

Progetto Arca di Noè: primi risultati

GUIDO MONACELLI¹, ELISA BAZZUCCHI², SARA TAVANI²

¹ USL Umbria 1; ² Centro Studi Nutrizione Umana, Gubbio

Premessa

Il progetto Arca di Noè, realizzato con il contributo della Fondazione Cassa di Risparmio di Perugia, si basa su una sinergia fra il Centro Studi Nutrizione Umana, USL Umbria 1, Comune di Gubbio e altri soggetti del territorio (Fig. 1); il progetto è ancora in evoluzione e in questa sede si riportano i risultati ottenuti in collaborazione con il Terzo Circolo Didattico di Gubbio (dati aggiornati a marzo 2021).

Descrizione del progetto

“L’Arca di Noè” mira a fornire innanzitutto alla popolazione anziana del territorio dell’Alto Chiascio in Umbria, ma anche a quella regionale e non, dei nuovi strumenti teorici e pratici per attraversare nel modo più sicuro possibile la difficile fase di convivenza con il virus SARS-CoV-2 da poco apertasi, rafforzandone la capacità di prevenzione e permettendole di gestire con cautela i contatti interpersonali, in attesa del completamento della campagna di vaccinazione e di una terapia efficace.

Ai tempi del diluvio universale Noè portò in salvo tutti gli animali, senza distinguere tra sani e malati, forti e indifesi. Oggi, a 35 anni dall’avvio del progetto “Città del BEN... ESSERE!!”, il Centro Studi Nutrizione Umana (CeSNU) si confronta con una pandemia che ripropone una simile necessità, quella di salvarsi tutti insieme, dimostrando che tutti dipendiamo, ora più che mai, dai comportamenti degli altri e che apparteniamo a un sistema fortemente integrato, dove ognuno è responsabile dell’intero ecosistema. Ciò non esclude certo gli anziani, che devono essere tutelati al meglio per non ammalarsi e non veicolare il contagio, oltre che per proteggere la nostra più preziosa fonte d’identità e resilienza sociale, sia in termini di memoria



Figura 1. Sinergie del progetto.

ed esperienza che in più prosaici termini di *welfare* domestico, in cui i nonni svolgono notoriamente un ruolo essenziale.

Coinvolgendo in un partenariato fortemente sinergico soggetti pubblici e privati, il CeSNU propone una serie di originali attività di divulgazione e didattica informale,

PAROLE CHIAVE

COVID-19, droplets, DPI, alfabetizzazione digitale, parents education

CORRISPONDENZA

Guido Monacelli
gm@nutrition.it

incentrate sui temi della prevenzione e della socialità digitale: da una sana alimentazione e da dei corretti stili di vita, all'igiene personale, all'utilizzo di mascherine e altri DPI, alle misure di distanziamento sociale, fino all'alfabetizzazione digitale e alle innovative forme di "solidarietà della salute" sperimentate dalla società civile. Il progetto propone un percorso composto per metà da strumenti di comunicazione televisivi tradizionali e per metà da incontri live interattivi, mirando da un lato a raggiungere molte persone costrette a limitare i propri contatti e poco avvezze agli strumenti ICT (*information and communications technology*), e dall'altro a mitigare il *digital divide* intergenerazionale, che impedisce ai nostri anziani di beneficiare degli strumenti di *e-learning* e socializzazione digitale. Il format televisivo, trasmesso dall'emittente Tele Radio Gubbio, si rivolgerà a un'ampia audience regionale, con uno specifico target tra i più anziani, mentre gli incontri live coinvolgeranno dei gruppi più ristretti di destinatari over 65, i quali, insieme a dei tutor e all'aiuto di familiari e amici, seguiranno un corso di alfabetizzazione digitale, ideato per consentire loro di prendere parte alle successive attività di *video-conferencing*. Agendo poi come *peer-educator*, questi destinatari restituiranno a cascata gli insegnamenti acquisiti tra i conoscenti e i familiari, nelle loro associazioni e al di fuori, in degli incontri predisposti in sicurezza presso centri ricreativi, quali la ludoteca e la biblioteca del Comune di Gubbio, producendo nella comunità di riferimento, e auspicabilmente al di là di questa, un potente effetto moltiplicatore delle conoscenze. Qualora la positiva evoluzione dell'emergenza sanitaria lo consenta, delle attività didattiche informali saranno predisposte anche a cornice dei mercati agro-alimentari locali, dove nutrizionisti e altri esperti si affiancheranno ai *peer-educator* e ai produttori del territorio. Tutto ciò contribuirà a rafforzare la capacità di resilienza della componente sociale più a rischio, proteggendo in tal modo l'intera comunità.

Motivazioni e bisogni

- Proteggere gli anziani più vulnerabili al contagio da COVID-19.
- Tutelare il territorio da nuovi focolai, soprattutto dove l'età media è più elevata.
- Diffondere un corretto impiego dei dispositivi e dei comportamenti di prevenzione.
- Preparare il sistema immunitario ad affrontare le minacce virali e gestire al meglio le patologie pregresse.
- Diffondere delle pratiche di consumo sostenibili.

