

PROGETTO FRUTTA A MERENDA



Sponsored by commissione mensa Giusti

Sommario

1. Lo studio dell'Università di Stanford	3
2. Obiettivo 'Frutta a merenda'	4
3. Benefici	4
4. Vincoli: qualità, varietà, igiene	4
5. Best Practice	5
6. Modelli organizzativi ipotizzati	5
7. Fasi del progetto.....	6
8. Tempistiche	7
9. Conclusioni	7

1. Lo studio dell'Università di Standford

*Chi ha detto che frutta e verdura non piacciono ai più piccoli? Per incoraggiarli al consumo non servono né trucchi né promesse – e neppure ricette particolari o complicate –, basta semplicemente spiegare loro quanto fa bene mangiarla. La rivoluzionaria scoperta arriva dagli Stati Uniti, in particolare da Sarah Gripshover ed Ellen Markman, ricercatrici dell'Università californiana di Stanford, che hanno pubblicato i risultati del loro studio sulla rivista scientifica *Psychological Science*.*

Lo studio

*La notizia che le abitudini alimentari – buone o cattive che siano – acquisite in tenera età restino con noi per tutta la vita non è certamente nuova: **è estremamente importante, quindi, che l'educazione alla corretta alimentazione cominci prestissimo, per evitare i problemi di soprappeso, maggiore predisposizione a malattie cardiovascolari, diabete o tumori, sempre più diffusi nei paesi industrializzati.** La vera novità è un'altra: **i piccoli consumatori sono in grado di comprendere il valore di una dieta sana già a partire dai quattro o cinque anni.***

Nel loro studio, Sarah Gripshover ed Ellen Markman hanno realizzato cinque fumetti illustrando i concetti chiave della nutrizione, ovvero l'influenza dei cibi più salutari su determinate funzioni dell'organismo umano. I fumetti sono stati letti in due classi di una scuola materna nel corso della ricreazione: al termine dello studio gli alunni in questione consumavano il doppio di frutta e verdura, nell'ora della merenda, rispetto ai compagni delle altre classi.

“Le persone spesso pensano che concetti astratti e complessi possano confondere i bambini, ma i bimbi hanno una curiosità naturale e vogliono sapere come funzionano le cose”, hanno spiegato le due ricercatrici. [...]



2. Obiettivo 'Frutta a merenda'

L'obiettivo del progetto descritto all'interno di questo documento è quello di **anticipare la distribuzione ed il consumo della frutta di Milano Ristorazione alla ricreazione di metà mattina**, in modo che la frutta diventi la merenda di tutti i bambini della scuola, anziché servirla dopo il pasto come avviene attualmente.

Il progetto risponde e applica le indicazioni presenti nelle Linee di indirizzo nazionale della ristorazione scolastica che dichiarano: *'È opportuno distribuire uno spuntino a metà mattina con l'obiettivo di dare al bambino, nella pausa delle lezioni, l'energia necessaria a mantenere viva l'attenzione senza appesantire la digestione e consentirgli di arrivare a pranzo con il giusto appetito. Tale spuntino deve fornire un apporto calorico pari all'8% - 10% del fabbisogno giornaliero ed essere costituito preferibilmente da frutta e ortaggi di semplice consumo.'*

Il progetto viene proposto per l'anno scolastico 2015/16.

3. Benefici

I benefici di questa proposta sono evidenti, sia sul piano della salute dei bambini sia sul piano educativo e possono essere riassunti nei seguenti punti:

1. Fornire ai bambini una merenda sana.
2. Assimilare di più e meglio le proprietà della frutta
3. Avere una merenda uguale per tutti i bambini della classe
4. Eliminare una fonte di spesa per le famiglie.
5. Evitare lo spreco di cibo.
6. Aiutare i bambini ad acquisire un comportamento alimentare sano

4. Vincoli: qualità, varietà, igiene

Ai fini della buona riuscita del progetto è necessario che il fornitore garantisca qualità e varietà della frutta come stabiliscono le linee di indirizzo della ristorazione scolastica che prevedono: *frutta di stagione di almeno tre tipi diversi nell'arco della settimana*. E' importante sottolinearlo visto l'esperienza dell'anno scolastico 2013/14 dove da novembre fino a giugno sono state fornite in prevalenza arance. A queste condizioni il progetto incontrerebbe inevitabilmente le resistenze dei bambini oltre che delle famiglie, pertanto è necessario verificare, prima di avviare il progetto, che venga garantita dal fornitore variabilità e qualità della frutta.

