



**Croce Rossa Italiana  
Comitato Nazionale  
U.O. di supporto ai Giovani CRI**



L'obiettivo dei Breakfast Summer Camp è quello di promuovere tra i giovani il concetto di stile di vita sano (corretta alimentazione, idonea igiene personale ed alimentare, adeguata attività fisica) e della lotta allo spreco alimentare.

Il progetto "Breakfast Summer CRI" del Comitato di Follo, che si svolgerà presso il Centro Polifunzionale CRI, ha l'obiettivo di educare i partecipanti ad uno stile di vita sano, che faccia riscoprire ai ragazzi la gioia e l'entusiasmo per la vita all'aria aperta, gli animali, e gli esseri viventi che compongono l'ecosistema che ci circonda.

vuole promuovere, informare e sensibilizzare sul tema degli stili di vita sani attraverso attività ludiche grazie alle quali i partecipanti avranno l'opportunità di imparare, giocando e sperimentando, gli aspetti primari di una buona alimentazione: i principi nutrienti, l'importanza della colazione e la dieta mediterranea, la stagionalità degli alimenti e il contatto con la terra e i prodotti a chilometro zero, le trasformazioni alimentari, lo spreco alimentare e i metodi per contrastarlo. Centrale è anche il tema della corretta attività fisica giornaliera tramite la collaborazione di un Centro Sportivo del territorio, specializzato anche in attività sportiva inclusiva di ragazzi con disabilità, per l'organizzazione di un programma di attività motoria.

Oltre a attività ludico-ricreative e di svago, finalizzate alla promozione di stili di vita sani, si prevedono le seguenti attività specifiche:

- Laboratorio di cucina;
- Attività di equitazione;
- Attività di clean-up;
- Gita naturalistica;
- Attività di orientamento.

Il progetto viene realizzato in collaborazione con alcune realtà del territorio quali: Follo Calcio, Basket Follo, Tennis Follo, Eurospin Ceparana, ASD Liguria; nonché con la collaborazione del Comitato CRI di Ameglia.

[www.cri.it](http://www.cri.it)

**Un'Italia  
che aiuta**

Associazione della Croce Rossa Italiana – Organizzazione di Volontariato  
Iscrizione n. 1157/2016 Registro Persone Giuridiche Prefettura di Roma  
Sede legale: Via Toscana, 12 - 00187 Roma  
C.F. e P.IVA 13669721006  
tel: 06-55100720  
Mail: [giovani@cri.it](mailto:giovani@cri.it)