- Mitigare il *digital divide* intergenerazionale.
- Ridurre l'isolamento sociale dei più anziani.
- Diffondere dei comportamenti e delle iniziative più solidali, come forma di reazione collettiva alla crisi.
- Riflettere sull'interdipendenza dei comportamenti individuali e sulla fragilità dell'ecosistema.
- Riflettere sull'importanza della biodiversità.

Ambito di intervento e obiettivo del progetto

Il progetto interviene nell'ambito della prevenzione, proponendo delle iniziative finalizzate a proteggere la popolazione anziana dai rischi per la salute fisica e psicologica derivanti dalla convivenza con il virus SARS-CoV-2.

Nonostante la bassa mortalità da COVID-19 nella nostra "regione verde", legata probabilmente anche a degli stili di vita sani da mantenere, incentivare e plasmare, molti territori umbri presentano un'elevata età media e ciò comporta l'esistenza nelle nostre comunità di un ampio rischio sanitario, conseguente alla ripresa delle interazioni sociali.

Il progetto punta a promuovere nel territorio dei cambiamenti di comportamento, che si radichino nel tempo e rendano gli anziani più resilienti e in grado di tutelarsi ben oltre la fine dell'emergenza. Oltre ai rischi per l'incolumità fisica, si vuole ridurre anche quelli per la salute psicologica e cognitiva, causati da un isolamento sociale e culturale particolarmente gravoso per una fascia d'età poco avveza all'utilizzo di ICT, verso cui il progetto propone un avvicinamento. Si vuole inoltre stimolare un approccio innovativo ai problemi della vita quotidiana, come la spesa o le povertà emergenti, rendendoli un'occasione di educazione alimentare e di solidarietà.

Nel suo insieme, si propone un modello educativo sperimentale rivolto alla terza età, replicabile in caso di successo in altri contesti territoriali e capace di ingenerare un processo moltiplicatore di conoscenze tese a produrre un duraturo cambiamento degli stili di vita. Data l'interdipendenza delle componenti sociali e la trasversalità del contagio, inoltre, l'obiettivo non sarà solo tutelare gli anziani, ma l'intera comunità.

Specifiche sul luogo/sui luoghi di realizzazione del progetto

Data la situazione emergenziale in corso, che limita fortemente le possibilità di aggregazione e impedisce di generare forme di assembramento, unitamente all'imprevedibilità della sua evoluzione futura, il proget-

to punta prioritariamente all'utilizzo di forme di *e-learning* e di comunicazione a distanza. Sede principale della prima parte delle attività sono stati pertanto gli studi televisivi dell'emittente TRG (www.trgmedia.it/), a cui è stato affidato il servizio tecnico di realizzazione delle trasmissioni progettate. Un numero limitato di ospiti ha preso parte, in condizioni di completa sicurezza sanitaria, agli incontri televisivi in studio, mentre i tecnici hanno realizzato delle riprese in esterno che poi sono state appositamente montate.

La parte relativa all'alfabetizzazione digitale ha avuto luogo presso la sede del Digipass di Gubbio, attraverso la costituzione di piccoli gruppi, riuniti in tutta sicurezza nelle sale più ampie della struttura.

La parte delle attività live, destinate alla formazione di *peer-educator*, si sta ancora svolgendo in remoto, attraverso l'utilizzo di una piattaforma di *video-conferencing*, e vede coinvolti sia gli specialisti che i destinatari diretti.

In parallelo alle attività in *web-conference*, ulteriori attività formative verranno poi modulate, in base sempre all'evolvere della situazione, in ulteriori incontri virtuali e in piccoli incontri in presenza, in particolare presso le sedi delle associazioni partner, presso le sedi della Biblioteca Comunale e della Ludoteca di Gubbio e a cornice dei mercati agro-alimentari locali.

Le attività organizzative si sono svolte e si svolgeranno in parte in remoto e in parte presso la sede del CeSNU e presso gli studi televisivi.

Impatto sociale

Il progetto prevede di avere un ampio impatto sociale, in termini di educazione della popolazione più e meno anziana a uno stile di vita sano e previdente. In attesa di una più radicale soluzione alla crisi, quale un vaccino o un'efficace terapia, le attività proposte permetteranno di ridurre il rischio di una ripresa della diffusione del contagio da SARS-CoV-2 nella regione e di contribuire ad arginare altre ondate virali, già osservate in passato con l'influenza spagnola, che provocò 100 milioni di vittime nel mondo. Più a lungo termine, si prevede di rendere la popolazione più resistente e resiliente di fronte a nuove possibili minacce epidemiche di diversa natura. La ripresa graduale delle attività economiche e dell'interazione sociale, avviata dal 4 maggio 2020, comporta per i nostri territori numerosi rischi sanitari, in quanto, nonostante la minore densità demografica, la popolazione locale, soprattutto nei borghi, dimostra un'età media più alta di quella nazionale e una scarsa penetrazione della malattia COVID-19.

