



# Miglioriamo lo stile di vita dei bambini umbri

Un progetto del Piano Regionale della Prevenzione 2014-2018

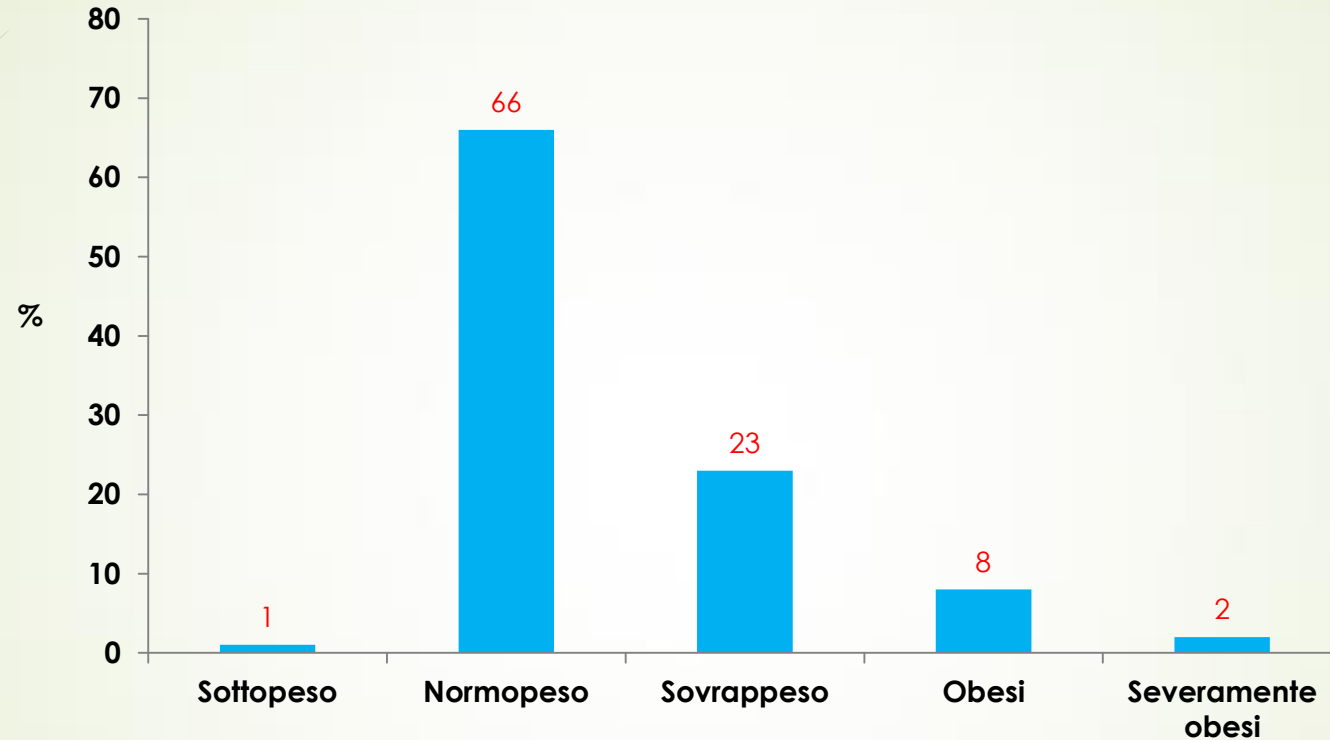
Mariadonata Giaimo

Servizio Prevenzione  
Direzione Salute e coesione sociale



**Il problema di salute....