

Firenze, 4 giugno 2026

Ai Dirigenti Scolastici degli Istituti Comprensivi e/o Circoli Didattici
LORO SEDI NELLA REGIONE

Oggetto: "In Fuga dal Glutine" - Progetto di informazione e sensibilizzazione sulla celiachia per aiutare l'inserimento dei bambini celiaci nella comunità scolastica. L'attività intende educare i giovani allievi, **celiaci e non**, alla diversità (alimentare e culturale), intesa come risorsa e ricchezza, attraverso una metodologia ludica che facilita l'integrazione e l'apprendimento.

Spettabile Direttore/Direttrice

L'Associazione Italiana Celiachia APS – ETS promuove da diversi anni **un progetto, gratuito, rivolto alle scuole dell'infanzia e alle scuole primarie, allo scopo di offrire strumenti per ridurre il disagio** che i minori possono vivere in classe, ma anche più in generale nella loro vita sociale, disagio che potrebbe essere causato dalla diversità alimentare (che sia celiachia, per la quale **l'unica terapia oggi nota è la rigorosa e permanente dieta senza glutine**, o altra intolleranza o scelte alimentari dettate dalla cultura della famiglia di appartenenza).

Sono impegnati nell'attività volontari e collaboratori AIC che, con il supporto degli insegnanti, portano nelle scuole materiale didattico per docenti e alunni pensato per coinvolgere attivamente tutta la classe e accompagnare gli allievi in un percorso che consente loro di scoprire la diversità imparando e divertendosi.

Qual è l'obiettivo dell'attività didattica?

L'attività e il materiale didattico utilizzato non sono focalizzati esclusivamente alla celiachia, ma coinvolgono nel processo di formazione anche altre diversità alimentari come: altre allergie (uova e latte), e scelte alimentari per motivi personali, etici e religiosi. La proposta progettuale, quindi, ha l'obiettivo di inserirsi in percorsi sia di educazione alimentare e alla salute sia di integrazione sociale, tema più che mai attuale.

Come si articola il progetto?

1. Adesione delle scuole al progetto
2. Incontro informativo con i docenti interessati sull'ABC della celiachia, la dieta senza glutine, illustrazione e fornitura del materiale didattico;
3. Approfondimento da parte degli insegnanti sui temi proposti nella formazione quali: celiachia, alimentazione e educazione alla diversità nella classe con l'ausilio degli strumenti didattici che AIC fornisce (Gioco da tavolo, Guida docenti, Quaderno operativo alunni, giochi e filastrocche on line, maxi gioco);

Su espressa richiesta è prevista la possibilità di svolgere on line l'incontro con gli insegnanti.

Chi è l'Associazione Italiana Celiachia APS?

Questa associazione è nata nel 1979 ed è una Federazione Nazionale di 21 Associazioni locali presenti su tutto il territorio italiano.

Gli scopi principali sui quali AIC fonda tutte le sue attività impegnando le sue totali energie sono:

- facilitare le diagnosi principalmente mediante la maggiore conoscenza della malattia presso le istituzioni, i media, la popolazione e nella classe medica;
- migliorare la qualità di vita del celiaco nei diversi contesti sociali.

Ci aspettiamo che questo Progetto rappresenti una ulteriore occasione per informare sulla tematica **celiachia** i Dirigenti Scolastici, i docenti e gli studenti e i loro familiari per garantire nel prossimo futuro una sempre maggiore apertura verso l'integrazione dei celiaci, e non solo, nella comunità scolastica, in una fase della formazione individuale di così rilevante importanza.

Si ricorda che **il Progetto è senza oneri per le scuole ed è finanziato con le preferenze espresse sul 5x1000 all'Associazione Italiana Celiachia APS - ETS.**

Se interessati, è necessario compilare la scheda di partecipazione allegata ed inviarla all'indirizzo mail segreteria-regionale@celiachia-toscana.it

Per informazioni: Referenti Regionale Progetti scuole
Dott.ssa Vanda Carusi tel. 348 0811681
Dott.ssa Rebecca Celoni tel. 340 4084226 email: progetti@celiachia-toscna.it

Allegati:

- A. *Scheda di adesione al Progetto "In fuga dal glutine"*
- B. *Scheda descrittiva del Progetto "In fuga dal glutine" e del relativo materiale didattico*

