



PROGETTO FITFOODNESS: a Monza CAMMino tra i banchi di scuola

Imparare giocando e sperimentando: questo l'approccio del progetto **"FitFoodness CAMKids Expo 2015"** che da gennaio vede coinvolti 300 bambini dell'Istituto scolastico Raiberti di Monza. A un mese dal suo avvio, il percorso messo a punto dal CAM di Monza ha raccolto l'ampio consenso delle famiglie e la piena soddisfazione delle insegnanti coinvolte nell'iniziativa, oltre all'entusiasmo dei piccoli protagonisti. Il progetto ha come obiettivo quello di sensibilizzare i giovani in età pediatrica sull'importanza di una sana **alimentazione** e abitudine al movimento per prevenire l'insorgenza di patologie che si associano all'obesità.

*«Siamo a metà del percorso didattico che al momento ci vede impegnati in una serie di attività in aula, nelle quali gli studenti, grazie al personaggio **"CAMMino nel Regno di MelaMangio"**, stanno imparando a conoscere, in modo totalmente innovativo, coinvolgente e divertente, l'importanza delle abitudini alimentari e motorie corrette»* racconta l'insegnante di seconda Renza Cultreri, che sta portando avanti il progetto in una delle classi della **Scuola De Amicis**.

Il materiale didattico creato ad hoc, con schede e personaggi appartenenti al **Regno di MelaMangio**, stimola i bambini a svolgere le **attività in squadra** (team delle "mele rosse" e quello delle "pere verdi"), con l'obiettivo di alimentare un confronto costruttivo fra differenti abitudini alimentari, far riflettere sulle diverse fonti dei principali nutrienti e su un più allargato concetto di "varietà", stimolando la curiosità per alimenti e gusti anche insoliti.



"Da sempre il nostro Istituto è attento alla diffusione di una corretta cultura alimentare. Il progetto FitFoodness si è inserito alla perfezione nel nostro programma didattico e i workshop formativi tenuti da specialisti del CAM in appoggio al manuale didattico redatto per le insegnanti sono stati un prezioso supporto per veicolare contenuti utili a sviluppare stili di vita salutari" continua l'insegnante Renza.

Accanto a una corretta educazione alimentare è fondamentale agire sulle **abitudini di movimento dei bambini** per poter ambire a una prevenzione efficace. Per questo, il progetto sviluppato dal CAM ha previsto la **presenza operativa di Fisiatri ed esperti in Scienze Motorie**, che svolgono direttamente nelle due scuole attività pratiche-motorie con i giovani protagonisti, sempre con il supporto delle Insegnanti.

FitFoodness non prevede solo attività in aula e in palestra, ma anche una serie di appuntamenti che rendono ancor più coinvolgente e ricco il progetto.

In marzo sono previsti due importanti iniziative: la prima vedrà gli studenti coinvolti in dodici laboratori didattici presso "CERTO Food For Good" a Monza. I bambini avranno modo di scoprire da protagonisti i processi di realizzazione di alcuni alimenti, come il pane, la pasta e il formaggio, imparando il valore e il piacere di cucinare alimenti sani.

Il secondo incontro si svolgerà direttamente a scuola e vedrà la prestigiosa partecipazione di Antonio Roppolo, responsabile della didattica presso Eataly Italia. Il laboratorio con l'esperto si terrà il prossimo 16 marzo e verterà su le filiere a km 0 e i benefici derivanti dal seguire la corretta stagionalità di frutta e verdura. L'obiettivo è anche quello di stimolare la scoperta di nuove abitudini alimentari.

Un nuovo modo di apprendere, il coinvolgimento di insegnanti, genitori, pediatri, realtà del territorio sensibili a questi temi e la presenza di esperti del settore sono gli ingredienti che stanno facendo del progetto *FitFoodness* un tangibile esempio di impegno volto a migliorare gli stili di vita in età pediatrica attraverso un intervento non solo sanitario, ma globale: sociale, educativo e culturale.