Ministero dell'Istruzione e del Merito
Istituto Comprensivo Statale
"Elena Lucrezia Cornaro Piscopia"
Via della Scienza, 26 – 87060 Crosia Mirto (CS)
0983.485082 – 0983.485084 – csic8ar007@istruzione.it – csic8ar007@pec.istruzione.it
Cod. Meccanografico: csic8ar007 – Cod. Univoco: UFAHDT - C.F. 87002280789 – www.iccrosiamirto.edu.it

ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE - -CROSIA
Prot. 0008406 del 03/11/2026
I-8 (Uscita)

CROSIA, 03/11/2026

AI GENITORI DEGLI ALUNNI
Classi Prime
Scuola Secondaria I Grado

AL PERSONALE DOCENTE
Classi Prime
Scuola Secondaria I Grado

AL SITO WEB
AGLI ATTI
==========

CIRCOLARE INTERNA N. 127

OGGETTO: PROGETTO DI - EDUCAZIONE ALIMENTARE 2026 - "Crescere in Salute: mangiare bene per vivere meglio"

Si comunica ai destinatari in indirizzo che i Volontari del Comitato Croce Rossa Mirto- in data 11 novembre 2026 realizzeranno presso la Scuola Secondaria di I Grado, con la partecipazione di un pediatra, nelle classi Prime, un incontro educativo, informativo e interattivo, di un'ora circa, relativo a quanto in oggetto.

La finalità principale è sensibilizzare gli studenti sull'importanza di una corretta alimentazione quale strumento di prevenzione e promozione della salute, favorendo l'acquisizione di abitudini quotidiane sane e consapevoli. Il progetto intende inoltre contribuire alla diffusione di una cultura della salute
attraverso il coinvolgimento della scuola, delle famiglie e delle figure professionali competenti.

Obiettivi specifici
L'attivita si propone di:

- Promuovere la conoscenza dei principi fondamentali di una sana e corretta alimentazione.
- Far comprendere il ruolo degli alimenti nella crescita e nello sviluppo

dell'organismo.

- Far comprendere il ruolo degli alimenti nella crescita e nello sviluppo dell'organismo.
- Sensibilizzare gli studenti sull'importanza di consumare quotidianamente frutta e verdura, bere acqua e mantenere un'alimentazione varia ed equilibrata.
- Favorire la riduzione del consumo abituale di bevande zuccherate e di alimenti ad alto contenuto di zuccheri, sale e grassi.
- Promuovere l'importanza della prima colazione e della regolarità dei pasti.
- Evidenziare il legame tra alimentazione equilibrata, attività fisica, benessere e prevenzione.
- Stimolare la capacità di compiere scelte alimentari consapevoli nella vita quotidiana.
- Favorire il coinvolgimento delle famiglie nella costruzione di corrette abitudini alimentari.

Le attività previste saranno articolate nelle seguenti fasi:

.

Fase 1 — Introduzione e presentazione del progetto (10 minuti);

Fase 2 — Incontro informativo con il pediatra (20 minuti);

Fase 3 — Laboratorio ludico-didattico: "Costruiamo il piatto della salute" (20 minuti);

Fase 4 — Quiz finale e conclusioni (10 minuti).

Al termine sarà lasciato spazio a eventuali domande e riflessioni degli studenti.

A ciascuno studente partecipante sarà consegnato un kit informativo, contenente un opuscolo dedicato ai minori e un opuscolo informativo destinato alle famiglie, con l'obiettivo di favorire la prosecuzione del percorso educativo anche nell'ambiente domestico.

Tanto per quanto di competenza

IL DIRIGENTE SCOLASTICO
Dott.ssa Rachele Anna Donnici

Il presente documento è firmato digitalmente ai sensi e per gli effetti del c.d. Codice dell'Amministrazione Digitale e norme ad esso connesse.

****Si allega:***

1 - Progettazione- "Crescere in Salute: mangiare bene per vivere meglio"

Firmato digitalmente da
RACHELE ANNA DONNICI
CN = RACHELE ANNA DONNICI
C = IT