

# Tutti a tavola!



Lo studio nazionale  
sull'alimentazione dei  
giovani porta i fatti in tavola.

**menuCH**  
KIDS

**Questo volantino è per i bambini e gli  
adolescenti selezionati per lo studio  
nazionale «menuCH-Kids».**

**Qui spieghiamo di cosa si tratta e come  
partecipare. Siete una persona adulta  
dello stesso nucleo familiare?**

**Potete leggere anche voi il volantino,  
ovviamente**

*E SE NECESSARIO SPIEGARLO AL VOSTRO BAMBINO*



## A cosa serve menuCH-Kids?

Ognuno di noi mangia in modo diverso, a seconda delle preferenze individuali, delle abitudini familiari e della cultura regionale. Soprattutto nei bambini e negli adolescenti, l'alimentazione cambia nel corso dello sviluppo e ha una forte influenza sul benessere fino all'età adulta.

Con menuCH-Kids vogliamo scoprire cosa mangiano e bevono oggi i bambini e gli adolescenti in Svizzera e quale impatto hanno queste scelte sulla loro salute. Ciò che scopriremo farà progredire la ricerca sugli alimenti e sulla nutrizione e sarà utile per la salute di tutti noi.

## Perché la tua partecipazione è importante?

Più bambini e adolescenti partecipano allo studio, più i risultati saranno significativi. La tua partecipazione contribuisce alla realizzazione di importanti progetti per il benessere della popolazione di tutta la Svizzera.

## Come si svolge lo studio menuCH-Kids?

### A casa

1. Se sei interessato a partecipare al sondaggio sull'alimentazione, contattaci. Ti chiameremo, ti spiegheremo in dettaglio lo studio e risponderemo alle tue domande.
2. Se decidi di partecipare, compilerai un questionario sulle tue abitudini alimentari e un diario alimentare di un giorno.

### Appuntamento 1 → NEL CENTRO STUDI PIÙ VICINO A TE

3. A una data concordata nel centro studi più vicino a te ti chiederemo cosa hai mangiato e bevuto il giorno prima. Effettueremo diverse misurazioni corporee, controlleremo la pressione, analizzeremo le urine e, se sei d'accordo, anche il sangue.

### Appuntamento 2

### COLLOQUIO TELEFONICO

4. Due o tre settimane dopo la visita al centro, ti chiameremo per chiederti di nuovo cosa hai mangiato e bevuto il giorno prima.
5. Al termine dello studio, riceverai i risultati personali e 80 franchi svizzeri in buoni regalo. Fra tutti i partecipanti estrarremo una settimana di vacanza REKA per tutta la famiglia e 10 biglietti d'ingresso famiglia per un parco divertimenti.

## Chi può partecipare?

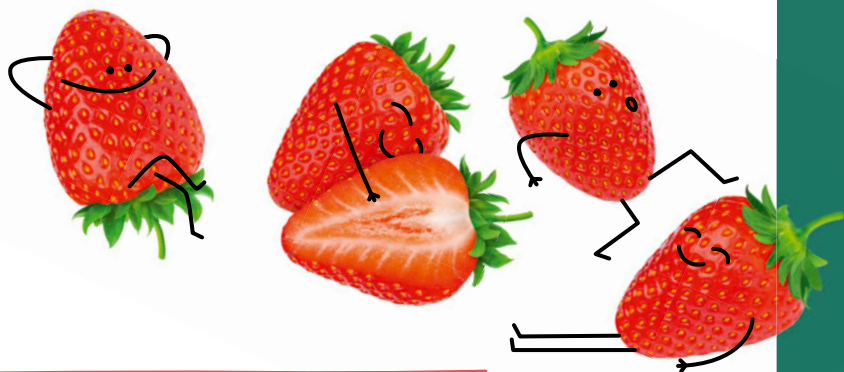
Sei stato selezionato a caso dal registro degli abitanti dell'Ufficio federale di statistica. La partecipazione a menuCH-Kids è completamente facoltativa e gratuita. I tuoi dati saranno sempre trattati in maniera strettamente confidenziale.

**Per partecipare devi soddisfare tutti i seguenti criteri:**

- hai un'età compresa tra i 6 e i 17 anni e vivi in Svizzera
- tu e la persona cui è affidata la tua educazione sapete parlare e leggere il tedesco, il francese o l'italiano
- non hai malattie croniche gravi, né ricoveri ospedalieri recenti o in corso e non sei in gravidanza (o in allattamento)
- puoi presentarti all'appuntamento in uno dei centri studi coinvolti
- tu e la persona cui è affidata la tua educazione accettate di essere informati di eventuali risultati casuali che potrebbero essere ottenuti durante lo studio



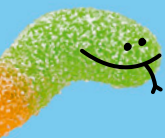
Ricordati che devi aver risposto Sì a tutti i punti sopra indicati!



---

Se non hai ancora compiuto 14 anni, una persona cui è affidata la tua educazione deve acconsentire alla tua partecipazione e accompagnarti.

---



## **Dove si svolge menuCH-Kids?**

---

Lo studio si svolge nei seguenti centri: Unisanté Centro universitario di medicina generale e salute pubblica del Cantone di Vaud, Insepspital di Berna, Università di Zurigo, Ospedale Regionale di Bellinzona, Ospedale pediatrico della Svizzera orientale di San Gallo e Ospedale pediatrico di Lucerna.

## Dove trovi le informazioni che ti servono?

Ulteriori informazioni su menuCH-Kids e sullo svolgimento esatto dello studio si trovano sul sito Internet [blv.admin.ch/menuch-kids-it](http://blv.admin.ch/menuch-kids-it)



## Come ci puoi contattare?

Se hai domande o desideri iscriverti direttamente, contattaci utilizzando una delle seguenti opzioni:

**A** utilizza il modulo di contatto che trovi sul nostro sito Internet per fissare un appuntamento telefonico. Usa il nome utente e la password indicati nella lettera d'invito;

**B** chiamaci al numero gratuito:

→ **0800 831 832**

da lunedì a venerdì

(8.30 – 11.30, 13.30 – 16.30, 18.00 – 20.00)

o sabato (10.00 – 12.30):

**C** oppure scrivici un'e-mail: [menuch-kids@link.ch](mailto:menuch-kids@link.ch)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI  
**Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und  
Veterinärwesen BLV**