

Muoversi e mangiare bene, un progetto peri più piccoli

Pubblicato: Venerdì 12 Aprile 2019



L'associazione Aequabilitas e l'Istituto comprensivo di Germignaga realizzano, per il secondo anno consecutivo, un evento formativo rivolto ai bambini delle ultime classi della scuola primaria dal titolo **“Corretta alimentazione e movimento giocato per crescere in salute”**.

Il progetto, che quest'anno vedrà coinvolti i bambini della scuola di Germignaga, è articolato in **due differenti momenti**: il primo, rivolto a chiunque sia interessato (genitori, educatori....) si svolgerà martedì 16 Aprile presso la colonia elioterapica di Germignaga alle ore 20.30.

La serata, introdotta dalla docente Monica Morisi, avrà come relatori Mario Giavotto psicologo, Vittorio Larocca infermiere specialista clinico, Antonella Marigo fisioterapista e danzamovimentoterapeuta, Roberto Storaci medico fisiatra, Alberto Tranquillo medico dietologo nutrizionista. Insieme analizzeranno il tema, dalle complesse sfaccettature, secondo le rispettive competenze.

Il secondo momento si svolgerà lunedì 29 aprile presso la scuola elementare di Germignaga e vedrà coinvolti direttamente gli alunni delle classi interessate stimolati attivamente in diversi laboratori creativi, condotti dal Dott. Alberto Tranquillo per gli insegnamenti legati alla corretta alimentazione e dalla danzamovimentoterapeuta Antonella Marigo per quanto riguarda il movimento.

La danzamovimentoterapia, disciplina appartenente alle Arti Terapie, è una metodologia che nella sua specificità si riferisce al linguaggio del movimento corporeo, della danza e al processo creativo quali principali modalità di valutazione e di intervento all'interno di processi interpersonali finalizzati alla positiva evoluzione della persona.

Il tutto sarà rallegrato da un momento conviviale in cui gli allievi potranno degustare una merenda sana a base di frutta e ortaggi.

Con questo progetto si vuole gettare un piccolo seme offrendo, uno sguardo nuovo verso il «Corpo», affinché cresca con gioia e nel benessere.

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it