



MINISTERO DELL'ISTRUZIONE E DEL MERITO
ISTITUTO COMPRENSIVO "BALILLA-IMBRIANI"
70121 BARI (BA) - Largo Carabellese 1 - ☎ tel/fax 080/553.4737 - 080/554.0915
C.F. 93402560721 - Codice Meccanografico BAIC81400N
e-mail: baic81400n@istruzione.it - PEC: baic81400n@pec.istruzione.it
sito web <https://balillaimbriani.edu.it/>

Comunicazione n. 115

Ai Genitori e Agli Alunni
Al personale docente e ATA
Al Direttore SGA
Al sito web dell'Istituto

Seminario e laboratori per promuovere l'alimentazione consapevole e prevenire i disturbi alimentari nell'età evolutiva attraverso la mindful eating

In collaborazione con la **dott.ssa Floriana Martiradonna**, biologa nutrizionista, il nostro Istituto organizza due seminari per genitori e docenti e due laboratori rivolti agli alunni cinquenni della scuola dell'infanzia e agli alunni delle classi prime della scuola primaria.

Gli incontri mirano a spiegare i concetti dell'alimentazione rispettosa e a fornire strumenti su come affrontare le maggiori difficoltà che si possono incontrare con i bambini, ad es. nel caso della alta selettività alimentare, e le modalità per parlare del cibo e del corpo con i bambini.

Nel corso dei laboratori pratici di **mindful eating** i bambini dell'ultimo anno scuola dell'infanzia (cinquenni) e delle classi prime della scuola primaria sperimenteranno l'arte di mangiare con consapevolezza. La mindful eating è un approccio al cibo e all'alimentazione basato sulla mindfulness, grazie alla quale si può imparare ad essere presenti, connessi con se stessi e con il momento presente mentre si mangia.

Gli incontri si terranno come di seguito indicato:

N	Data	Orario	Luogo	Destinatari
1	Giovedì 30/01/2025	09:30	Sez. B	Alunni cinquenni
		10:30	Sez. E	scuola dell'infanzia
2	Giovedì 06/02/2025	09:00	Aula n. 27	Classi 1^A, 1^D, 1^E
		10:30	Aula n. 21	Classi 1^B, 1^C
3	Martedì 11/02/2025	17:15-18:15	Salone 1. piano (Balilla)	Genitori, Docenti, ATA
4	Martedì 11/03/2025	17:15-18:15	Salone 1. piano (Balilla)	Genitori, Docenti, ATA

I docenti in servizio nelle classi alle date e agli orari indicati in tabella garantiranno la vigilanza nelle classi e nel salone (1. piano), laddove indicato in tabella, oltre allo spostamento dalle classi e al loro rientro nei tempi indicati.

Bari, lì 20/01/2025

La Dirigente scolastica
Prof.ssa Giuliana Deflorio