

PROXIMA

PROGETTO I TECH CARE- MI PRENDO
CURA

dalla scuola dell'infanzia alla scuola
primaria

Mi prendo cura (I tech care) è un programma di educazione alimentare progressivo, inter-disciplinare, collegato alle linee guida per l'educazione alimentare nella scuola italiana (protocollo n: 0007835 del 14/10/2011) e soprattutto capace di far passare i bambini dal virtuale all'esperienziale, favorendo/ valorizzando la relazione con gli adulti di riferimento e rinforzando la collaborazione scuola/famiglia.

Attraverso materiali didattici che propongono ai bambini delle attività ludiche e gioiose, ad esempio il compito di prendersi cura di un piccolo alieno, alimentandolo con cibi sani), si fanno transitare in maniera piacevole ed efficace dei messaggi educativi fondati su evidenze scientifiche consolidate (come ad esempio la necessità di fare la prima colazione o di mangiare più frutta e verdura, le famose 5 porzioni).

Il progetto Mi prendo cura, realizzato dall'Associazione di promozione sociale ProXXIma, con il contributo di Fondazione Cariplo e dell'otto per mille di Chiesa Valdese, in collaborazione con Asl Milano **propone, ai docenti, modelli per l'azione ritenuti idonei dagli stessi addetti ai lavori** (in particolare dall'ex Ministro dell'Istruzione Profumo, e dall'Assessore all'Educazione e Istruzione del Comune di Milano, Francesco Cappelli che, il 23 giugno 2014, l'ha definito, un esempio di best practice), **perché si avvalgono di attività culturalmente rilevanti, piacevoli e partecipative che permettono davvero di nutrire la conoscenza alimentare** (e non solo) **di piccoli e grandi.**



Mi prendo cura rappresenta la declinazione digitale di esperienze esemplari e positive, sperimentate con successo dal 2004 al 2011, in Lombardia e in Umbria (progetto DECIDI, sezione PROGETTI www.proxima.it), nella promozione di stili di vita salutari.

La principale innovazione consiste nell'aver messo a punto **un programma di educazione alimentare capace di far passare i bambini dal virtuale all'esperienziale**, favorendo/valorizzando la relazione con gli adulti di riferimento e rinforzando la sinergia scuola-famiglia.

Il ricorso alle nuove tecnologie e la creazione del sito multimediale www.miprendocura.it, inoltre, **moltiplicano le opportunità per il cambiamento dei comportamenti alimentari nei bambini tra i cinque anni e ½ e gli 11 anni e negli adulti di riferimento.**



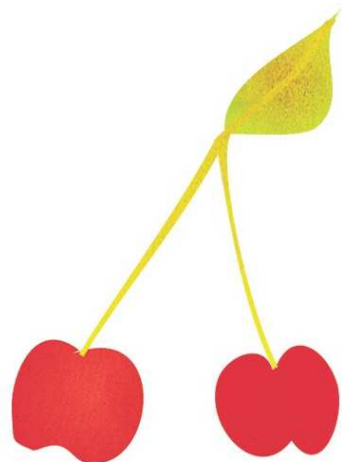
ANALISI DEL CONTESTO mondiale e Nazionale

Nel mondo un miliardo di persone si nutre poco e in modo inadeguato, un miliardo e mezzo mangia troppo e male.

Dal 2008 ad oggi, diminuiscono leggermente i bambini di 8-9 anni in sovrappeso e quelli obesi, ma **l'Italia resta ai primi posti d'Europa per l'eccesso ponderale infantile** (Sistema di sorveglianza "OKKIO alla SALUTE" 2012).

L'educazione alimentare resta cruciale.

