

LA MAGIA DI IMES CONTINUA...



...IN MOVIMENTO

PROGETTO SCIENTIFICO
SPERIMENTALE A.S. 2023/2024



TUTTO PARTE DA UN SEME

La magia di Imes riprende “in movimento” poiché il percorso scientifico sperimentale che è stato avviato lo scorso anno si evolve.

Partendo da ciò che è stato fatto, stiamo avanzando con nuove indagini e approfondimenti.

Il nostro obiettivo è sensibilizzare le famiglie e le Scuole sull'importanza della corretta alimentazione, che è stata esaminata in dettaglio lo scorso anno, può rivelarsi efficace solo se viene integrata con il movimento.

Il nostro progetto

"Un bambino che si muove è un bambino che cresce, impara e vive appieno."

Al centro, la dieta mediterranea, che, come illustrato dai ricercatori che hanno collaborato con noi lo scorso anno, è fondamentale a partire dall'Infanzia.

Quest'anno il focus sarà rivolto all'alimentazione nella Scuola e all'importanza di un approccio olistico al benessere dei nostri bambini.



Il percorso di Imes

L'Area Cultura e Futuro FISM ha deciso di dare attenzione alle **famiglie FISM**, continuando il percorso di **sensibilizzazione e ricerca avviato lo scorso anno**.

L'obiettivo è di coinvolgere non solo le Scuole ma anche le Istituzioni e la Società Civile.

Questo cammino, infatti, vedrà la collaborazione attiva, tra gli altri, della **SINU (Società Italiana di Nutrizione Umana)**, e l'**Università degli studi di Napoli Federico II, Dipartimento di Agraria**.



Educazione alimentare e Infanzia

Convegno nazionale FISM, 17 giugno 2023

Reggia di Portici, Dip. Agraria, Università di Napoli Federico II



Collaborazione con SINU Società Italiana di Nutrizione Umana

Anche quest'anno, i ricercatori SINU saranno al nostro fianco nel nostro impegno di sensibilizzazione.

Metteremo a disposizione linee guida e LARN dedicate alle Scuole, offriremo corsi per docenti, condivideremo video informativi per le famiglie e raccoglieremo dati fondamentali per proseguire la ricerca scientifica sperimentale del progetto.

Per le Scuole e gli educatori FISM



Linee guida LARN e tabelle dietetiche

La SINU svilupperà tabelle dietetiche ad hoc da proporre alle nostre Scuole per la refezione Scolastica sulla base delle linee guida LARN e la dieta mediterranea.

Avvio di un corso per i docenti e il personale addetto alla cucina:

- Il pranzo a Scuola del bambino: dai documenti di riferimento al piatto
- La dieta mediterranea nell'Infanzia

Per le famiglie FISM



● Creare dei mini-video per i nostri canali a cura di SINU

Gli esperti in materia della SINU (Società Italiana Nutrizione Umana) creeranno delle "video pillole" per i nostri canali.

Gli argomenti trattati saranno:

- Il pranzo di mio figlio a scuola: dai documenti di riferimento al piatto
- La dieta mediterranea nell'Infanzia
- Il pranzo di mio figlio a scuola, a casa e fuori

● Interviste Esclusive

interviste ad esperti di alimentazione e attività motoria nell'Infanzia.

Bando di Concorso "Il primo piatto di Imes"



La FISM In collaborazione con la SINU organizzerà **un secondo bando nazionale di concorso per le famiglie FISM per la creazione del miglior Primo piatto "di Imes".**

Ogni Concorrente dovrà inserire un ingrediente tipico del suo territorio all'interno della ricetta.

La SINU si occuperà della selezione e delle annotazioni Ufficiali, nonchè della scelta del vincitore.

Le ricette selezionate saranno inserite nel secondo libro digitale FISM.



Collaborazione con Università degli Studi Federico II, dipartimento di Agraria

Il dipartimento di agraria dell'Università Federico II di Napoli si erge come un'eccellenza nel campo della ricerca sull'alimentazione. La collaborazione dello scorso anno è stata proficua, e tra le altre attività, il nostro convegno nazionale, infatti, è stato ospitato presso la loro sede, situata nella suggestiva cornice della reggia di Portici. Quest'anno, la sinergia tra le nostre realtà si rafforzerà ulteriormente attraverso nuove iniziative che promuoveranno lo sviluppo e l'approfondimento delle tematiche del nostro progetto.

