

Importante iniziativa per le scuole illustrata da Franca Olmi degli "Amici del cuore"

Giovani imparate a vivere sani

Gli studenti delle medie a lezione di stile di vita

VERBANIA - "Le regole per un corretto stile di vita" è il titolo del progetto realizzato all'interno della scuola media Quasimodo di Verbania e della sezione distaccata di Bée, della Ranzoni di Pallanza, così come in quelle di Stresa, Omegna, Cannobio, Crevoladossola e Varzo, durante l'anno scolastico 2009/2010. Si tratta dell'iniziativa venuta alla luce a seguito dell'omonimo concorso organizzato nel 2008, che allora vide la partecipazione di oltre 600 ragazzi degli istituti scolastici del territorio di ogni ordine e grado. Per quanto riguarda, invece, il progetto pilota, sono state le scuole medie ad essere scelte per sperimentare l'iniziativa didattica, i cui ragazzi hanno potuto mettere in atto lo studio grazie alla piena disponibilità dei docenti, con la collaborazione di alcuni esperti del settore dell'alimentazione. L'obiettivo del progetto, vale ricordarlo, era quello di promuovere nei giovani la convinzione, così come la necessità, di darsi delle regole di vita impostate sui valori, nell'interesse personale e collettivo. Gli organizzatori del progetto sul corretto stile di vita sono gli stessi che si sono re-

si protagonisti nel 2008: l'associazione "Amici del cuore Vco" presieduta da Franca Olmi, la Cipes (Confederazione italiana promozione della salute) del Vco, il cui presidente è Sante Bajardi, e il Coni provinciale, coordinato da Rosalba Boldini.

«I primi contributi a sostegno dell'iniziativa - spiega Olmi - sono giunti dal Comune di Stresa, dal Centro benessere des îles Borromées, sempre di Stresa, e dagli assessorati alla Pubblica istruzione e alle Politiche giovanili del Comune di Verbania». Ancora Olmi: «Gli argomenti scelti dalle classi partecipanti sono stati l'educazione alimentare, l'attività motoria e il rapporto corretto con gli altri. Su questi argomenti l'Oms (*Organismo mondiale della sanità*, ndr) ha lanciato un importante appello, ovvero che dobbiamo essere noi stessi a promuovere e a difendere la nostra salute fisica e mentale. Per esempio, in questo senso, i ragazzi devono conoscere il valore di una corretta alimentazione al fine di evitare gravi patologie, non ultima l'obesità, tenersi lontano dai pericoli dell'alcol e della droga e così via. Anche i gesti di bullismo



I ragazzi premiatati nel '08 della 3ª E della media Quasimodo

sono nocivi non solo per chi li subisce, ma anche per chi li fa e possono avere ripercussioni psicologiche gravi».

Ed ecco quali sono stati gli esperti che hanno collaborato al progetto e che hanno interagito positivamente con gli studenti coinvolti: Antonio Lillo, coordinatore delle cure primarie del Distretto sanitario di Cannobio, Gabriele Iraghi, direttore di cardiologia della Asl Vco, Laila Cattani del Centro Auxologico italiano di Piancavallo, gli psicologi Nullina Nizzola e Mauro Vassura, e l'olimpionica, nonché assessore provinciale, Guidina Dal Sasso.

Al termine dell'anno scolastico i ragazzi, dunque, saran-

no chiamati ad esprimere, con brevi osservazioni scritte, vignette, schizzi o mediante dvd o Power-Point, il proprio pensiero su quanto hanno acquisito e fatto proprio.

Nel prossimo anno scolastico, 2010/2011, invece, «gli allievi che si saranno dimostrati particolarmente predisposti alla comunicazione - conclude Olmi - spiegheranno ai compagni quanto hanno appreso durante il progetto, mediante il metodo attuale della peer education, ovvero l'educazione alla pari. Infine vale ricordare che tra i giovani protagonisti dell'iniziativa ci sono gli studenti della 3ª E della Quasimodo di Verbania, che faranno da apripista dell'iniziativa.