

Incontro con la nutrizionista...



Nel nostro istituto, a partire dallo scorso anno scolastico, è stato avviato un Progetto di Educazione Nutrizionale studiato da esperti del Servizio di Alimenti e Nutrizione (SIAN) della AUSL di Reggio Emilia. Il progetto rientra nel programma ministeriale "Guadagnare in salute", elaborato dal Ministero della Salute per la promozione di stili di vita salutari.

Le ricerche scientifiche hanno dimostrato che un'alimentazione varia e ricca di prodotti vegetali, associata ad uno stile di vita attivo, è estremamente benefici a per la salute della popolazione.

La finalità è quella di invogliare i bambini a muoversi di più e a mangiare meglio, con particolare attenzione a consumare una adeguata colazione, ad aumentare le porzioni giornaliere di frutta e verdura e ad incrementare il consumo di legumi.

UNA CORRETTA ALIMENTAZIONE, FIN DALL'INFANZIA, PONE LE BASI PER UNA BUONA SALUTE!

Il progetto prevede interventi educativi sugli alunni, realizzabili tramite il nostro impegno a scuola, seguendo un apposito percorso formativo strutturato dal SIAN-AUSL di Reggio Emilia.

Altrettanto importante è la collaborazione e condivisione degli stessi obiettivi da parte dei genitori, per questo l'incontro con la nutrizionista la quale ha saputo illustrarci con semplicità i risultati delle recenti ricerche sull'obesità infantile e fornirci utili suggerimenti per una corretta alimentazione.

