

PROGETTO: CRESCERE FELIX



UN PARTY A MERENDA

Quest'anno, le classi terze di Scuola primaria sono state coinvolte nel Progetto di educazione alimentare "**Crescere felix**" a cura del Dipartimento S.I.A.N.OUS Igiene della nutrizione ASL NA3 SUD.



Il Progetto affronta il tema di una corretta alimentazione e di una adeguata attività fisica ed ha permesso la realizzazione, nel corso dell'anno scolastico, di :

- un corso di formazione-aggiornamento per i docenti,
- alcuni incontri tra genitori ed esperti,
- itinerari didattici per gli alunni.



La parte più divertente del progetto sono stati i **"Party"** che si sono svolti a merenda.

Nel mese di aprile gli alunni hanno partecipato al **"Merenda party"** tenutosi al plesso "Sulmona" ed hanno potuto degustare merende alternative ma sane come:

Pane caldo al pomodoro fresco

Torta di mele della maestra Enza

Dolcetti alle mele

Frutta fresca di stagione

Pane con marmellata

e...tante altre sane bontà!!





Nel mese di maggio, invece, i bambini hanno partecipato al "Verdura party" in cui hanno potuto constatare che le merende a base di verdura sono migliori delle solite merendine confezionate. Molto importante è stata la partecipazione delle mamme che hanno contribuito alla riuscita del progetto realizzando ricette con le verdure davvero squisite, tra cui:

Spinaci e uova al forno

Zucchine e uova al forno

Pizza di scarola

Pane al pomodoro

Insalata di mais e finocchi

Carotine alla julienne

Polpette alle malanzane

Insalata di patate

Torta alle carote

Torta di mele



Le preparazioni erano davvero tante ma.... non è avanzato nulla!!!





A fine maggio è previsto anche il "Frutta party"