Cordiali saluti

Presidente Nazionale AIC APS : ETS
Rossella Valmarana



Presidente AIC Toscana APS
Giuseppe Antonio Domenico Giura



(inviare con mail a: progetti@celiachia-toscana.it oppure segreteria-regionale@celiachia-toscana.it)

DATI ISTITUTO SCOLASTICO

Nome: _____

☐ Scuola Primaria oppure Scuola per l'Infanzia

Dell'Istituto comprensivo _____

Via: _____ n° _____

Città: _____ Cap: _____ Prov: _____

Telefono scuola: _____

Indirizzo e-mail scuola: _____

Dirigente Scolastico _____

PERSONA/E DI RIFERIMENTO DELL'ISTITUTO per il contatto da AIC

Nome e cognome: _____

Recapito telefonico/Cell.: _____

eventuale indirizzo mail: _____

INFORMAZIONI UTILI ALLA PROGETTAZIONE DELL'INTERVENTO

Numero bambini celiaci presenti nelle classi: _____

Classi interessate al progetto (scrivere quante di 1°, 2°, 3°, 4°, 5°) e quanti bambini ciascuna:

E' disponibile una LIM: SI..... NO.....

Se necessario è possibile tenere l'incontro con il dietista da remoto SI..... NO.....

Data, _____

Firma e timbro
Il Dirigente Scolastico

SCHEDA DESCRITTIVA DEL PROGETTO
"IN FUGA DAL GLUTINE"
Progetto dell'Associazione Italiana Celiachia APS

Per infanzia e primaria

1. Breve storia del progetto "In fuga dal glutine"

Nel 2004 AIC ha ricevuto un finanziamento dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali, con il bando di concorso emanato con la legge 383/2000, destinato alle APS (Associazione di Promozione Sociale) per attuare un progetto d'intervento sociale. Il progetto attuato, dal titolo: "Azioni per ridurre il disagio dei celiaci nella scuola, nel lavoro, nella società", aveva come finalità quella di agevolare la rimozione degli ostacoli alla corretta ed equilibrata accettazione della celiachia da parte del "protagonista celiaco" e di chi ruota inevitabilmente nella sua vita, nei più disparati contesti, come la scuola, il lavoro e la società.

I destinatari sono stati gli studenti delle classi 4° e 5° primaria, degli istituti IPSSAR (Istituto Professionale di Stato per i Servizi Alberghieri e della Ristorazione), ITAS (Istituto Tecnico per Attività Sociali, per Economo Dietista). L'attività si è svolta da gennaio 2005 ad ottobre 2006, in sei regioni pilota: Calabria, Liguria, Puglia, Toscana, Trentino, Umbria.

Nella progettazione ed avvio dell'attività, AIC ha potuto contare sulla stretta collaborazione del Ministero della Pubblica Istruzione, in particolare con il M.I.U.R. Direzione Generale per lo Studente. AIC ha effettuato diversi incontri informativi nelle scuole, rivolti ai docenti sulla tematica Celiachia. A seguire, AIC ha indetto un bando di concorso "Insieme senza Glutine", nel quale si chiedeva alle scuole di produrre degli elaborati che avessero per tema "la Celiachia e l'integrazione". Una commissione AIC nazionale ha selezionato un solo elaborato che si è distinto per efficacia di contenuto e semplicità di duplicazione; questo è stato rivisto nei contenuti e nella grafica e in seguito riprodotto, in formato da tavolo e maxi, per una distribuzione capillare su tutto il territorio italiano. L'elaborato scelto era un gioco dell'oca a cui è stato dato il nome "In Fuga dal Glutine".

Al termine del progetto finanziato, AIC ha sviluppato un'attività permanente rivolta alle scuole, chiamata "In fuga dal glutine", da diffondere su tutto il territorio italiano. Questa attività è stata applicata fin dall'anno scolastico 2007-2008, compreso quello in corso, in diverse realtà regionali.

Nel 2011 abbiamo deciso di affidare a esperti in didattica ed educazione alimentare il restyling del materiale e dell'intero approccio didattico, conservando il nome del progetto "In fuga dal glutine". Il materiale così realizzato s'ispira largamente alle Linee guida per l'educazione alimentare nella scuola Italiana di recente emanazione, trovandone piena applicazione negli obiettivi, nei criteri metodologici, valoriali e di contenuto espressi nel materiale.

