

Dammi il 5! a scuola

Una grande festa alla Città del Gusto del Gambero Rosso conclude il progetto di educazione al consumo di frutta e verdura fresca nelle scuole.

Dammi il 5! a scuola, il progetto didattico che per tutta la seconda metà del mese di marzo ha promosso il consumo di frutta e verdura fresca entrando nelle scuole elementari di Roma, avrà il suo momento conclusivo in una grande festa che si terrà il 31 marzo, dalle ore 10 alle 14, alla Città del Gusto del Gambero Rosso a Roma. La festa sarà rivolta ai circa 800 bambini e ai loro insegnanti delle 19 scuole capitoline che hanno partecipato alle lezioni-gioco sul principio dei 5 colori del benessere, ovvero sull'importanza di consumare ogni giorno 5 porzioni di frutta e ortaggi di 5 colori diversi (rosso, bianco, verde, blu/viola e giallo/arancio). In particolare, durante la festa sono previsti momenti di animazione, alternati a momenti con finalità didattiche in cui un esperto di nutrizione, Amleto D'Amicis, primo ricercatore dell'INRAN (Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione) risponderà ai quesiti dei bambini.

Ma qual è il consumo di frutta e verdura fresca da parte dei bambini romani? Relativamente agli 800 alunni coinvolti, emergono abitudini alimentari non ancora ben bilanciate. Il 90% degli insegnanti che hanno partecipato al progetto ritiene infatti che i propri alunni non mangino frutta e verdura a sufficienza. In particolare la frutta raramente viene consumata quale merenda nelle ore scolastiche, a favore di pizza e merendine confezionate. In questo modo si perde una sana e preziosa occasione di consumo e si assecondano abitudini alimentari errate.

Ed è proprio per questo motivo che il progetto "Dammi il 5! a scuola" è stato considerato dalle insegnanti utile ed efficace. "I bambini hanno risposto in maniera entusiastica – spiega la maestra Maria Rita Panzarella della scuola elementare Franchetti. – Da parte nostra, noi insegnanti abbiamo aderito con interesse a questa iniziativa, perché è riuscita attraverso le lezioni-gioco a divertire, a coinvolgere attivamente gli alunni e a stimolare la loro creatività. Solitamente siamo solo noi insegnanti e genitori a parlare ai ragazzi di buona alimentazione, ma spesso non è sufficiente".

Sui tempi dedicati all'educazione alimentare in classe l'80% degli insegnanti ha risposto di affrontare l'argomento in media una volta a settimana, mentre il 20% una volta al mese. Da qui l'esigenza e l'importanza di aderire ai progetti di educazione alimentare in maniera sistematica. "Molti degli interventi pianificati fino a oggi – afferma la maestra Pierina Macci dell'Istituto Garibaldi – si sono contraddistinti per la

disomogeneità. Inoltre è spesso mancato un coordinamento tra i vari soggetti titolari di competenze e portatori di interessi pertinenti all'obiettivo della salute." Dammi il 5! a scuola rientra nella campagna triennale di comunicazione "Nutritevi dei colori della vita" promossa da Unaproa (Unione Nazionale tra le Organizzazioni di Produttori Ortofrutticoli Agrumari e di Frutta in guscio), con il sostegno della Comunità Europea.

La campagna, indirizzata alle giovani famiglie e ai bambini, in questo caso si rivolge ai più piccoli per educarli ad una alimentazione ricca di frutta e ortaggi freschi che forniscono sostanze preziose per la loro funzione nutritiva e protettiva dell'organismo.

L'iniziativa nelle scuole segue le precedenti azioni progettuali rivolte ai più piccoli ai quali è dedicata anche un'apposita sezione sul sito www.unaproa.com/icoloridellavita. Qui la mascotte Gian 5 colori, sotto forma di gioco e in linea con il progetto didattico, guida i bambini nell'apprendimento dei 5 colori della vita e delle proprietà di frutta e verdura fresca. In questi giorni, in concomitanza con il progetto nelle scuole, la campagna "Nutritevi dei colori della vita" sta raggiungendo i più giovani anche attraverso spazi dedicati in alcune trasmissioni televisive di grande richiamo come il GT Ragazzi, Geo&Geo e la Melevisione.

tuttoscuola.com
giovedì 30 marzo 2006