioramento delle dinamiche interpersonali all'interno del gruppo classe
- Partendo dalle abitudini alimentari, riconoscere, accettare e valorizzare le diversità proprie e altrui
- Acquisire un atteggiamento aperto e curioso nei confronti delle altre culture

3. Sviluppare una maggiore consapevolezza delle proprie percezioni corporee e delle proprie emozioni stimolando il desiderio di "star bene con il proprio corpo":

- Conoscere i meccanismi di fame e sazietà e sottoporli alla propria attenzione;
- Saper prestare ascolto alla sensazione di sazietà, differenziandola dalla golosità;
- Conoscere le conseguenze negative di comportamenti alimentari scorretti.

4. Far partecipi le famiglie del percorso educativo messo in atto per rendere più incisiva l'attività di promozione del benessere fisico, mentale e sociale rivolta ai bambini.

## **AZIONI, TEMPI e METODOLOGIE ADOTTATE**

### **AZIONE 1: PROMOZIONE e COORDINAMENTO del PROGETTO**

Il Progetto prevede un'azione promozionale e di condivisione presso le Scuole Elementari della provincia di Forlì-Cesena. Ciò avverrà tramite la predisposizione di materiale cartaceo che verrà spedito a tutte le scuole del territorio tramite posta. L'elaborazione del materiale e la successiva spedizione si svolgerà nel periodo di agosto-settembre 2007.

Verrà quindi attivato uno sportello telefonico presso il quale le insegnanti referenti delle scuole interessate, potranno ottenere maggiori informazioni e prendere accordi per l'attivazione del percorso. Lo sportello rimarrà aperto per tutta la durata del progetto (settembre 2007 – maggio 2008) per permettere un costante supporto sia per la fase di promozione, che durante la gestione vera e propria dei percorsi.

## **AZIONE 2: PERCORSI EDUCATIVI**

Saranno proposte 2 diverse tipologie di percorsi educativi alle classi delle scuole elementari di Forlì e Cesena che si svolgeranno nel corso dell'intero anno scolastico, da ottobre 2007 a giugno 2008.

Ciascun percorso avrà durata complessiva di 6/8 ore, secondo un programma da concordare con i docenti delle classi coinvolte.

Percorso 1: Una prima fase del lavoro permetterà ai bambini di familiarizzare con la tematica dell'alimentazione, di confrontarsi rispetto a gusti e abitudini, di conoscere le principali suddivisioni dei cibi e le loro caratteristiche nutrizionali.

La seconda fase sarà costituita da un percorso-laboratorio, scelto dagli insegnanti, sulla base di interessi e disponibilità all'approfondimento, che prevede due alternative:

- a) Riconoscimento della **valenza** non solo nutritiva del cibo ma anche di quella **psicologico-sociale** approfondendo le motivazioni e le sensazioni legate alla scelta e al consumo dei cibi
- b) Analisi dell'influenza dei **messaggi pubblicitari** sulle proprie consuetudini alimentari e realizzazione in classe di spot pubblicitari, che promuovano una "corretta alimentazione".

La terza fase riguarderà la realizzazione in classe di spot pubblicitari che promuovano una corretta alimentazione.

Seguirà un incontro finale con i ragazzi ed i loro genitori dove verranno presentati i prodotti realizzati. Medici dell'AUSL di Forlì e Cesena terranno una relazione sull'importanza di una corretta alimentazione.

Percorso 2: Il lavoro in classe prevede una serie di attivazioni che consentono ai bambini di **conoscere se stessi e gli altri** in un'atmosfera di sospensione del giudizio. Per far questo si affronterà una riflessione sul pregiudizio, forma di pensiero che ostacola una reale conoscenza dell'altro. I bambini verranno stimolati al dialogo e al confronto per analizzare e migliorare le dinamiche interpersonali all'interno del gruppo classe.

I percorsi saranno condotti da una psicologa, con la collaborazione dei volontari e operatori della LILT.

Verrà utilizzata una metodologia interattiva, che faciliti il dialogo e il confronto e che porti al riconoscimento e all'accettazione della **diversità**. La parte laboratoriale prevede l'attivazione e la concreta partecipazione di tutti i bambini, in modo da consentire a ciascuno di essere protagonista e di riflettere su esperienze concrete e condivise.

## **RISULTATI ATTESI**

- Indurre nei bambini cambiamenti alimentari anche piccoli e modesti.
- Portare nelle famiglie messaggi corretti in tema di salute.
- Innescare nei bambini lo sviluppo di capacità critiche che li portino a compiere scelte più consapevoli.
- Miglioramento delle dinamiche del gruppo classe.
- Capacità dei bambini di valorizzare le differenze intra e interindividuali.