

Best Practices in Actions: come trasferire, implementare e sostenere interventi efficaci di promozione della salute per bambini e bambine (0-12 anni)

Modulo 2 - Grünau Moves: una Buona Pratica per promuovere la salute e prevenire l'obesità infantile

Sessione 2.5 - Grünau Moves: Esempi di azioni locali

Unità 2.5.2 - Case C "Interventi Programmatici: azioni nel contesto scolastico nelle Isole Baleari"

Relatrice: Trinidad Planas (Fundación Instituto de Investigación Sanitaria Islas Baleares - IdISBa)

Slide 1

Grünau Moves: una Buona Pratica per promuovere la salute e prevenire l'obesità nei/nelle bambini/e.

Slide 2

Mi chiamo Trinidad Planas. Faccio parte del gruppo WP5 nelle Isole Baleari e vi parlerò di una delle azioni che abbiamo sviluppato nel nostro quartiere. Si tratta di un esempio di come migliorare l'attività fisica nelle scuole e durante il tempo extrascolastico e, quando possibile, coinvolgere le famiglie in queste attività.

Slide 3 - Un Programma di Azione Locale nelle scuole

Per preparare queste azioni locali, abbiamo organizzato tre incontri con una solida piattaforma attiva nel quartiere da diversi anni. Abbiamo collaborato con un educatore tecnico, Edu, che ci ha aiutato a mantenere i contatti con il personale e le scuole di Llevant Sud.

Dopo questi incontri, abbiamo elaborato una strategia per individuare i bisogni delle famiglie e di bambini/e, al fine di analizzare le esigenze di ciascun centro. In base a questi bisogni, il team ha assunto una persona incaricata di realizzare tre attività legate all'attività fisica per i/le bambini/e.

Slide 4 - Domande chiave

Le questioni fondamentali che ci hanno aiutato a determinare i bisogni sono state:

- Nella comunità, l'obesità non è considerata una priorità.
- L'educatore tecnico ci ha aiutato a presentare il progetto al quartiere e abbiamo lavorato a stretto contatto con il personale educativo.

Queste conclusioni ci hanno permesso di comprendere meglio i loro bisogni.

Slide 5 - Per quanto riguarda i loro bisogni?

E per quanto riguarda i loro bisogni? Quali sono stati quelli identificati?

- Mancanza di spazi adeguati per il gioco e le attività sportive dei/delle bambini/e.
- Esigenza di attività ricreative per tutte le fasce d'età.
- Problemi di convivenza: sicurezza nel quartiere, comportamenti problematici negli spazi pubblici e spaccio di droga.
- Scarsa pulizia del quartiere: mancanza di cestini, illuminazione inadeguata e barriere architettoniche.
- Uso improprio e degrado degli spazi pubblici: necessità di migliorare i campi sportivi.
- Mancanza di bagni pubblici.

Abbiamo creato un collegamento con il quartiere durante una festa locale, dove abbiamo condotto un sondaggio chiamato *Living Healthy Tool*, che includeva diverse domande sul quartiere e su attività legate a un'alimentazione sana.

Slide 6 - Dinamizzazione di diversi spazi nelle scuole. Rendere più attivi i momenti di pausa

L'azione si è concentrata su:

- L'introduzione di pause attive durante l'orario scolastico
- L'offerta di attività extrascolastiche
- L'utilizzo condiviso delle strutture sportive di una scuola superiore, affinché i/le bambini/e di diverse scuole potessero praticare sport insieme, guidati da un animatore del tempo libero della piattaforma *Patronat Obrer*.

Gli obiettivi: Volevamo rendere i momenti di pausa più dinamici attraverso attività ricreative, incentivare gli studenti a vivere attivamente il proprio tempo libero, migliorare la convivenza, ridurre i conflitti e promuovere l'inclusione.

Slide 7 - Dinamizzazione del periodo dopo il pranzo dei/le bambini/e (Scuola Camilo José Cela)

L'implementazione: la prima scuola coinvolta è stata la Scuola Camilo José Cela. Le attività sono state proposte alle famiglie i cui figli rimanevano a scuola per il pranzo. I/Le bambini/e provenivano da realtà e culture diverse, con un'ampia fascia d'età (da 3 a 11 anni), il che significava priorità differenti per ciascun/a bambino/a. Questa scuola accoglie una popolazione particolarmente vulnerabile. Il gruppo era composto da 30 bambini/e.

Oltre ad aumentare l'attività fisica, le attività miravano anche a insegnare comportamenti sociali, tra cui il rispetto, l'ascolto e il seguire indicazioni. Un aspetto importante è che questa fascia oraria evitava che i/le bambini/e restassero a casa davanti agli schermi prima di partecipare alle attività della Fondazione Sociale Rafa Nadal.

Slide 8 - Dinamizzazione del tempo ricreativo in un centro educativo (Scuola Pintor Joan Miró)

La seconda scuola coinvolta è stata la Scuola Pintor Joan Miró. In questo caso, abbiamo introdotto attività ricreative ed educative durante l'intervallo. È stata fatta una presentazione al corpo docente e ai rappresentanti di classe per presentare il *Team degli Allenatori Sportivi*.

Il cortile è stato organizzato in diverse zone di attività:

- Scuola primaria: calcio, basket, pallavolo, badminton, mini-basket, ping-pong, giochi senza schermo, scacchi e Forza 4.
- Scuola dell'infanzia (zona blu): attività di pittura e colorazione. Il materiale veniva distribuito tramite un sistema organizzato: gli studenti richiedevano l'attrezzatura, indossavano un cordino colorato per l'identificazione e restituivano sia il materiale che il cordino alla fine della ricreazione.

Slide 9 - Dinamizzazione di un cortile scolastico all'aperto

Il terzo esempio riguarda l'apertura del cortile scolastico presso la Scuola Superiore Aurora Picornell. Per tre ore nel pomeriggio, con la presenza del personale del *Patronato Obrero*, il cortile della scuola è stato aperto all'uso libero da parte dei/le bambini/e e delle loro famiglie.

Slide 10 - Riepilogo e Esempio

In conclusione, sviluppare attività nei centri educativi ci ha permesso di:

- Aumentare la consapevolezza del progetto
- Incoraggiare la partecipazione di bambini/e e famiglie
- Favorire l'incontro tra gruppi di età diverse e stimolare l'interazione.

Per esempio, come accennato prima, nella Scuola Camilo José Cela, le attività dopo pranzo hanno contribuito a evitare che bambini/e restassero a casa davanti agli schermi prima di partecipare alle attività della Fondazione Sociale Rafa Nadal.

Slide 11 - Facilitatori e Ostacoli

I principali facilitatori sono stati:

- Edu, l'educatore tecnico, che ci ha messo in contatto con il personale educativo.
- L'esistenza di una rete di quartiere.
- Un'alta partecipazione e un forte impegno da parte di tutte le scuole coinvolte nella pianificazione e organizzazione.

Le difficoltà riscontrate hanno incluso:

- La difficoltà di far conoscere il progetto sin dall'inizio.
- L'individuazione e il coinvolgimento di una rete locale.
- Il lavoro efficace con le famiglie.

Slide 12 - Raccomandazioni Generali

Le nostre raccomandazioni generali sono:

- Avere una metodologia di lavoro solida e chiara.
- Prevedere le difficoltà (nel nostro caso, comprendere che **l'obesità non era percepita come una priorità**).
- Assicurarci il supporto di tutti gli attori coinvolti fin dall'inizio.
- Raccogliere e valorizzare i feedback ricevuti.

Slide 13 - Grazie a tutti/e per la partecipazione!

Grazie.