Sovrappeso, obesità e stili di vita non salutari rappresentano una sfida rilevante per la sanità pubblica, la loro diffusione tra i bambini è preoccupante in quanto predittori di future condizioni di salute sfavorevoli, considerando l'attuale quadro epidemiologico caratterizzato dall'alta prevalenza delle malattie cronic-degenerative. **Per ridurre le disuguaglianze e i costi sanitari e sociali, ProXXIma ha creato il sito multimediale www.miprendocura.it, capace di raggiungere adulti e bambini e, con il sostegno di Enti locali e partner privati, di formare permanentemente i docenti.**



Il progetto **I tech care-Mi prendo cura** impatta su un grandissimo numero di interlocutori (bambini e adulti) e di scuole poste in Comuni e Regioni diverse. La possibilità di accedere, solo tramite password alla sezione FORMAZIONE (opportunità riservata, nell'anno scolastico 2014/2015, solo alle scuole di Milano, in vista della preparazione ad Expo'2015), offre ai docenti **percorsi adeguati all'età, validati scientificamente e con un approccio innovativo** (grazie alla possibilità di passare dal virtuale all'esperienziale).

COME I RISULTATI SI MANTENGONO NEL TEMPO

Le comunità scolastiche che aderiscono ad **Mi prendo cura** ottengono cambiamenti quali:

- l'adozione di merende sane (in particolare frutta di stagione);
- la valorizzazione del consumo pasti presso la mensa scolastica (meno spreco di cibo, tempi di masticazione distesi);
- la attuazione di percorsi di apprendimento significativi per la cultura e l'identità alimentare.

I risultati si mantengono nel tempo grazie a:

- **la possibilità di replicare a casa, con i propri familiari, ciò che i bambini imparano a scuola** (percorso *Adotta...un alieno!*);
- **la possibilità**, per i docenti, **di proseguire l'educazione alimentare** in modo interdisciplinare, **dalla prima alla quinta**.
- Infine, **la relazione mediata dalla tecnologia consente la scelta al cittadino ma si apre anche alla sua proposta. Si moltiplicano in questo modo le opportunità per costruire ed educare alla salute**, e la dimensione locale rimane al centro di un monitoraggio continuativo, possibile anche grazie alla realizzazione di una rete virtuale.

PROXIMA

UN ESEMPIO DI PERCORSO

ProXXIma presenta:

Verso Expo' 2015

Percorso: Adotta un ...alieno! (per classi terze e quarte)





NUTRIRE LA CONOSCENZA (FEEDING KNOWLEDGE), in vista di Expo' 2015

Un'astronave spaziale viaggia per la Galassia. All'improvviso, proprio sopra alla città di Milano, sgancia una capsula contenente un bebè alieno. Gli adulti presenti in quel momento in Piazza del Duomo, non sembrano accorgersi di nulla. Sarà Tommaso, un bambino di 7 anni, a raccogliere la capsula e a ricevere il seguente messaggio:

- *Davanti ai tuoi occhi c'è uno dei nostri bambini, ti chiediamo di prendertene cura. Il Pianeta Crash sta morendo, non c'è più cibo, né acqua, l'unica speranza sei tu! Sarai capace di alimentarlo? Lo educerai ad una sana alimentazione? Accetti la sfida?*

Tommaso accetta la sfida e, insieme a sua sorella Lucia, comincia ad "allevare" il piccolo alieno che, posto di fronte a nuovi cibi, viene fatto partecipe della sua alimentazione e coinvolto nella preparazione di cibi adatti.

È il percorso del *responsive feeding*, così come lo si chiama oggi, che Tommaso e Lucia compiono con il piccolo ospite. Ma il bebè alieno fa di più: contagia i suoi piccoli genitori/allevatori verso i suoi gusti e le sue curiosità: toccando, partecipando, gustando, nutrendo così la sua conoscenza e la loro (feeding knowledge).



APPROCCIO UTILIZZATO

olistico e creativo, interdisciplinare (Italiano, Arte e Immagine, Tecnologia) e integrato che consente sia la trasferibilità, che la replicabilità dell'esperienza (quanto viene proposto a scuola può essere ripreso e replicato a casa con un familiare) e perciò la sua condivisione.

