

**ISTITUTO SCOLASTICO PARITARIO
"DINO ZAMBRA"**

**PROGETTO
"IL LABORATORIO DELLA SALUTE"**

A.S. 2023/2024

Il progetto “**Il laboratorio della salute**” nasce per informare e dialogare con i bambini su temi sanitari quotidiani e le loro criticità come mezzo indispensabile per favorire e generare prevenzione, attraverso una didattica semplice e professionale.

Alla scuola, luogo deputato alla formazione dei bambini e dei giovani, è richiesto, infatti, un nuovo e maggiore impegno nella promozione della salute, nel quadro di una azione intersettoriale che veda una partnership sempre più stretta ed efficace fra mondo della scuola e mondo della prevenzione e promozione della salute.

Per fornire ai bambini e ai ragazzi le competenze necessarie per una crescita libera, ma anche l'opportunità di sperimentare e mantenere comportamenti salutari, è necessaria una vera e propria alleanza con il mondo della scuola.

Il progetto “**Il laboratorio della salute**” si propone di trattare alcuni aspetti relativi al benessere generale della persona, come

- Educazione al benessere degli occhi
- Educazione alla salute orale
- Educazione alimentare
- Intolleranze alimentari

L'attività sarà espletata attraverso la proiezione di power point e l'illustrazione di nozioni scientifiche con metodologia adatta alla età dei bambini.

Il progetto si avvale di professionisti e medici qualificati

EDUCAZIONE AL BENESSERE DEGLI OCCHI

L'educazione al benessere degli occhi coinvolge i bambini in un percorso che rientra nella finalità di educare a corretti stili di vita, a partire dalla scuola dell'infanzia.

Gli occhi raccolgono informazioni provenienti dall'esterno, per smistarle al cervello. Sono un organo altamente sofisticato e delicato allo stesso tempo; riescono a gestire centinaia di migliaia di informazioni al secondo, per permettere al cervello di calcolare e valutare in tempo reale eventuali situazioni di pericolo o comfort. Gli occhi sono in un certo senso i nostri autovelox: non conta la velocità a cui passano le informazioni, essi sapranno come catturarle con fotogrammi.

Obiettivo di questi incontri è cercare di sensibilizzare ed educare i bambini alla prevenzione, cura e conseguente salute di questo organo tanto importante per ognuno.

EDUCAZIONE ALLA SALUTE ORALE

Le patologie del cavo orale, associate in molti casi a scarsa igiene, ad una alimentazione non corretta, a stili di vita non salutarî influiscono negativamente sulla qualità di vita di ciascun individuo, intervenendo, altresì, su importanti aspetti relazionali e di autostima.

L'ottica preventiva porta a focalizzare gli interventi nell'età evolutiva, perché i dati scientifici evidenziano come nei primi anni di vita le azioni di promozione della salute orale consentono l'instaurarsi di abitudini personali durature nel tempo.

EDUCAZIONE ALIMENTARE

L' Educazione alimentare nella scuola è uno dei pilastri su cui poggia l'educazione alla salute. E' di fondamentale importanza, infatti, che si acquisiscano corrette abitudini alimentari sin dalla prima infanzia; è nell'infanzia, infatti, che si compiono le prime e decisive esperienze formative sia nella direzione dello "star bene con se stessi e con gli altri" sia nella determinazione di stili di vita e modelli comportamentali.

Ciò significa che educare il bambino ad un positivo approccio con il cibo mediante gli strumenti didattici "preventivi" della scuola per l'infanzia getta le basi per un futuro stile di vita mirato al benessere fisico, psichico e sociale.

Il progetto vuole consentire al bambino di allargare le proprie abitudini alimentari, di sperimentare nuove conoscenze che lo avviano ad una corretta ed equilibrata alimentazione, di promuovere l'assunzione di positive abitudini igienico-sanitarie ed alimentari sin dalla tenera età.

INTOLLERANZE ALIMENTARI

Un capitolo particolare dell'educazione alimentare riguarda il problema delle intolleranze e delle allergie alimentari, che si stanno sviluppando sempre più nella nostra società, creando non pochi problemi alle famiglie.

Si affronteranno tematiche generali relative al benessere dell'organismo e all'acquisizione di buone abitudini che possano condurre a sviluppare uno stile di vita salutare. Far acquisire consapevolezza di questi aspetti e di queste tematiche già da queste prime fasi di vita è fondamentale per rendere questi comportamenti naturali e spontanei fin dall'infanzia

Nel corso dell'anno scolastico si potranno aggiungere, modificare o approfondire eventuali incontri e tematiche in base sia alla disponibilità dei professionisti sia all'interesse mostrato dai bambini.