

**CAM**

CENTRO ANALISI MONZA

Data  
Pubblicazione  
Frequenza5 Marzo 2015  
Il Cittadino  
quotidiano

## Rassegna Stampa

# Mangiare sano, il progetto Cam nelle scuole Raiberti e De Amicis

Un corretto stile di vita a tavola si impara sui banchi di scuola, giocando e sperimentando. È questo l'approccio del progetto Fitfoodness, promossa dal Cam di Monza per gli alunni delle scuole primarie Raiberti e De Amicis. Il progetto è partito a gennaio e vede coinvolti 300 bambini dell'istituto scolastico Raiberti di Monza.

A un mese dal suo avvio, il percorso 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 - spiega Renza Cultreri, insegnante di seconda - al momento siamo 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». Il materiale didattico creato ad hoc, con schede e personaggi apparte-



Il logo del progetto "Cammino"

nenti 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 - prosegue l'insegnante - 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».

Accanto a una corretta educazione alimentare è fondamentale agire sulle abitudini di movimento dei bambini per poter ambire a una prevenzione efficace. Per questo è prevista la presenza operativa di fisioterapisti ed esperti in scienze motorie, che svolgono direttamente nelle due scuole attività pratiche-motorie con i giovani protagonisti. Nel mese di marzo sono previste anche due importanti iniziative fuori dall'aula: gli studenti saranno 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 sulle filiere a km 0 e i benefici derivanti dal seguire la corretta stagionalità di frutta e verdura. **Ros. Red.**