Più nello specifico, il progetto prevede di contribuire:

- a una minore penetrazione del contagio da SARS-CoV-2 e al mantenimento dell'indice Rt sotto la soglia di sicurezza;
- alla diffusione tra la popolazione più anziana di comportamenti più sani e meno a rischio;
- alla predisposizione dei più giovani a una maggiore cautela nell'interazione con la popolazione anziana;
- alla mitigazione del *digital divide* intergenerazionale;
- a un orientamento dei consumi in senso salutistico e sostenibile, con conseguenti ripercussioni positive sulle attività agroalimentari locali, basate su elevati standard qualitativi (biologico, salutistico, biodiversità, filiera corta ecc.);
- alla diffusione e al coinvolgimento dei più anziani nelle nuove attività di solidarietà, sviluppatesi a livello locale dopo l'esplosione della pandemia;
- a una più ampia riflessione sui temi della sostenibilità dei nostri stili di vita dal punto di vista ecologico, economico e sociale, stimolando là dove possibile delle correzioni di corso.

Aspetti innovativi

- Adattamento del principio del *long-life learning* alla crisi sanitaria in atto e all'esigenza di attivare la resilienza della popolazione anziana.
- Combinazione organica di una serie di strumenti distinti, modulati per rivolgersi a una popolazione over 65.
- Affiancamento di attività di tipo interattivo, avviate a seguito di appositi percorsi di alfabetizzazione digitale e a strumenti di comunicazione di massa più tradizionali come le "pillole televisive".
- Attivazione (o riattivazione dopo il lock-down) sinergica di risorse pubbliche e private del territorio, come ad esempio Digipass, locali delle associazioni no-profit, Biblioteca e Ludoteca.
- Approccio metodologico interdisciplinare e integrato, misto di comunicazione frontale, didattica informale e *peer-education*, finalizzato a moltiplicare la ricaduta e ad adattarsi all'imprevedibile evolvere dell'emergenza epidemica.

Descrizione della prosecuzione del progetto

Attraverso il coordinamento di diverse iniziative formative tra loro collegate, il progetto mira a porre in essere un processo di diffusione a livello sociale di conoscenze sostenibili nel tempo, che si intende mantenere in vita ben oltre i confini temporali della sua attuazione,

insieme a un modello didattico-divulgativo informale, ideato appositamente per rivolgersi in modo efficace a un pubblico over 65, replicabile in numerose realtà territoriali e con l'adesione, di volta in volta, di differenti soggetti partner.

Innanzitutto, il progetto mira al radicamento nella popolazione coinvolta di comportamenti corretti dal punto di vista della sanità e della prevenzione, che, una volta acquisiti, possano trasformarsi in vere e proprie nuove abitudini di vita, ponendo la popolazione più anziana al riparo non solo della minaccia contingente rappresentata dal virus SARS-CoV-2, ma anche da altre future minacce, virali e non solo.

In secondo luogo, si punta a integrare, tra le metodologie adottate, quella della *peer-education*, con il preciso obiettivo di ingenerare un processo di trasmissione orizzontale delle conoscenze in grado di autoalimentarsi nel futuro, secondo una logica di diffusione a cascata e di moltiplicazione delle esperienze proposte.

Inoltre, si promuove con il progetto la creazione di un "format educativo" studiato per coinvolgere specificamente la popolazione più anziana, da cui possono derivare numerosi spin-off, inserendo i modelli didattici sperimentati all'interno di diversi contesti: nella cornice di mercatini cittadini, di expo dedicati al settore agroalimentare, di mostre-mercato, di eventi culturali di varia natura, tutte realtà che possono risultare utilmente arricchite da una dimensione di informazione e sensibilizzazione dedicata alla prevenzione, alla salute e al benessere.

Nel complesso, il progetto aspira a realizzare una *best practice*, replicabile e facilmente valorizzabile con dei nuovi e sempre aggiornati contenuti. Gli stessi docenti coinvolti includeranno le esperienze e le conoscenze acquisite durante il progetto nei loro percorsi professionali, arricchendo e perfezionando i rispettivi percorsi didattici, ad esempio a livello universitario, a livello dei servizi pubblici territoriali e di iniziative dell'associazionismo.

Dando infine largo spazio alla voce dei destinatari, a cui verranno offerte numerose occasioni di contatto e di confronto con i partner di progetto tramite diversi strumenti di comunicazione e incontri fisici e interattivi, si prevede di facilitare l'espressione delle esigenze e delle criticità sociali vissute allo stato attuale da questa fascia di popolazione, molte delle quali sono indotte dalla crisi sanitaria in corso, secondo un prezioso processo *bottom up* che permetterà alle politiche locali di tenerne conto, operando con una maggiore consapevolezza dei nuovi e più urgenti problemi della terza età nel territorio.