Per quanto riguarda l'igiene è importante verificare la modalità di lavaggio della frutta.

5. Best Practice

Questo servizio è già fornito in altre scuole primarie di Milano con dei risultati eccellenti. Presso la scuola Moscati la frutta a merenda è attiva da più di 6 anni ed è un servizio che funziona con un'accettazione del 95% della frutta da parte dei bambini. Se si considera che il 5% si riferisce alla frutta in aggiunta che viene comunque proposta a fine pasto, si può affermare che il successo è pienamente raggiunto, con grande soddisfazione da parte dei genitori che non devono occuparsi quotidianamente di fornire la merenda ai propri figli.

6. Modello organizzativo

Per distribuire la frutta lavata e opportunamente tagliata nelle classi della scuola è necessario avere a disposizione una scodellatrice, personale qualificato e certificato per svolgere questa attività, per un'ora al giorno per ogni 200 bambini. Questa proporzione si evince dal rapporto in essere presso la scuola Moscati dove, su 390 bambini, sono impiegate 2 scodellatrici per un'ora al giorno.

Per la nostra scuola, se si vuole coprire tutte le classi dalla prima alla quinta per un totale di 500 bambini, si tratterebbe di avere a disposizione 2 scodellatrici per 1 ora e 15 minuti, ciascuna, dalle 9,15 alle 10.30.

Il trasporto della frutta in classe può avvenire con il coinvolgimento di 2 bambini per classe che, 5 minuti prima del suono della campanella, si recano presso la cucina con un contenitore di cui sono stati preventivamente dotati. In cucina i contenitori vengono riempiti con la frutta. E' da valutare il supporto di un operatore scolastico per i bambini delle prime.

I bambini portano i contenitori con la frutta in classe e la distribuiscono ai compagni. Il contenitore verrà poi sciacquato dalle scodellatrici.

Le classi predispongono, insieme alla maestra, una turnazione quotidiana dei bambini incaricati al recupero e distribuzione della frutta.

La gestione amministrativa e organizzativa il progetto è delegata all'Associazione scolastica GPP con il supporto della commissione mensa, promotrice del progetto.

La commissione mensa individua e ingaggia le due scodellatrici per pulire e sbucciare la frutta dalle 9,15 alle 10.30 per un totale di due ore e mezza al giorno, mentre l'Associazione GPP gestisce gli aspetti burocratici per il pagamento dell'attività svolta che richiedono l'apertura di una posizione presso l'INPS.

Sarà il presidente dell'Associazione a dover recarsi presso l'Inps per poter registrare i nominativi delle due scodellatrici da remunerare attraverso dei buoni acquistabili presso le tabaccherie.

Il pagamento delle prestazioni di lavoro accessorio avviene attraverso il meccanismo dei 'buoni'.

Tutte le indicazioni relative al sistema buoni è consultabile alla seguente pagina: <https://www.inps.it/portale/default.aspx?SID=0%3B5481%3B5484%3B&lastMenu=5484&iMenu=1>

7. Fasi del progetto

Il progetto prevede le seguenti fasi:

- Prima fase: verifica fattibilità e disponibilità dirigenza e corpo docenti
- Seconda fase: valutazione interesse dei genitori
- Terza fase: costituzione gruppo di lavoro
- Quarta fase: preparazione e avvio
- Quinta fase: raccolta fondi

La prima fase consiste nella verifica della fattibilità del progetto da parte della dirigenza scolastica che può individuare vincoli o aspetti critici da valutare al fine del raggiungimento dell'obiettivo. La verifica si completa con il coinvolgimento del corpo docente che è fondamentale per la riuscita del progetto. Si procederà con la fase successiva solo se le eventuali criticità evidenziate possono essere superate e se si ottiene il consenso del corpo docenti.

La seconda fase prevede la formulazione di un semplice questionario da distribuire alle famiglie affinché si registri l'interesse o meno per il progetto proposto da parte dei genitori. Sulla base dei riscontri del questionario si potrà valutare il grado d'interesse delle famiglie e decidere se coinvolgere tutte le classi o meno.

La terza fase consiste nella costituzione di un gruppo di lavoro interdisciplinare che coinvolga il corpo docente e genitori delle commissioni mensa, che insieme all'associazione GPP dovranno da subito verificare il modello organizzativo per procedere con l'avvio operativo del progetto.