Le attività in collaborazione con l'Università



Lezione per docenti e personale addetto alla cucina

“la scelta di cibi sostenibili per il benessere e la salvaguardia della Cultura locale” tenuta dal Prof. Raffaele Sacchi

Un fumetto per i nostri bambini

- Il Prof. Raffaele Sacchi realizzerà un piccolo fumetto per i bambini FISM. “Il professor Alimentazione”, per comunicare e sensibilizzare in modo immediato con i più piccoli.



Movimento e bambini

Il periodo storico attuale presenta sfide uniche per l'infanzia, tra cui la sedentarietà, la mancanza di spazi verdi e la diffusione di cibi non salutari. Per questo risulta necessario educare i bambini al movimento fin dalla prima infanzia.

Il binomio Alimentazione e movimento può essere allora determinante per un Futuro in Salute.

La nostra proposta per le Scuole FISM



Due lezioni per docenti

Organizzeremo due lezioni on-line tenute da esperti per tutti i docenti FISM sull'importanza del movimento e come inserirlo nel programma didattico.

- “IMES in movimento è salute!

Il diritto dei bambini a crescere sani”

- Stephan Riegger, Raffaella Mulato

- “Gioco e movimento ogni giorno

Benessere e apprendimento attraverso il gioco: una buona pratica quotidiana”

- Stephan Riegger, Iolanda Contin, Raffaella Mulato

Muoversi...giocando!

● un'occasione speciale

In occasione del cinquantesimo FISM inviteremo tutti i bambini a giocare

● Tutte le Scuole

Chiederemo a tutte le Scuole FISM, nonché le congregazioni FISM nel mondo, di inviarci un filmato in cui i bambini giocano ad un gioco tradizionale del loro territorio

● il gioco come movimento

da sempre il gioco è il primo modo per approcciarsi al movimento dei bambini

● Un filmato emozionale

Creeremo con una selezione dei giochi ricevuti un docu-filmato emozionale da inviare al Papa in occasione del nostro cinquantesimo





Arrivo a Giffoni 2024

Dopo il successo delle ultime due Edizioni, anche quest'anno l'Area Cultura e Futuro desidera continuare il percorso a Giffoni Experience con uno stand.

Una vetrina incredibile, che durante l'edizione 2023 ha visto la visita al nostro stand del Ministro dell'Istruzione e del merito Giuseppe Valditara e il Ministro dell'Ambiente e della sicurezza energetica Gilberto Picchetto Fratin.

Il coinvolgimento del MIUR

a) Perché il nostro progetto “la magia di imes continua...in movimento” possa essere riconosciuto dal ministero dell'Istruzione e del merito vorremmo siglare un protocollo di intesa con quest'ultimo.

b) Il nostro desiderio è che il sistema Scuola e Infanzia nella sua totalità senza distinzione tra statale e non statale veicoli e si faccia promotore di cultura per le Famiglie approfondendo argomenti fondamentali per la salute dei bambini. In particolare, il menù scolastico, oggi, può variare notevolmente da un'istituzione all'altra e da una regione all'altra e nell'attuazione pratica del pasto si rilevano criticità. Un esempio potrebbe essere il consumo di cibi ultra-processati in luogo di opzioni fresche o naturali, poco processate, spesso per soddisfare le richieste dei genitori. In tale contesto, dare una particolare enfasi alla territorialità nel menù scolastico, ossia all'utilizzo di alimenti provenienti dalla regione o dalla zona circostante nelle scuole, potrebbe dimostrarsi vantaggioso per promuovere la sostenibilità ambientale, sostenere l'agricoltura locale e valorizzare le tradizioni culinarie regionali.



senza distinzione tra Scuole statali e non statali,
insieme con uno scopo educativo comune.



Il nostro desiderio è che il percorso possa concludersi con il coinvolgimento di tutto il sistema educativo Infanzia,



"Il futuro del mondo dipende dalla qualità dell'Infanzia che coltiviamo oggi."

- Maria Montessori