Testo della lista e descrizione delle azioni, come elencate nel progetto

1. Organizzazione e calendarizzazione

15 luglio-31 luglio

Le attività organizzative avranno inizio a metà luglio (o appena possibile, in caso di approvazione del progetto, in base ai tempi di valutazione e di pubblicazione degli esiti del bando) e serviranno per coordinare le successive attività e i ruoli dei diversi soggetti del partenariato. Queste avranno luogo attraverso degli accordi in remoto e delle riunioni fisiche là dove necessario, nella sede operativa del CeSNU e del Comune di Gubbio, presso il Digipass e presso gli studi televisivi di TRG.

2. Comunicazione

20 luglio-16 maggio

L'attività di comunicazione accompagnerà tutto lo svolgimento del progetto, intensificandosi all'inizio delle sue diverse fasi, così da diffonderne notizia tra il pubblico e coinvolgere quanti più destinatari interessati possibile, ma proseguendo anche durante il corso delle attività stesse. Servizi di informazione, di approfondimento e di dialogo con il pubblico, ideati per registrarne le richieste e le istanze e per offrire dei chiarimenti, un sostegno e un continuo aggiornamento, saranno mantenuti attivi durante tutto lo svolgimento del progetto, ad opera dei diversi partner e utilizzando tutti i canali a loro disposizione: telefonici, live/chat, e-mail, social, siti web.

3. Ciclo di "pillole televisive"

3 agosto-30 ottobre

Il format televisivo sarà composto da una serie di trasmissioni, in parte registrate in studio e in parte girate all'esterno, con la partecipazione di numerosi ospiti di volta in volta selezionati in base al tema della puntata, alcuni invitati in presenza e altri in collegamento (anche a seconda delle possibilità di movimento all'epoca delle registrazioni): ci saranno esperti tra medici specialisti, professori universitari, farmacisti professionisti, imprenditori, consumatori attuatori di *best practices* innovative nel settore dell'economia sostenibile e solidale in tempi di crisi e molti altri. Il ciclo predisposto prevede il seguente palinsesto:

- puntata introduttiva – presentazione del progetto e dei soggetti coinvolti;
- pillola sanitaria generale – la "fotografia della pandemia";
- pillola nutrizionale 1 – alimentazione, sistema immunitario e fragilità;
- pillola nutrizionale 2 – alimentazione e biodiversità, i vantaggi inesplorati;

- pillola nutrizionale 3 – la novità della solidarietà salutistica;
- nuovi stili di vita – distanziamento sociale, igiene delle mani, utilizzo di mascherine chirurgiche e DPI;
- pillola teatrale – alcuni attori ci aiutano, con simpatici sketch, a vivere insieme le nuove dinamiche familiari e sociali;
- le testimonianze dei pazienti – i racconti di alcuni pazienti guariti dal COVID-19;
- cosa ci insegna tutto questo? – riflessioni sul duplice volto della pandemia e sulle lezioni positive da apprendere;
- l'alfabetizzazione informatica – nonni e nipoti insieme per diventare "peer educator".

4. Corsi di alfabetizzazione digitale 2 novembre-15 novembre

Attività d'informaticizzazione gratuite, svolte presso le sale del Digipass di Gubbio, divise in 4 corsi per piccoli gruppi di circa 6 persone over 65 selezionate come *peer-educator*, che saranno guidati da tutor ed esperti in un percorso di familiarizzazione con i più comuni strumenti di comunicazione digitale (navigazione, e-mail, chat, utilizzo di piattaforme di *video-conferencing*). Gli incontri saranno propedeutici all'utilizzo, da parte dei partecipanti, di un servizio di *web-conferenze* da selezionare tra i più diffusi, quali Zoom o Jitsi, che ospiterà in successivi incontri tematici i *peer-educator* insieme a docenti e specialisti.

5. Ciclo di incontri live per la formazione di *peer-educator* 16 novembre-14 febbraio

Il ciclo prevede una serie di attività di formazione a distanza, riservate ai *peer educator* e dedicate ai seguenti temi:

- la malattia COVID-19 e il suo impatto sulla società e sulla vita dei più anziani;
- approfondimenti sull'alimentazione mediterranea;
- stili di vita attivi;
- salute e solidarietà;
- igiene personale;
- distanziamento sociale;
- utilizzo corretto di mascherine chirurgiche e DPI;
- incontro di sintesi.

6. Attività di propagazione attuate dai *peer-educator* 15 febbraio-16 maggio

L'ultima fase del progetto sarà dedicata all'avvio di una serie di attività di propagazione delle conoscenze acquisite da parte dei *peer-educator* che, affiancati

dai tutor e dagli esperti, riproporranno le loro esperienze in diversi contesti: all'interno delle proprie associazioni, in incontri organizzati presso la Ludoteca e la Biblioteca Comunali, animando insieme a esperti nutrizionisti i mercati agroalimentari locali, organizzando spese "guidate" all'interno di supermercati e simile.