2. Descrizione del progetto

Via Vasco de Gama, 25
50127 Firenze
Tel. 055 8732792
Fax 055 8790627
segreteria-regionale@celiachia-toscana.it
www.celiachia.it

2.1 Approccio metodologico:

Il progetto "In fuga dal glutine" pone al centro della sua attenzione l'educare alla diversità. Di qualsiasi genere essa sia, proprio la diversità può, infatti, diventare occasione per agire collettivamente in ambito scolastico sui tre livelli di responsabilità e crescita a suo tempo identificati come prioritario dallo stesso Consiglio d'Europa per l'educazione al benessere nella scuola:

- **la responsabilità verso la propria salute fisica, sociale e mentale;**
- **le relazioni interpersonali;**
- **la responsabilità riguardo all'ambiente inteso nel senso più ampio anche come contesto di vita comune.**

Alla luce di queste considerazioni, AIC, con il progetto "In fuga dal glutine" si propone di:

- offrire un progetto funzionale rispetto agli obiettivi fondamentali che caratterizzano i programmi didattici per la scuola dell'infanzia e primaria, riferiti all'educazione alimentare e alla cittadinanza;
- garantire la possibilità di un utilizzo efficace del materiale previsto nel progetto, sotto il profilo didattico-educativo;
- offrire strumenti semplici nell'utilizzo e realmente efficaci per gli insegnanti, anche attraverso indicazioni precise e specifiche sul piano della didattica;
- incidere su una base ampia di alunni, intervenendo sia a livello della scuola dell'infanzia che della primaria.

Sotto il profilo dell'approccio psicologico, ponendosi l'obiettivo di attivare una riflessione sulla diversità con un'attenzione particolare alla celiachia, il progetto non mette il focus su ciò che il celiaco non può fare, ma sull'idea del "bicchiere mezzo pieno", cioè su tutto quanto di bello e di ricco chi è celiaco può comunque vivere anche nei confronti del cibo. La celiachia viene inquadrata come una delle tante (infinite?) condizioni di diversità, in un contesto nel quale i riferimenti alla diversità stessa, all'integrazione, alla tolleranza vadano oltre la comprensione della differenza attivando invece dinamiche di vera condivisione e partecipazione.

2.2 Obiettivi educativi:

In coerenza con i programmi scolastici, il progetto "In fuga dal glutine" è particolarmente funzionale al raggiungimento di alcuni obiettivi e al conseguimento di specifiche abilità trasversali alle varie discipline:

- **promuovere** negli alunni una riflessione critica sulla diversità di ciascuno nel modo di alimentarsi, in relazione a scelte e necessità;
- **sviluppare** un approccio consapevole e positivo nei confronti della diversità come risorsa per il benessere comune;
- **favorire** l'acquisizione di concetti e conoscenze rispetto alle necessità alimentari che caratterizzano la celiachia e ad altre realtà specifiche;
- **stimolare** un atteggiamento orientato ai valori della comprensione, della condivisione, della partecipazione e della solidarietà, nel rispetto delle reciproche differenze e scelte;



- **attivare** una dimensione di responsabilità individuale in un contesto fortemente partecipativo che unisca il divertimento e l'apprendimento.

2.3 Approccio didattico:

Un approccio alla diversità che voglia mirare a evidenziarne le potenzialità di risorsa comune deve essere di carattere ludico, attraverso la proposta di giochi e attività – diversi a seconda del grado scolastico – che si pongono la **finalità di fare e di conoscere insieme**.

È questo uno dei primi presupposti del programma didattico di AIC “In fuga dal glutine”.

2.4 Contenuti:

Per quanto riguarda i contenuti del progetto, alcune costanti ne orientano tutto lo sviluppo attraverso le due fasce scolastiche:

- il riferimento all'alimentazione come mezzo per soddisfare specifici bisogni, diversi per ciascuno;
- l'informazione sui bisogni legati alla celiachia;
- l'evidenza della dimensione etica nel comportamento, declinata nei valori della tolleranza, della collaborazione e della solidarietà.