**

## Rapporto Okkio alla Salute 2014-2018

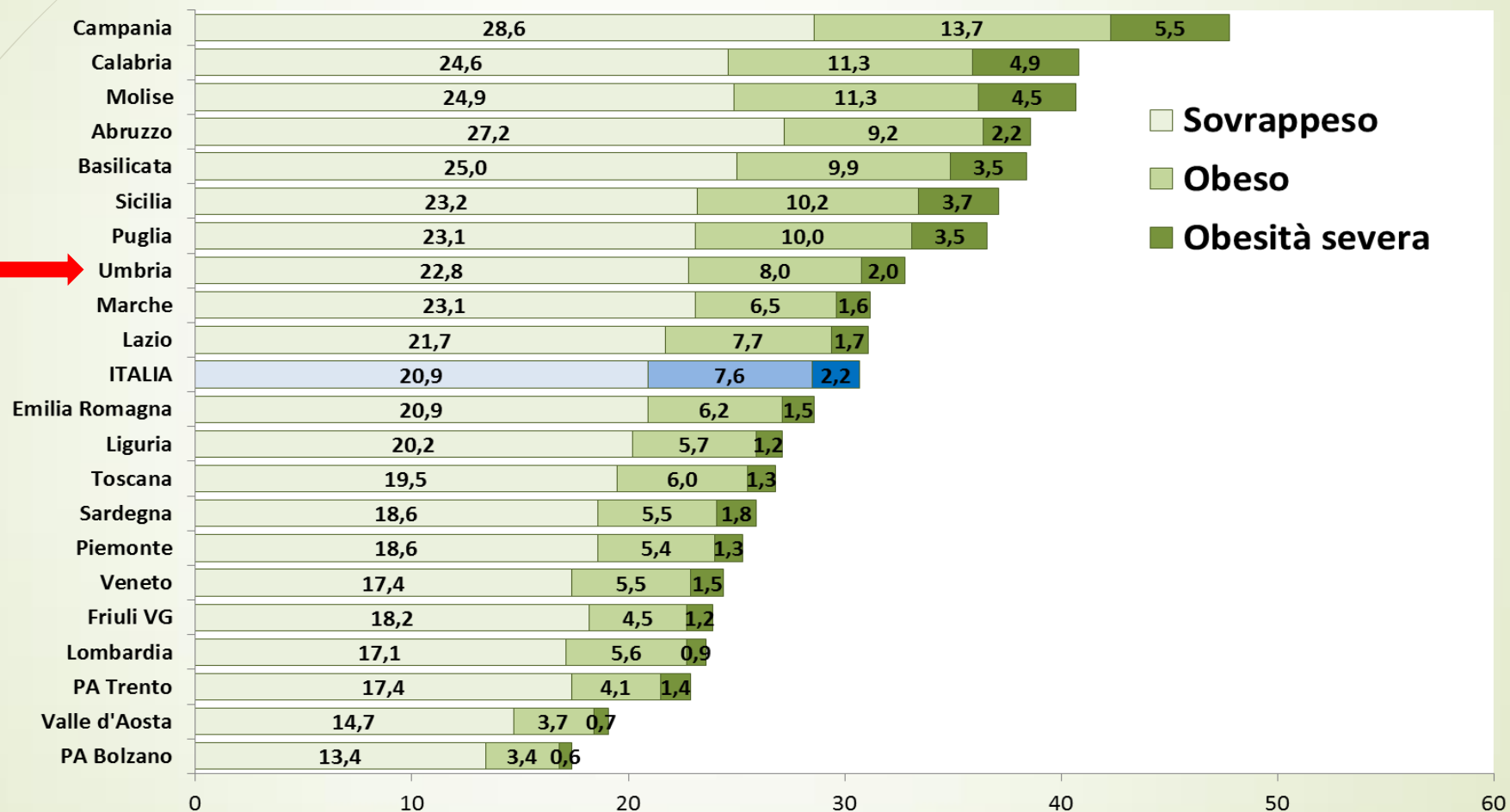


Se riportiamo la prevalenza di sovrappeso e obesità riscontrata in questa indagine a tutto il gruppo di bambini di età 6-11 anni, il numero di bambini sovrappeso e obesi nella Regione sarebbe pari a 15.597, di cui obesi 4.755.

