

## **MONZA: I CORRETTI STILI DI VITA SI APPRENDONO A SCUOLA**

***Dal 7 gennaio prenderà il via il percorso didattico del progetto  
FitFoodness CAMKids Expo 2015***

*Monza, 10 dicembre 2014* - Con i due incontri tenutisi la scorsa settimana, il primo con le insegnanti monzesi coinvolte nel progetto e il successivo con i genitori dei bambini protagonisti dell'iniziativa, entra ufficialmente nel vivo "**FitFoodness CAMKids Expo 2015**".

L'iniziativa 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 di Monza, si svolgerà **a partire dal prossimo 7 gennaio 2015 e vedrà il coinvolgimento di insegnanti, famiglie e bambini ma anche medici e pediatri.**

Grazie alla sinergia con il **Comitato Scientifico di Expo 2015**, che ha sostenuto l'iniziativa e accordato il proprio patrocinio, 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. Così, **al rientro dalle vacanze natalizie, partirà il percorso didattico** previsto dal progetto **FitFoodness** per circa **300 bambini dell'Istituto Scolastico Raiberti di Monza.**

Un team specialistico guidato da **Maurizio Biraghi**, *Coordinatore scientifico del progetto CAM*, **Ferruccio Cavanna**, *Responsabile Scientifico R&D e Biologo Nutrizionista CAM* e **Felicianonio Di Domenica**, *Specialista in Fisiatria, Ortopedia e Traumatologia, Responsabile Fisioterapia CAM*, ha realizzato e **presentato la settimana scorsa**, durante una sessione formativa, **una pubblicazione dedicata alle insegnanti** delle classi coinvolte, dal titolo "**Manuale didattico per educatori. Bambini, alimentazione e attività motoria**". Obiettivo della pubblicazione è quello di fornire alle insegnanti conoscenze in tema di educazione alimentare e attività motoria, utili per il lavoro in aula.

Per l'attività in classe è stato realizzato un kit didattico che comprende il **poster-gioco CAMMino nel Regno di MelaMangio**, il **calendario stagionale** di frutta e verdura e trenta **schede didattiche**, grazie ai quali si svilupperà il confronto-gioco, con un programma che prevede anche laboratori ludico-educativi per gli studenti coinvolti.

Anche i genitori sono chiamati 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 saranno loro trasmessi attraverso materiale informativo ed educativo realizzato ad hoc. E' stata presentata, infatti, la scorsa settimana, nell'ambito di una riunione tenutasi presso la scuola Raiberti a cui hanno preso parte circa 50 famiglie monzesi, una **pubblicazione curata dal Prof. Sergio Bernasconi, Professore Ordinario di Pediatria all'Università di Parma**, che si propone di fornire **nozioni in tema di educazione alimentare e attività motoria, utili per migliorare gli stili di vita famigliari e prevenire così gravi patologie.** L'opuscolo sarà distribuito a gennaio attraverso i bambini a ogni nucleo familiare coinvolto nell'iniziativa.

*“Questo progetto di educazione sanitaria, che vede una fattiva collaborazione tra istituzioni pubbliche e private, si basa su due pilastri fondamentali: la famiglia e la scuola, che rappresentano un costante punto di riferimento per i bambini che devono crescere armonicamente sia sul piano fisico sia su quello intellettuale. – spiega il **Prof. Bernasconi** nella prefazione del manuale - *Genitori e insegnanti saranno coinvolti nel condurre i propri figli/allievi ad adottare stili di vita (corretta alimentazione, costante attività motoria, attenzione all’ambiente) che possano loro garantire il miglior futuro possibile in termini di salute. L’evoluzione delle conoscenze mediche negli ultimi pochi decenni ha chiaramente dimostrato che molte delle malattie che più colpiscono in età adulta, in particolare quelle cardiovascolari, da un lato affondano le loro radici in età evolutiva e dall’altro sono dovute in buona percentuale a fattori di rischio che possono essere prevenuti”.**

Le azioni messe in atto si propongono dunque di fornire strumenti e conoscenze utili a sviluppare competenze e autonomia di giudizio, rendendo i bambini capaci di mantenere comportamenti salutari anche a fronte di influenze sociali e ambientali diverse. *FitFoodness* a scuola significa far leva sulla condivisione con i coetanei e si concretizza nell’attenzione da parte degli educatori anche alla funzione emotiva del cibo, nonché nell’opportunità di raggiungere le famiglie, attrici strategiche di questo intervento.

Ulteriore plus del progetto, a garanzia di un coinvolgimento ancor più fattivo dei bambini, l’intervento operativo, durante le ore curriculari di attività motoria, di Fisiatri e laureati in Scienze Motorie, sempre a supporto delle Insegnanti, vere catalizzatrici di tutti i messaggi educativi agli studenti. Le prime evidenze di questa fase del progetto saranno illustrate al tavolo di Expo 2015 durante un evento che si terrà il 16 maggio e permetteranno di impostare i **programmi per gli anni successivi**.

**Ufficio stampa**

**Tramite R.P. & Comunicazione**

Sandra Marchetti – T. +39 039 8946677 – s.marchetti@tramitecomunicazione.it

**Per informazioni**

**CAM – Centro Analisi Monza**

Federica Gironi – T. +39 039 23971 – www.cam-monza.com