Eventuale descrizione generale delle azioni intraprese nel progetto

Il cronoprogramma è basato sull'ipotesi che l'eventuale esito positivo della valutazione del progetto possa venire comunicato a fine giugno. I tempi di attuazione sarebbero chiaramente posticipati nel caso in cui il processo di valutazione richiedesse più tempo.

Il progetto prevede uno svolgimento su un arco temporale complessivo di 10 mesi, durante il quale troveranno spazio sei tipi di attività: organizzazione; comunicazione; format televisivo; corsi di digitalizzazione per *peer-educator* over 65; ciclo di incontri live; attività di propagazione dei *peer-educator*.

Dopo una breve fase di **organizzazione**, che servirà a definire con precisione le scadenze e a coordinare le azioni dei vari partner, prenderà avvio una serata attività di **comunicazione**, che accompagnerà il progetto in modo intenso durante tutto il suo ciclo di svolgimento.

Dopo circa una settimana di **comunicazione di lancio** del progetto, prenderà avvio il corpo vero e proprio delle attività formative, le quali saranno suddivise in quattro fasi fondamentali, logicamente connesse tra di loro. Una prima fase sarà dedicata alla trasmissione di un **format televisivo**, con degli appuntamenti settimanali dedicati ai principali temi del progetto. Tra una puntata e l'altra si svolgeranno le necessarie registrazioni e attività preparatorie della trasmissione successiva. Alla chiusura di questa fase, dopo l'apposito lancio televisivo e degli altri strumenti di comunicazione, si avvieranno i **corsi di alfabetizzazione informatica per la terza età**, che porteranno alla selezione e alla formazione dei *peer-educator* over 65. Essi prenderanno parte alla successiva fase di dibattito con gli esperti, che si svolgerà in degli appositi **incontri di formazione in web-conferenze**, dedicati a temi ricorrelati a quelli affrontati in precedenza anche in TV. Infine, a quest'ultima fase seguirà quella conclusiva del progetto, in cui i *peer-educator* così formati, sia nell'utilizzo di strumenti di comunicazione a distanza che sui contenuti affrontati, procederanno a loro volta, attraverso diversi canali, a condurre attività di **propagazione** delle conoscenze nei loro contesti sociali di riferimento.

GANTT

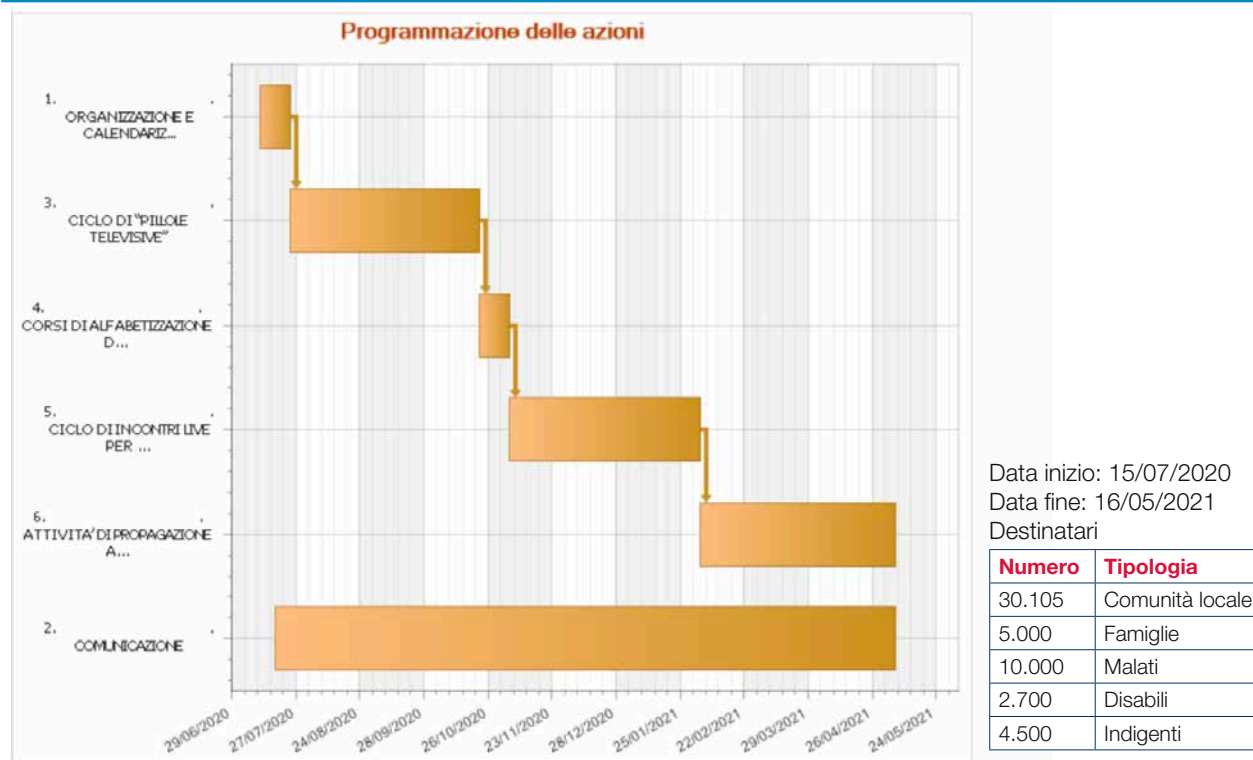


Figura 2. Programmazione delle azioni.