La quarta fase coinvolge il gruppo operativo negli aspetti organizzativi e operativi.

La commissione mensa procederà all'acquisto dei contenitori da distribuire in ogni classe e dovrà comunicare alla cucina l'avvio del progetto e individuare le scodellatrici da ingaggiare.

Le insegnanti stabiliranno un calendario mensile dei bambini responsabili ogni giorno della frutta che dovranno recarsi con il contenitore presso la cucina, farsi dare il quantitativo di frutta corrispondente alla propria classe e trasportarla alla propria sezione. Le insegnanti dovranno comunicare alle famiglie la necessità di dotarsi di una tovaglietta e di una salvietta.

Le insegnanti coinvolgeranno le rappresentanti di classe che per l'acquisto di craker o taralli da distribuire a merenda nel caso di eventuali giornate in cui la frutta non sia disponibile (es. sciopero del fornitore del servizio mensa).

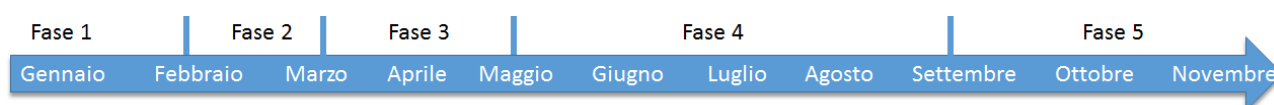
L'associazione dovrà procedere con aprire la posizione presso l'INPS per il pagamento delle scodellatrici. Il responsabile contabile dell'Associazione, dovrà gestire gli aspetti contabili che consistono nel remunerare le scodellatrici in relazione ai giorni lavorati in buoni a fine mese.

La quarta fase consiste nell'individuazione e attivazione del processo per chiedere ai genitori la copertura del costo a bambino per finanziare il progetto frutta.

8. Tempistiche

E' fondamentale l'adesione al progetto da parte delle famiglie e quindi l'avvio di una comunicazione ai genitori che valorizzi gli aspetti educativi di un'alimentazione sana. Su questo tema la commissione mensa anche quest'anno ha pianificato una serie di conferenze serali da febbraio a marzo su cui avvierà una comunicazione dopo le festività natalizie. Pertanto sarebbe opportuno verificare la fattibilità del progetto, fase uno, entro metà febbraio al fine di utilizzare lo spazio delle conferenze come canale di promozione del progetto verso le famiglie.

Di seguito vengono rappresentate le fasi distribuite nel calendario del prossimo anno.



9. Conclusioni

In qualità di commissione mensa riteniamo che il pilota presso la nostra scuola possa essere un modello replicabile in altre scuole con vantaggi per tutti: i bambini per la loro salute ed educazione, per le famiglie che risparmiano soldi e tempo per l'acquisto di merendine. Non escludiamo la possibilità, attraverso l'associazione, di poter raccogliere l'interesse di altre associazioni scolastiche all'avvio dello stesso progetto in contemporanea e quindi di avere un pilota più ampio con maggiore visibilità sul territorio.

Di seguito riportiamo un articolo tratto dal sito del Comitato scientifico Expo 2015 dal titolo: **Frutta a Metà mattina è un progetto di educazione al consumo promosso da Milano Ristorazione Spa.**

Il progetto "Frutta a metà mattina" si propone di sostituire in modo completo lo spuntino consumato abitualmente a scuola con la distribuzione di un frutto fresco agli studenti. Gli obiettivi mirano al miglioramento dello stile alimentare dei bambini, abituando il gusto attraverso rinforzi positivi. Ulteriore finalità è quella di migliorare l'equilibrio della giornata alimentare e promuovere la riduzione degli sprechi alimentari fin dall'infanzia. E' un progetto altamente sostenuto dal Comune di Milano che ha voluto inserire queste varianti del servizio ristorativo scolastico in modo tale da poter raggiungere con continuità tutte le fasce della popolazione, in particolar modo i minori appartenenti alle fasce più disagiate che vivono situazioni di difficoltà economica e abitudini alimentari condizionate da cambiamenti sociali che, spesso, hanno poco a che fare con la qualità nutrizionale.

Fonte: <http://www.comitatosciencefico-expo2015.org/progetto/frutta-a-meta-mattina/>