Per la scuola dell'infanzia, il percorso, coerentemente con il processo di scoperta del sé che caratterizza questa fascia di età, porta l'attenzione sul legame “cibo - bisogno di nutrirsi”, a quel livello generale che accomuna tutti gli esseri viventi.

Gli strumenti didattici previsti per la scuola dell'infanzia guidano il bambino a comprendere:

- che tutti gli esseri viventi devono nutrirsi;
- che esiste una specificità di alimentazione per ognuno di essi;
- che nell'ambito delle categorie viventi - l'umana in particolare - ogni individuo può mostrare proprie specificità, che nell'insieme compongono la diversità delle abitudini alimentari.

Per la scuola primaria, si sposta il focus sui fattori che possono influenzare e condizionare le scelte e le abitudini alimentari di ciascuno, sottolineando le differenze di gusto e quelle derivanti dall'adesione a particolari modelli culturali (per esempio l'alimentazione vegetariana), piuttosto che religiose e quelle che **non sono scelte, ma necessità salva vita** (come la celiachia, le allergie ...). Lo scopo è quello di comporre un quadro concettuale che porti a identificare il rispetto delle differenze come prassi comune per raggiungere il benessere collettivo.

2.5 Strumenti didattici:

Il progetto “In fuga dal glutine” si compone di questi strumenti:

- **il gioco collettivo “Facciamo festa”**, differenziato in modo che sia fruibile dagli alunni della scuola dell'infanzia e della primaria;
- **il quaderno operativo “Io mangio tu mangi”** destinato agli alunni della scuola dell'infanzia;
- **il quaderno operativo “Tutti a tavola”** destinato agli alunni della scuola primaria;

- la guida didattica, destinata agli insegnanti di entrambi gli ordini scolastici;
- Il maxi gioco “Facciamo Festa” di grandi dimensioni per coinvolgere una o più classi in spazi ampi;
- Favole e gioco on line, presenti sul sito www.celiachia.it.



2.5.1 Il gioco: “Facciamo festa”

Si tratta di un gioco da tavolo tradizionale, da utilizzare in gruppo. Punta a realizzare un dialogo con se stessi e con l'altro, entrando in contatto con l'identità e l'alterità, in modo da sottolineare i valori essenziali dell'uomo, quelli che perdurano al di là di ogni differenza personale. Il suo valore didattico si può declinare nel seguente modo:

- il gioco è proattivo nei confronti del tema trattato, dato che non mette dei divieti ma spinge i bambini a fare delle scelte misurate;
- il contesto, che richiama momenti di quotidianità, facilita l'apprendimento da parte dei bambini che hanno l'opportunità di immedesimarsi nelle diverse situazioni;
- sono presenti specifici accorgimenti per stimolare la memorizzazione dei concetti e delle informazioni essenziali;
- sono inoltre presenti alcuni elementi atti a stimolare una sana competitività, indispensabili per rendere interessante l'interazione.
- è disponibile anche online insieme alle Favole Animate per i più piccoli. Si accede dal sito www.celiachia.it percorso -> Dieta senza glutine-> Attività nelle scuole-> Materiale didattico (sarà fornita la password di accesso durante l'attività);

La situazione:

A scuola sono arrivati cinque nuovi bambini: Andrea, Barbara, Davide, Silvia e Yassin. I partecipanti al gioco decidono di organizzare una festa per il loro arrivo e di uscire a comprare cibi e bevande per la merenda. Tuttavia ciascuno dei nuovi bambini è incompatibile con alcune categorie di cibo: Davide è allergico alle uova, Barbara non può mangiare latticini, Silvia è celiaca, Yassin, per motivi religiosi, non può consumare alcune categorie di alimenti, mentre Andrea è vegetariano.

I partecipanti si dividono così in 5 squadre, ciascuna per ogni specifico bambino.

L'obiettivo del gioco è che i partecipanti, divisi in squadre, dovranno percorrere la mappa per riuscire a recuperare almeno 4 alimenti idonei al bambino selezionato e tornare a scuola per la festa. Vince il gruppo che per primo rientra a scuola.