Descrizione dei destinatari

La popolazione dei destinatari è qui quantificata tenendo conto dei seguenti criteri e delle diverse categorie di soggetti che verranno coinvolti nelle diverse attività progettuali:

- secondo i più recenti dati auditel disponibili (marzo 2020), attraverso il ciclo di puntate programmato e le relative repliche, la tele-emittente regionale TRG è potenzialmente in grado di raggiungere una popolazione di **27.226 spettatori in Umbria**, ai quali devono aggiungersi i **1.079 spettatori registrati in Toscana**, per un totale di 28.305 spettatori stimati (dati auditel disponibili all'indirizzo: www.auditel.it/wp-content/uploads/2020/04/Regionale-TV-Locali_2020.pdf). Si prevede inoltre che nei prossimi mesi, in cui la mobilità della popolazione rimarrà ridotta e i temi della salute centrali, lo *share* del format televisivo proposto in prima serata possa essere particolarmente elevato e che il numero complessivo degli spettatori possa continuare a crescere, come ha fatto per tutto il primo trimestre del 2020;

- tra questi spettatori rientreranno i **24 destinatari** dei corsi di alfabetizzazione digitale, i quali prenderanno parte alle lezioni individualmente o insieme a parenti o amici più giovani, in grado di accompagnarli e aiutarli (figli, nipoti ecc.). Gli stessi saranno così messi in condizione di partecipare in *web-conference* a una serie di appuntamenti live, in cui verranno progressivamente formati come *peer-educator* sui temi del progetto, come la salute, l'alimentazione e i corretti comportamenti di prevenzione del contagio;
- le attività di successiva propagazione delle conoscenze, attuate ad opera dei *peer-educator*, si stima che avranno poi impatto su una popolazione di circa **300 famiglie**, le quali saranno coinvolte in gruppi di circa 10/12 famiglie a incontro, per un totale di circa **1800 individui** coinvolti direttamente nelle attività;
- rispetto al totale di questa popolazione, di oltre 30.000 persone, si ritiene che un terzo circa, pari ad almeno **10.000 persone**, sia costituito da individui portatori di una o più patologie, che un 9%,

pari a circa **2.700 persone**, sia costituito da disabili e che un 15%, pari a circa **4.500 persone**, sia costituito da indigenti, seppure quest'ultimo valore, basato su delle statistiche ufficiali, possa essere in realtà ben superiore, a causa delle nuove povertà e delle povertà relative emerse in modo drammaticamente improvviso con l'esplosione della pandemia di COVID-19.

Partner

Il partenariato proposto mette in rete una serie di soggetti pubblici e privati, i quali, condividendo gli obiettivi del progetto, hanno deciso di coordinare il proprio operato nella sua attuazione e di porre una parte delle loro risorse al suo servizio. Mentre alcuni di essi hanno già esperienza di collaborazioni comuni, altri costituiscono invece una presenza innovativa e originale. Grazie a questa sinergia, il progetto, coordinato a livello scientifico e operativo dal CeSNU, potrà godere di ampie e variegata esperienze, oltre a valorizzare in modo nuovo e più redditizio risorse pubbliche e private integrate tra loro:

- Federazione Regionale Coldiretti Umbria;
- Associazione Centro Sociale San Pietro;
- Fondazione Archeologia Arborea;
- Aratorio Familiare;
- Comune di Gubbio;
- Gubbio Cultura e Multiservizi;
- USL Umbria 1;
- Terzo Circolo Didattico Gubbio;
- Scuola Secondaria di 1° grado Mastro Giorgio-Nelli di Gubbio.

Risultati aggiornati ad aprile 2021

La serie televisiva si è regolarmente svolta in dieci puntate di sensibilizzazione sui temi trattati:

- Introduzione, parlano i pazienti guariti: <https://youtu.be/q2ucxAueZBo>
- L'immunomenù: <https://youtu.be/HSVPInEIKul>
- Le nuove povertà causate da COVID-19: <https://youtu.be/5gvcB5-4qws>
- La parola ai giovani: <https://youtu.be/tdpeR4qgSgA>
- Come evitare il contagio: <https://youtu.be/NfHJbvnHozE>
- Parlano di nuovo i giovani: <https://youtu.be/g8GRzChzfp0>
- Evitiamo un nuovo lockdown: <https://youtu.be/fks66226A9l>
- Inizia l'alleanza con le istituzioni scolastiche: <https://youtu.be/KFVikb3s41k>

- News sui vaccini: <https://youtu.be/cfPzQevclMc>
- Parliamo dei vaccini: <https://www.trgmedia.it/Link-14p-tutto-sui-vaccini/video-24464.aspx>

Attività di disseminazione sul territorio

“Hai la corona ma non sei un re”.

