Istituto Comprensivo Marconi-Cesareo - S. Agata di Militello (ME) - Protocollo 0013419/2026 del 06/11/2026

Istituto Comprensivo "MARCONI-CESAREO"
di Scuola dell'Infanzia, Primaria e Secondaria di I grado
Piazza Don Bosco n. 8 - 98076 Sant'Agata Militello (ME)
e-mail: meic885004@istruzione.it – pec: meic885004@pec.istruzione.it
sito web: www.comprensivomarconi.edu.it
Tel. 0941 - 701443 / 702777 /
Codice Mecc. Istituto MEIC 885004 Cod. Fisc. 84004540831

Circolare n. 74

Ai Signori Genitori

Ai Docenti dell'Istituto Comprensivo "Marconi - Cesareo"

Al Personale ATA

Al Sito Web dell'Istituto

Oggetto: Adesione al Progetto "Stili di vita salutari dei bambini" (A.S. 2026/2027) – Trasmissione Guida per la Famiglia e Schema Settimanale Spuntini e Merende dell'ASP di Messina

Gentili Genitori,

nell'ambito delle iniziative promosse dalla nostra scuola per favorire il benessere, la salute e la corretta crescita degli studenti, comunico che l'I.C. "Marconi - Cesareo" ha aderito per l'A.S. 2026/2027 al progetto **"Stili di vita salutari dei bambini"**, curato dal Servizio di Igiene degli Alimenti e della Nutrizione (SIAN) e dall'Unità Operativa Educazione e Promozione della Salute (UOEPSA) dell'ASP di Messina.

I dati di sorveglianza nutrizionale (tra cui l'indagine nazionale OKkio alla SALUTE) evidenziano come in Sicilia la percentuale di bambini in sovrappeso o con obesità raggiunga il 33,8%, rispetto alla media nazionale del 28,8%. All'origine di questo fenomeno vi sono spesso abitudini poco salutari, come il consumo abituale di snack ultra-processati e bevande zuccherate o gassate, unitamente alla sedentarietà.

Per contrastare questo trend, l'ASP di Messina e la scuola intendono fare "squadra" con le famiglie per promuovere la Dieta Mediterranea, educando i nostri ragazzi all'importanza della stagionalità, della territorialità dei prodotti e di una costante attività motoria.

Per guidarvi passo dopo passo in questo percorso di salute e aiutarvi a organizzare spuntini sani, variati e appetitosi, alla presente circolare vengono allegati due importanti documenti predisposti dalle dietiste del SIAN di Messina:

La "Guida per la Famiglia - A tavola con... la salute!"

Un vademecum ricco di informazioni nutrizionali e consigli pratici: dalla spiegazione dei 5 pasti giornalieri al piatto del mangiar sano, dalle tabelle di stagionalità di frutta e verdura fino a un ricettario tipico con idee gustose da preparare a casa.

Lo "Schema Settimanale Merende-Spuntini a Scuola"

Una griglia orientativa suddivisa per ordine di scuola (Infanzia, Primaria e Secondaria di I Grado). Lo schema propone alternative leggere e nutrienti per ogni giorno della settimana, per sostenere l'attenzione in classe senza appesantire la digestione.

La scuola rappresenta il luogo prioritario in cui si imparano le buone abitudini, ma è in famiglia che queste diventano uno stile di vita permanente. Vi invito pertanto a prendere visione con attenzione dei materiali allegati e a condividere con i vostri figli il valore di una merenda sana e di una quotidianità attiva.

Si precisa, inoltre, che le attività proposte nell'ambito del progetto, unitamente ai materiali informativi e alle guide allegate, sono trasmesse anche dall'Ufficio Scolastico Provinciale, a supporto delle iniziative di educazione alla salute e di promozione di corretti stili di vita.

Fiducioso nella Vostra consueta e sentita collaborazione, porgo cordiali saluti.

Allegati:

Allegato 1: Guida per la Famiglia - A tavola con... la salute! (ASP Messina)

Allegato 2: Schema Settimanale Merende-Spuntini a Scuola (ASP Messina)

Il Dirigente Scolastico
(ing. Antonino MACULA)