Livelli di difficoltà

Dato che il gioco si rivolge a bambini di età differenti, è possibile variare il livello di difficoltà, in modo da offrire stimoli maggiori. La scatola del gioco contiene:

- tabellone con l'universo del gioco (su una facciata è presente il tabellone per le scuole dell'infanzia e sull'altra quello per le scuole primarie);

- schede bambini che richiedono un'alimentazione speciale;
- carte alimenti;
- tabellone alimenti;
- pedine e dado.

2.5.2 Quaderno operativo per la scuola dell'infanzia: "Io mangio – tu mangi"

Cos'è: quaderno operativo da costruire, composto da 16 schede di cartoncino in formato A4 orizzontale.

Il concetto: cosa mangia il leone? E la mucca? E un uomo? Partendo da queste osservazioni, si iniziano a inquadrare i concetti di carnivoro, erbivoro e onnivoro, introducendo l'idea che ogni essere umano ha specifiche necessità alimentari. La considerazione dell'uomo che può mangiare di



tutto porta poi ad aprire il discorso alla diversità legata al gusto, all'età, alle specifiche condizioni fisiologiche (celiachia, allergie...). Questo percorso si sviluppa attraverso la proposta di giochi e attività che richiedono ai bambini di impegnarsi nel "costruire" e arricchire ciascuno il proprio libro, sulla base degli stimoli via via forniti.

Il perché: nella scuola dell'infanzia i bambini non possiedono ancora solide abilità di lettura e scrittura, ma possono disegnare, incollare, colorare, ritagliare. La costruzione del libro,

comprendendo tutte queste abilità, rientra tra le attività che vengono attuate nella scuola dell'infanzia. Quello che propone "io mangio-tu mangi" è pensato per aiutare i bambini a scoprire il rapporto tra esseri viventi e cibo, e avviarli alla comprensione delle diversità alimentari.



2.5.3 Quaderno operativo per la scuola primaria: "Tutti a tavola!"

Cos'è: Quaderno operativo di 16 pagine, in carta uso mano formato A4 con parti da riempire (scrivere, disegnare, colorare, incollare..ecc.)

Il concetto: due bambini celiaci, uno vegetariano, uno che non tollera i latticini, uno allergico alle uova, e un musulmano che non può mangiare maiale... Sono amici e tutti vanno d'accordo, anche a tavola.

Perché ciascuno ha imparato a rispettare le esigenze degli altri e insieme hanno trovato il modo di essere tutti soddisfatti davanti a un bel pranzetto. La carta d'identità di ogni bimbo viene presentata nelle pagine di questo quaderno operativo invitando gli alunni a intervenire nelle attività proposte con testi, disegni, ricette, ricerche...

Il perché: mettendosi nei panni degli altri diventa facile comprendere il loro modo di pensare e di vivere, e la comprensione è il primo passo verso il rispetto e la condivisione. La scelta delle attività sviluppate pagina dopo pagina tiene conto delle abilità disciplinari previste per la scuola primaria.



2.5.4 Guida didattica: "quaderno per i docenti In fuga dal glutine"

Cos'è: Guida formato A4 di 23 pagine.

Com'è: la guida traccia il quadro di riferimento per lo sviluppo del progetto nella scuola sotto il profilo degli obiettivi, dei contenuti, delle metodologie e degli strumenti, in pieno accordo con le indicazioni ministeriali.

Presenta contenuti informativi fondamentali riferiti alla celiachia, descrive il contesto educativo e aiuta l'insegnante a utilizzare il gioco e il quaderno

operativo destinati ai suoi alunni.

Perché: Densa di esempi, costituisce un prezioso ausilio per la programmazione didattica. Traccia un quadro utile per rendere massima l'efficacia dell'intervento educativo.

NOTA : Cosa è la celiachia

La **Celiachia** è una infiammazione cronica dell'intestino tenue, scatenata dall'ingestione di glutine in soggetti geneticamente predisposti e può insorgere in qualsiasi momento della vita. Il glutine è una sostanza proteica presente nel grano, segale, orzo, farro, tritcale, spelta, grano khorasan (di solito commercializzato come kamut®). L'unica terapia possibile è la **dieta senza glutine rigorosa e permanente**, sufficiente a ripristinare lo stato di salute del paziente a patto che la diagnosi non venga eseguita tardivamente; in tal caso sono possibili numerose complicanze, tra le più gravi: linfoma intestinale e osteoporosi ossea.