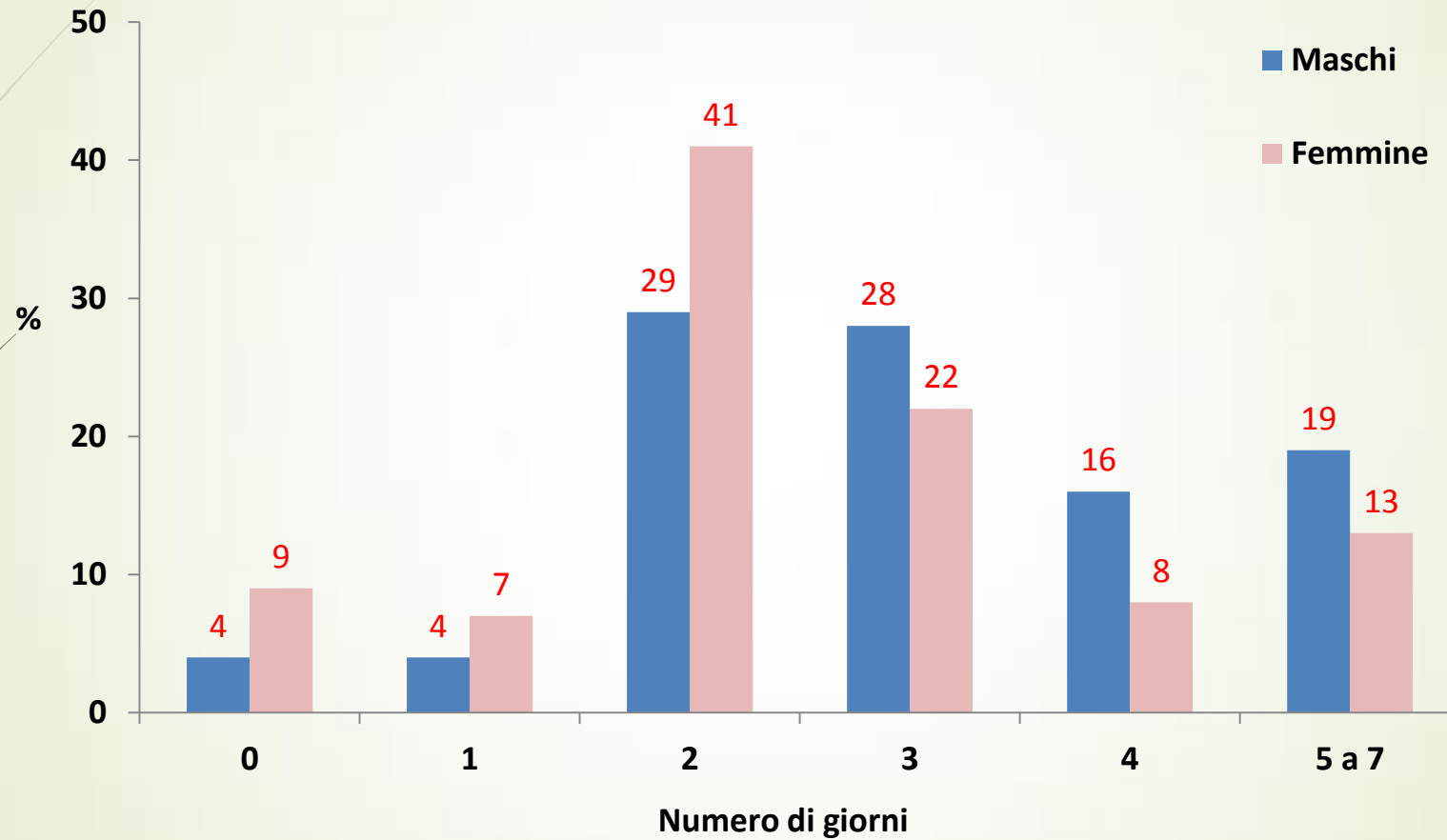
## Sovrappeso + obesità per Regione (%)

Bambini di 8-9 anni di età della 3° primaria.

OKkio alla SALUTE 2014



## Giorni di attività fisica per almeno un'ora durante la settimana (%)





## GLI OBIETTIVI DEL PROGETTO

**Obiettivo generale:** migliorare lo stile di vita dei bambini del primo anno della scuola primaria dell'Umbria e quello dei loro genitori.

**Obiettivi specifici:**

- ✓ Migliorare lo stato di forma fisica dei bambini e aumentare le ore quotidiane di attività fisica attiva.
- ✓ Informare i genitori per correggere i comuni errori alimentari e aumentare la mediterraneità della dieta.
- ✓ Migliorare la relazione genitori-figli per evitare che il cibo diventi veicolo o surrogato di affetto e/o dipendenza.



## LE CARATTERISTICHE DEL PROGETTO

- ✓ **Sistemico:** coinvolgerà tutte le scuole primarie della Regione per il prossimo triennio
- ✓ **Intersettoriale:** Regione, Ufficio Scolastico Regionale, CONI, Università, Aziende USL
- ✓ **Condiviso**




## LE ATTIVITA' DEL PROGETTO

- ✓ 2 ore settimanali (a distanza di 48 ore) di attività motoria con i laureati in scienze motorie selezionati dal CONI ai bambini delle prime elementari per un totale di 80 ore/anno.
- ✓ 4 incontri nel corso dell'anno con gli insegnanti e i genitori per parlare di sana alimentazione e sano rapporto con i cibo





## LE FASI DEL PROGETTO

- ✓ Selezione dei laureati in scienze motorie da parte del CONI
  - ✓ Formazione del personale selezionato da parte del centro universitario C.U.R.I.A.M.O. e del personale delle Aziende ASL sulle finalità del progetto e sul ruolo di educatore e su alcune attività specifiche
  - ✓ Incontri organizzativi tra gli operatori delle Reti per la Promozione della Salute delle Aziende Sanitarie e i Dirigenti scolastici o loro delegati per calendarizzare incontri
  - ✓ Avvio delle attività
- 



**Buon lavoro**