

## La prima colazione: laboratorio di educazione alimentare

**Pubblicato:** Giovedì 17 Ottobre 2019



L'educazione alimentare riveste un ruolo sempre più importante nella formazione delle nuove generazioni, particolarmente alla luce dei dati OMS (Organizzazione mondiale della Sanità) secondo cui in Italia fra 10 anni ci saranno oltre 13 milioni di bambini e ragazzi obesi. Per questo Carrefour dedica ai bambini in età scolare una serie di laboratori di educazione alimentare. **Sabato 19 ottobre, alle ore 11.00 nei Carrefour di Varese e provincia si svolgerà il terzo di questi laboratori "La Prima colazione"**, dedicato ai bambini dai 6 agli 11 anni.

Grazie alla partecipazione dei **Superheroes**, collaboratori di Carrefour Italia formati ad hoc, i bambini saranno coinvolti attivamente durante tutto il laboratorio, suddiviso in tre parti:

**Parte 1:** Si spiega l'importanza della prima colazione e si dividono i bambini in gruppi per discutere possibili soluzioni nei casi in cui non si riesca a fare colazione.

**Parte 2:** Ogni bambino compone la sua colazione abituale e poi compone quella equilibrata.

**Parte 3:** I bambini si confrontano sulla colazione equilibrata che hanno composto.

Questo progetto rientra nel programma di **Act for Food Kids**, che si pone come obiettivo di insegnare ai bambini, attraverso una comunicazione semplice ed un linguaggio ludico, come riconoscere il cibo salutare e come fare scelte alimentari corrette.

I **12 laboratori**, che prenderanno vita fino a marzo in 80 punti vendita in 13 regioni d'Italia, sono **realizzati con il supporto dell'Istituto Auxologico Italiano**, e nascono dalla volontà di **Carrefour Italia di aderire al movimento Saturdays for Future**, lanciato da Alleanza Italiana per lo Sviluppo Sostenibile (ASviS) e da NeXt.

A Varese e in Provincia sono coinvolti i seguenti punti vendita:

- Ipermercato Carrefour in Via Lario 37, Gallarate
- Ipermercato Carrefour in Viale Milano 163, Gallarate
- Ipermercato Carrefour in Viale Ticino 82, Gavirate
- Ipermercato Carrefour, Via Fornara, Luino
- Carrefour Market, Via Sanvito Silvestro, Varese

I temi oggetto dei futuri incontri saranno: l'igiene a tavola (9 novembre), fare la spesa (23 novembre), porzioni ideali (14 dicembre), la merenda (11 gennaio), grassi e zuccheri (25 gennaio), cibo ed energia (8 febbraio), cibi integrali (22 febbraio), classificazione degli alimenti (7 marzo) e piramide alimentare (21 marzo).

Il link al sito con le iniziative: [Carrefour.it/crescerebene](https://www.carrefour.it/crescerebene)

di [bambini@varesenews.it](mailto:bambini@varesenews.it)