

## **Il club della frutta: la promozione del consumo di frutta a scuola attraverso un gioco a premi**

Rocca Giuliana, Maffioletti Alessandra, Bortolotti Gigi

Dipartimento di Prevenzione- Servizio Medicina Preventiva di Comunità - ASL Bergamo

### **Introduzione**

Iniziativa di educazione alimentare, abbinata ad un concorso che coinvolge tutti gli alunni di una scuola secondaria di primo grado, per incrementare il consumo di frutta, (dati OKKIO : meno del 25 % dei genitori intervistati dichiara che i propri figli consumano abitualmente frutta e verdura).

**Obiettivo:** promuovere stili di vita sani e competenze da acquisire attraverso un percorso fondato sull'esperienza individuale e collettiva ( di classe e di tutta la scuola).

### **Metodi**

Il progetto viene approvato dal Collegio docenti, presentato ai genitori, sostenuto dal Comune e prevede:

- presentazione del progetto agli alunni, e trattazione dell'argomento nelle varie discipline ( scienze, educazione artistica, matematica, lingua italiana, ecc)
- gli studenti preparano una schedina con 15 spazi da timbrare a cura dei professori o dei bidelli, un timbro ogni volta che l'alunno consuma frutta all'intervallo.
- Completata la schedina lo studente la imbuca in un'urna
- durante l'anno , a cadenza mensile o bimestrale, organizzazione di un momento celebrativo all'intervallo, con distribuzione di spuntino a base di frutta ( a cura dei genitori) ed estrazione dall'urna di schedine, i cui possessori verranno premiati con premi forniti dalla scuola.( giochi di movimento, ricariche telefoniche, biglietti per manifestazioni sportive, ecc)

Coinvolgimento della comunità, attraverso la partecipazione per la premiazione dei ragazzi di personaggi dello sport ( calciatori della squadra locale, pallavolisti, ...), o di Associazioni del territorio ( Associazione Alpini, atelier disabili, ecc).

### **Risultati**

Il progetto coinvolge tutti gli alunni frequentanti, le famiglie e la comunità.

Il consumo di frutta aumenta negli alunni più piccoli, meno in quelli più grandi. Nei momenti celebrativi tutta la frutta preparata viene consumata.

### **Conclusione**

Il progetto è molto gradito agli alunni e alle famiglie, ma la sua sostenibilità è difficile da garantire per difficoltà organizzative della scuola.