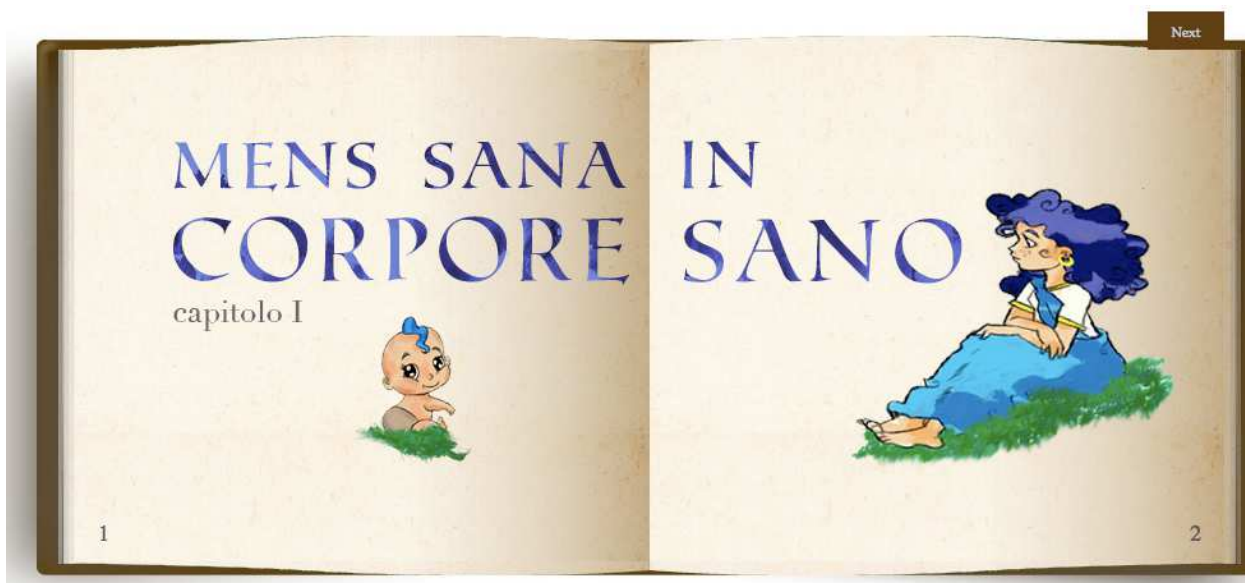
Il vero punto di forza (la vera innovazione), però, in un'epoca in cui le nuove tecnologie rischiano di creare dipendenza in grandi e piccoli), **è di non "trattenere" i bambini sullo strumento** (Lim, tablet, pc ecc.), **ma di incoraggiarli, grazie agli episodi spaziali** visibili a scuola sulla Lim e a casa su tablet o pc, **a passare dal virtuale all'esperienziale, rinforzando la relazione con gli adulti di riferimento.**

TEMPI

3 incontri con i bambini di 1 ora e ½ ciascuno, 2 incontri con i docenti (1 per effettuare l'analisi del contesto di ciascuna classe, 1 per rileggere i risultati), 2 incontri con i genitori (uno per presentare il progetto, l'altro per darne una restituzione).



Il percorso “Le avventure di Calpurnia & family” si snoda attraverso sfoglia libri animati (pensati per la classe quinta della scuola primaria), ciascuno dei quali affronta un tema specifico in modo interdisciplinare e interattivo.



Il giudizio delle docenti che hanno partecipato al progetto



Le storie proposte e lette in classe con calma e con un tono di voce molto accattivante, creavano un clima “magico” e di grande concentrazione anche per i bambini più esuberanti.



L’apprezzamento mostrato dagli alunni si è ben percepito dal grado di attenzione, interesse ed impegno, sia nelle attività svolte a scuola, sia in quelle che venivano chieste loro da eseguire a casa, coinvolgendo le famiglie (che di solito non sono sempre così ben disposte nei confronti dei compiti a casa). Sia la costruzione della casa dell’alieno, sia la preparazione di una colazione “sana-leggera e nutriente” per sé e per il piccolo extraterrestre, sono state attività assai curate e ciò ha aiutato i bambini a passare dalla realtà virtuale (gli episodi animati) ad una più esperienziale.



La Regola aurea per cui i bambini devono imparare qualcosa e questo qualcosa deve essere gratificante per loro, perché nuovo, dotato di senso e fattibile, nel percorso è perfettamente rispettata.

Scuola primaria Pizzigoni, anno scolastico 2013/2014



PROXIMA

STILI DI VITA PER I CITTADINI DEL FUTURO

Via Donatello 21, 20131 Milano – www.proxima.it