Inizia così la filastrocca creata dagli alunni della classe prima della Scuola Primaria di Madonna del Ponte (Gubbio), che partecipano al progetto Arca di Noè: il Terzo Circolo Didattico di Gubbio è infatti entrato “prepotentemente” nel vivo del progetto, cogliendone rapidamente gli obiettivi e traducendoli in delle attività realizzate dai giovani alunni.

In questo modo sono “fiorite” filastrocche, riproduzioni allegoriche del virus, cruciverba, video sulle corrette norme igieniche, *recall* alimentari e interviste ai nonni (Figg. 3-5).

I giovanissimi “nativi digitali” hanno inoltre allenato i nonni sia all'utilizzo delle videochiamate sia a quello delle videoconferenze: incompleti ma utili “surrogati” degli abituali incontri familiari, vista la difficoltà di un contatto fisico fra i non conviventi (Fig. 6).

Nelle interviste realizzate dagli alunni ai nonni è emersa la sofferenza collegata a questa forzata e prolungata fase di separazione, che purtroppo è destinata a protrarsi.

Il 2021 è iniziato con la distribuzione a livello planetario dei vaccini e oggi vediamo quindi la luce in fondo al tunnel, ma, anche per la diffusione delle cosiddette “varianti” del virus, non si deve “abbassare la guardia” sulle norme più volte ripetute: il distanziamento sociale, l'igiene delle mani, l'utilizzo corretto delle mascherine.

Il Terzo Circolo Didattico di Gubbio comprende circa 800 famiglie e nei vari plessi scolastici sono state realizzate:

1. interviste fatte dagli alunni, che fanno emergere lo stato psicologico derivante dalla separazione forzata delle famiglie;
2. “pillole” teatrali, per disseminare l'informazione centrale del progetto, ovvero la protezione dei nonni.

Le attività sono disponibili ai seguenti link:

- Plesso Padule Parents education: <https://youtu.be/3PR52AUuKHY>
- Plesso Padule Immunomenù: <https://youtu.be/z0gZ4Kfb9AA>
- Plesso San Martino Parents education: <https://youtu.be/Xu-GrXNudHY>
- Plesso Madonna del Ponte Parents education: <https://youtu.be/YBavIL81J6c>
- Plesso Torre dei Calzolari Parents education: <https://youtu.be/dc-spuLMvxk>

Info: tel. 075-9272158, www.terzocircologubbio.edu.it

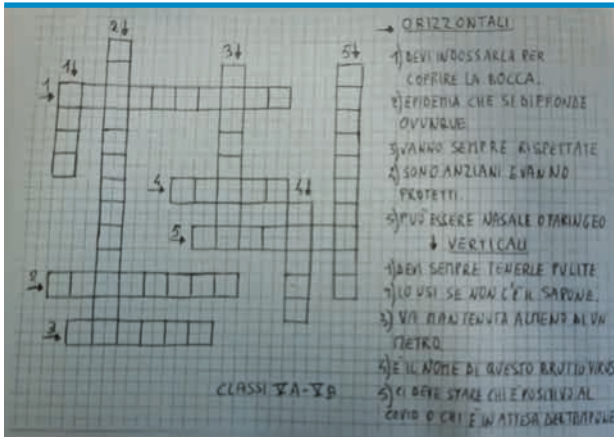


Figura 3. Cruciverba.

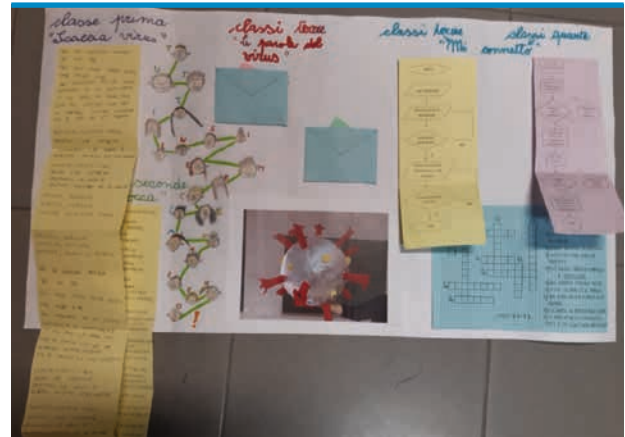


Figura 5. Parents education.



Figura 4. Parole chiave.

Scuola Primaria Madonna del Ponte, classe I
Hai la corona, ma non sei un re

Qui non puoi fare quel che pare a te
 sei arrivato da un posto lontano e io gentilmente ti ho
 dato la mano,
 ma ora ho capito che sei un brutto mostro, vattene via
 e fai al più presto.
 Scaccia, scaccia virus, vedrai che sparirà.

