



CENTRO ANALISI MONZA

Data
Pubblicazione
Frequenza

Aprile 2015
Agri-Cultura
mensile

Rassegna Stampa

KARPOS *promo*

FitFoodness CAMKids Expo 2015:

DOPO LE ATTIVITA' NELLE SCUOLE, L'INIZIATIVA SI APRE ALLA CITTA'

Sabato 16 e domenica 17 maggio, alle ore 16.00, andrà in scena "Facciamo merenda! Con CAMMino" il laboratorio per maghetti alla scoperta della buona merenda.

Monza, 24 aprile 2015 – Avviato a gennaio 2015, il progetto FitFoodness CAMKids Expo 2015* si arricchisce di nuovi contenuti e iniziative finalizzate a sensibilizzare i bambini monzesi sull'importanza di una sana alimentazione e abitudine al movimento per prevenire l'insorgenza di patologie che si associano all'obesità.

In questi mesi, il progetto sviluppato dal CAM di Monza ha visto il coinvolgimento di 300 studenti delle scuole primarie monzesi Raiberti e De Amicis, per i quali è stato messo a punto un percorso che

prevede attività didattiche in aula, laboratori esperienziali, affiancamento di bambini e insegnanti durante le ore curricolari di attività motoria da parte di Fisiatri ed esperti in Scienze Motorie, convegni, workshop e pubblicazioni dedicate a insegnanti e genitori. Gli studenti, guidati dalla mascotte CAMMino nel "regno di MelaMangio", stanno così apprendendo la buona alimentazione e le buone abitudini all'attività motoria.

Alla luce del successo e dei positivi riscontri che si stanno ottenendo, il CAM ha deciso di ampliare ul-



teriormente il palinsesto di attività legate al progetto, mettendo a punto un evento gratuito e aperto al pubblico dedicato ai giovani cittadini monzesi per introdurli al "FitFoodness".

L'evento "Facciamo merenda! Con CAMMINO" si terrà sabato 16 maggio e domenica 17 maggio alle ore 16.00 presso i Giardini delle Serre della Villa Reale di Monza, nell'ambito del Festival Degli Orti.

"Facciamo merenda! Con CAMMINO" prevede l'allestimento di un vero e proprio laboratorio-gioco all'aria aperta, dedicato ai bambini tra i 4 e i 10 anni, che saranno guidati nella preparazione di una sana merenda, con ingredienti semplici e in modo divertente, da Miralda Colombo, autrice di libri sull'alimentazione in età pediatrica nonché giornalista e blogger**. Il mondo magico del Regno di MelaMangio approda così nel polmone verde di Monza: la partecipazione ai laboratori è gratuita, ma è necessario confermare la propria presenza alla Segreteria Organizzativa contattando la Sig.ra Sara Casati al numero di telefono 039 2397450 oppure all'indirizzo mail segreteriaorganizzativa@cam-monza.com.

Perché questi suggerimenti di corretta alimentazione entrino nella vita quotidiana delle famiglie, il CAM ha creato un ricettario, che svela i segreti per preparare ai piccoli piatti divertenti, gustosi ed equilibrati e che verrà distribuito ai partecipanti all'evento del 16 e del 17 maggio.

Nell'ambito della manifestazione Festival Degli Orti, a suggellare il valore scientifico del progetto integrale FitFoodness CAMKids Expo 2015, è previsto l'intervento del Prof. Sergio Bernasconi, coordinatore scientifico del progetto. Il Professore, Ordinario di Pediatria, già Direttore delle Cliniche Pediatriche dell'Università di Modena-Reggio Emilia e Parma sarà tra i relatori del Green Speech, convegno che si terrà alle ore 16.00 presso il Teatrino della Villa Reale e che vedrà confrontarsi esperti internazionali sul tema dell'agricoltura in città e del suo impatto sull'alimentazione e il benessere, su produttività e filiere corte, su alimentazione consapevole e sostenibile.

www.cam-monza.com

* Progetto FitFoodness CAMKids Expo 2015

L'iniziativa FitFoodness CAMKids Expo 2015 si propone di affrontare in modo pragmatico il tema dei corretti stili di vita - alimentazione e attività motoria - nei bambini, con un approccio non solo sanitario, ma globale: sociale, educativo e culturale. Il percorso messo a punto dal CAM, che si svolge nel corso dell'anno scolastico 2014-2015 coinvolge, infatti, medici e pediatri, ma anche insegnanti, famiglie e bambini, i veri protagonisti dell'iniziativa. Grazie alla sinergia con il Comitato Scientifico di Expo 2015, alla collaborazione con l'Università Milano Bicocca e al desiderio da parte del Comune di Monza di avviare un'iniziativa di sensibilizzazione territoriale sull'infanzia, il CAM ha deciso di dare vita al progetto finalizzato a migliorare la salute e lo stile di vita dei bambini., per prevenire le malattie cardiovascolari associate all'obesità. Aderiscono all'iniziativa circa 300 bambini frequentanti le scuole primarie Raiberti e De Amicis di Monza, con le rispettive famiglie e insegnanti. Il percorso prevede attività didattiche in aula dal 7 gennaio al 7 giugno attraverso l'ausilio di materiali ludico-formativi per gli studenti, laboratori esperienziali, affiancamento di bambini e insegnanti durante le ore curricolari di attività motoria da parte di Fisiatri ed esperti in scienze motorie, convegni e workshop dedicati agli insegnanti, conferenze con i genitori e infine iniziative di medicina preventiva per i bambini. Protagoniste strategiche e insostituibili di tale cambiamento sono le famiglie, chiamate a condividere con i bambini i messaggi di educazione alimentare e motoria recepiti a scuola, a farli propri nelle abitudini quotidiane, sintonizzando l'ambiente domestico con i corretti principi di buona salute che sono loro trasmessi anche attraverso materiale informativo ed educativo realizzato e distribuito ad hoc.

** Profilo Miralda Colombo

Miralda Colombo (Carate Brianza, 1976) giornalista e blogger, dopo essere diventata mamma di Alice ha reinventato il suo lavoro perché assomigliasse di più alla sua vita. Si divide tra computer e fornelli nella parte più luminosa della casa, la cucina e la terrazza, e crede che le cose migliori arrivino inaspettate ma che niente nasca per caso, proprio come il suo blog www.ilcucchiainodialice.it. Nel 2011 ha pubblicato con Carlo Galucci Editore il volume *Il cucchiaino*, al quale sono seguiti nel 2013 *La forchettina* e nel 2014 *Facciamo merenda!*