

DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE
U.O. Igiene degli Alimenti e della Nutrizione
Via P.Petrone - 85100 Potenza - Tel. – Fax 0971 310321
e-mail:sian.asl2pz@rete.basilicata.it

AREA DI INTERVENTO

**EDUCAZIONE SANITARIA DA
ATTUARE NELLE SCUOLE**

TITOLO **PROGETTO SPERIMENTALE DI EDUCAZIONE ALLA SALUTE:
CONOSCERE GLI ALIMENTI ATTRAVERSO I 5 SENSI**
(ANALISI SENSORIALE)

DESCRIZIONE SINTETICA
DEL PROGETTO:

La Asl n.2” Potenza - Dipartimento di Prevenzione U.O. Igiene degli Alimenti e della Nutrizione - propone per l’anno scolastico 2008- 2009 un progetto formativo rivolto agli alunni delle II elementari articolato in ore di lezioni in aula e una fase sperimentale con la degustazione degli alimenti attraverso un’analisi sensoriale.

DESTINATARI

Alunni delle scuole elementari (II° elementare); Data la complessità dell’articolazione e dell’esecuzione del progetto esso sarà effettuato in un solo istituto scolastico nella città di Potenza per un massimo di 3 classi

OBIETTIVI

E’ ormai noto che i bambini consumano sempre meno quantità di frutta e verdura.. L’intento di questo progetto è quello di stimolare la curiosità verso alimenti nuovi, ed in particolare verso la frutta e la verdura **facendone apprezzare il sapore attraverso l’analisi sensoriale.**
Nell’età adulta le abitudini alimentari acquisite durante il lungo percorso dell’accrescimento si modificano difficilmente, da qui l’importanza di cercare di condizionare positivamente le scelte alimentari già dalla prima infanzia, seppure cambiare le abitudini alimentari dei bambini e delle famiglie è notoriamente faticoso.

MODALITA' DI ATTUAZIONE

Il progetto prevede più fasi:

Incontro con i genitori delle classi che aderiscono al progetto, verranno trattati i seguenti argomenti:

- La situazione in Basilicata dell'andamento dell'obesità nei bambini, con riferimento a quella Nazionale
- Linee guida su una Sana Alimentazione ed uno Stile di Vita salutare
- L'importanza nutrizionale della frutta e della verdura;
- Strategie utili per invogliare il consumo di alimenti che il bambino non gradisce
- Presentazione del progetto e compilazione del consenso informato

Incontro con gli alunni: prevede tre fasi:

1. Lezioni in aula

L'importanza a tavola dei 5 colori della vita.

2. Fase sperimentale:

Distinzione dei sapori principali: Amaro, Dolce, Salato, Acido.

Degustazione della frutta e della verdura utilizzando i 5 sensi

3. Lavoro di gruppo in classe