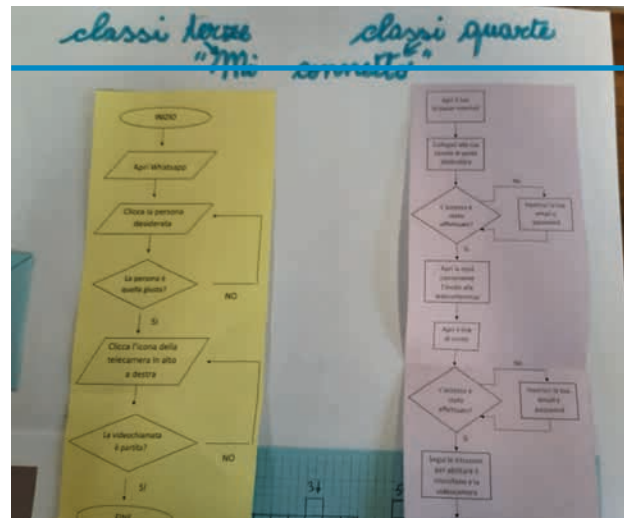


Figura 6. Alfabetizzazione digitale.

Laviamoci le mani e questo mostro se ne andrà.
 Scaccia, scaccia virus, vedrai che sparirà.
 Laviamoci le mani e questo mostro se ne andrà.
 Scaccia, scaccia,
 scaccia, scaccia,
 scaccia, scaccia virus.
 Scaccia, scaccia,
 scaccia, scaccia,
 scaccia, scaccia virus.

Scuola Primaria Madonna del Ponte, classe II
Felici insieme ritorneremo

Quest'anno quasi terminato un brutto virus ci ha portato,
 il suo nome è Corona, è cattivo e non perdona.
 Lui è piccolo e malvagio, ha portato un gran contagio
 nelle città e nei paesini dividendo nonni e bambini.

In attesa di una cura ci comportiamo con premura: stiamo in casa senza uscire perché vogliamo farlo sparire.

Lavarsi le mani è importante con acqua e sapone, gel e disinfettante.

Noi siamo amanti della pulizia per sconfiggere questa malattia.

Portiamo sempre la mascherina dalla sera alla mattina e stiamo a distanza di sicurezza perché è una questione di salvezza.

Se con i nonni vogliamo parlare una soluzione possiamo trovare:

fare una bella videochiamata in qualsiasi momento della giornata.

Meet, WhatsApp e altre applicazioni ci regalano emozioni

ci fanno stare in contatto con tutti in questi giorni a volte un po' brutti.

Questa è la strada da seguire perché il Corona possa sparire

con l'impegno noi vinceremo e felici insieme ritorneremo.

Conclusioni

Il progetto ha dimostrato la capacità di interagire costruttivamente con la popolazione del territorio, in particolare durante le fasi di lockdown. Ciò è stato possibile grazie alla collaborazione con la TV locale, che ha per così dire "aperto la strada" alle attività realizzate a livello scolastico, in presenza e in remoto.

Sono in corso le ultime attività previste dal progetto

e, in base all'andamento della pandemia, si cercherà di concludere gioiosamente e in presenza il viaggio dell'Arca con un "mercato agroalimentare educativo", che prevede la presenza di selezionati produttori locali, affiancati da una serie di "Angoli del BEN... ESSERE!!" per fornire informazioni su una corretta alimentazione, sull'importanza della biodiversità, su una corretta attività motoria, sulla gestione dello stress e altro.

Conflitto di interessi

Gli Autori dichiarano nessun conflitto di interessi.

La Scuola ha dato un significativo impulso al progetto ARCA DI NOÈ, sperimentando buone pratiche di educazione e cura intergenerazionale per la prevenzione del contagio da COVID-19.

Si ringrazia quindi la Direzione Didattica e tutte le componenti del Terzo Circolo Didattico di Gubbio per l'impegno profuso nelle varie attività.

Sitografia essenziale

- 1 www.who.int
- 2 www.consilium.europa.eu
- 3 www.governo.it
- 4 www.salute.gov.it
- 5 www.iss.it
- 6 www.iss.epicentro.it
- 7 www.protezionecivile.gov.it
- 8 www.coronavirus.gimbe.org
- 9 www.nutrition.it

How to cite this article: Monacelli G, Bazzucchi E, Tavani S. Progetto Arca di Noè: primi risultati. *Attualità in Dietetica e Nutrizione Clinica* 2021;13:27-35.

L'articolo è OPEN ACCESS e divulgato sulla base della licenza CC-BY-NC-ND (Creative Commons Attribuzione – Non commerciale – Non opere derivate 4.0 Internazionale). L'articolo può essere usato indicando la menzione di paternità adeguata e la licenza; solo a scopi non commerciali; solo in originale. Per ulteriori informazioni: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.it>