

CIBO E SANI STILI DI VITA

"LA COLAZIONE A SCUOLA"

ANNO SCOLASTICO 2025 - 2026



Progetto dal titolo "Cibo e sani stili di vita" in collaborazione con il Comune di Trento offerto a insegnanti, bambini e genitori delle classi terze degli Istituti Comprensivi Trento 3 e Trento 4. L'obiettivo del progetto è sensibilizzare i destinatari sull'importanza della prima colazione e sui temi della sostenibilità ambientale e della lotta allo spreco alimentare.



ISTITUTO COMPRENSIVO	PLESSO	CLASSI	N. BAMBINI	N. GENITORI
IC TRENTO 4	M.BIANCA	2	31	29
	CLARINA	2	47	38
IC TRENTO 3	SAVIO	1	14	14
	RAVINA	2	35	28
TOTALE		7	127	109



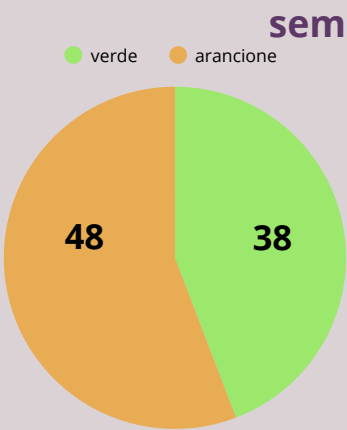
QUESTIONARI GENITORI

PRE-INTERVENTO

numero dei rispondenti: 90

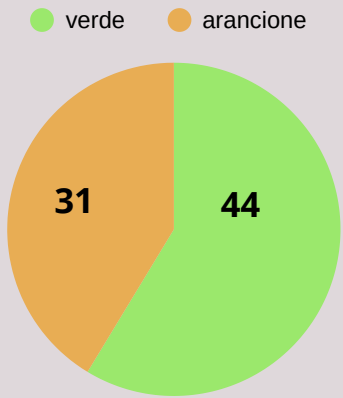
semaforo della colazione:

- verde** se ha consumato una colazione adeguata (una bevanda, un cereale e un frutto)
- arancione** se ha solo mangiato qualcosa o solo bevuto qualcosa
- rosso** se non ha mangiato nulla

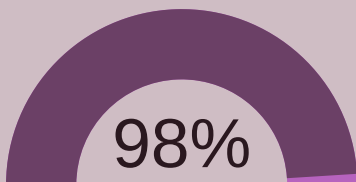
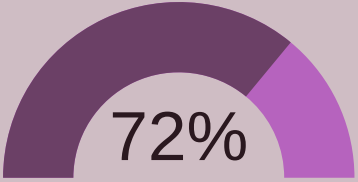


POST- INTERVENTO

numero dei rispondenti: 75



bambini che hanno condiviso il momento della colazione con i familiari



70%

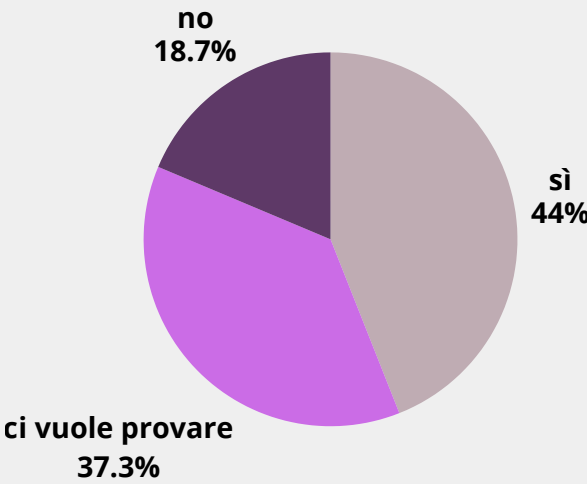
dei genitori pensa che fare colazione migliori il rendimento scolastico dei propri figli

96%

dei genitori pensa che fare colazione migliori il rendimento scolastico dei propri figli

Cambiamenti introdotti

Genitori che hanno modificato alcuni comportamenti dopo il progetto



Genitori che hanno trovato molto interessante il percorso fatto dal proprio figlio con la classe

96%



Attività	Percentuale (%)
la colazione in classe	62
l'incontro con i tirocinanti	15
laboratori con il MUSE	17
incontro sulla stagionalità	6
visita al mercato contadino	14
Realizzazione di un orto	14
piante officinali	14

BAMBINI



GENITORI



La colazione a scuola si è rivelata **un momento speciale di incontro tra alunni, famiglie e comunità scolastica**. L'iniziativa ha creato un **clima di allegria, entusiasmo e partecipazione**, permettendo a tutti di iniziare la giornata con **energia e serenità**.

Grande valore è stato dato alla condivisione: bambini, genitori e insegnanti hanno vissuto insieme un’**esperienza di convivialità**, rafforzando relazioni e senso di appartenenza. **I bambini, protagonisti attivi**, hanno dimostrato interesse e consapevolezza verso l’importanza di una colazione sana ed equilibrata.

Il cibo, apprezzato per **qualità e varietà**, ha contribuito al benessere generale, promuovendo buone abitudini alimentari e uno stile di vita sano.

L'iniziativa ha ricevuto grande apprezzamento da parte di tutti i partecipanti ed è stata vissuta come un'**esperienza significativa, educativa e da ripetere.**