

Cibo e non solo, tra laboratori e show cooking

Pubblicato: Lunedì 13 Gennaio 2020



Due “show cooking” pomeridiani e una serata che si fa in tre grazie all’intervento di diversi professionisti per il primo appuntamento di **“Un giro della salute a 360 gradi”**, il breve ciclo di incontri dedicato alle piccole scelte quotidiane che fanno la differenza per il benessere di grandi e piccini promosso per il quarto anno consecutivo dalla Commissione salute dell’Istituto Comprensivo “Campo dei fiori” di Comerio.

“Cibo e non solo” è il titolo del primo dei tre incontri che sarà ospitato dalla scuola primaria **“Manzoni” di Morosolo (Casciago)**, nella serata di venerdì 17 gennaio alle ore 20.30 ad ingresso libero e gratuito, preceduto alle ore 18.45 da due Show cooking (su prenotazione) dedicati uno alle famiglie con bambini, l’altro ai ragazzi.

La serata è strutturata per aprirsi con una breve introduzione collettiva prima di dividere i partecipanti in tre laboratori cui partecipare alternativamente.

A cura della Condotta Slow Food di Varese l’intervento della tecnologa alimentare **Alessandra Zambelli** sul tema **“Mangiare giusto per me, per le persone e per il pianeta”**. Contemporaneamente la nutrizionista **Erika Vecchio** partirà dall’esperienza portata avanti nella primaria di Luvinata con il progetto nazionale **“Enpab: biologi nelle scuole”**, per addentrarsi nel tema comune a tutte le case su come evitare sprechi e pericoli con l’approfondimento intitolato **“Fra comprare e consumare... il problema è conservare!”**

Infine l’anestesista e rianimatore **Luca Nicora** e la pediatra **Clara Ciotti** parleranno di **“Cibi pericolosi e manovre di disostruzione”**. La serata è pensata per le famiglie dell’Istituto ma è aperta a chiunque

sia interessato.

Sempre venerdì 17 gennaio, ma nel pomeriggio alle 18:45 e solo su prenotazione, due Show cooking: uno per le famiglie e l'altro interamente dedicato ai ragazzi (dalla quinta primaria in poi).

Il primo laboratorio sarà condotto dal cuoco Simone della ditta di ristorazione "SeRist" che gestisce il servizio mensa delle scuole del Comune di Casciago, quello per i ragazzi sarà invece a cura dei ragazzi dell'Istituto Professionale Alberghiero "De Filippi" di Varese.

Per le iscrizioni, è attivo fino a mercoledì 15 gennaio alle ore 24 il seguente [link](#).

Il secondo appuntamento dell'anno sarà **venerdì 6 marzo a Villa Valerio a Casciago** e l'argomento proposto è: **"Bullismo: un problema di sempre, un problema di tutti"**, con la psicopedagogista **Daniela Cosco** e **Lelia Mazzotta**, responsabile dell'Ufficio scolastico territoriale per il settore **"Cyberbullismo, Cittadinanza e Legalità"**. Durante la serata i plessi presenteranno i progetti e le buone pratiche messe in atto nell'Istituto, tra cui i video realizzati quest'anno nell'ambito del progetto "Like for life" (BullOut-Regione Lombardia).

Il terzo e ultimo appuntamento dal titolo **"Salute in fumo? No grazie!"** sarà **venerdì 24 aprile a Comerio** con il pneumologo **Antonio Satta**, la fisioterapista respiratoria **Sara Clobas** e gli esperti del Centro Anti Fumo di Arcisate per capire insieme come prevenire e affrontare un comportamento a rischio ancora così diffuso, a partire dai progetti e dalle iniziative in corso sul tema delle dipendenze.

Il ciclo di incontri **"Un giro della salute a 360 gradi"** è patrocinato dai Comuni di Barasso, Casciago, Comerio e Luvinata e sostenuto dalle Associazioni Genitori dei sei plessi.

Partecipazione gratuita.

Per maggiori informazioni scrivere a saluteiccampo@gmail.com oppure 347 3066274.

di bambini@varesenews.it