



CASERTA – BREAKFAST SUMMER CAMP

Promozione e sensibilizzazione sui concetti di stile di vita sano e sostenibile e corretta alimentazione. Il campo è pensato per condividere la propria esperienza e favorire il confronto e l'approfondimento di tematiche relative alla prevenzione e promozione della salute, in un contesto in cui è poco affrontata la tematica. L'idea di ambientare il campo in un centro annesso a strutture scolastiche permette di creare una rete con le istituzioni locali, al fine di coinvolgere un bacino di partecipanti che hanno come riferimento un luogo simbolo del posto in cui vivono. L'obiettivo che si intende raggiungere è quello di fornire ai partecipanti degli strumenti per poter mettere in atto strategie per migliorare il proprio stato di salute e quello della propria comunità. In particolare, si intende rendere consapevoli i partecipanti delle potenzialità che si hanno nel coinvolgere il proprio ambiente ecologico nel cambiamento, anche tramite azioni di prevenzione. Le attività proposte sono pensate per abbracciare più tematiche che hanno come filo conduttore uno stile di vita sano e come i comportamenti quotidiani (anche nei confronti dell'ambiente) hanno un riscontro in esso.

Giorno 1

Obiettivo: presentazione del campo

8:30 presentazioni, "rottura del ghiaccio", introduzione alla settimana

9:15 colazione

9:45 gioco (1)

10:30 gioco (2)

11:30 merenda

12:00 attività

13:00 pranzo

14:00 laboratorio

16:00 debriefing e saluti

Gioco 1. L'acchiappa frutti: Dividere il gruppo in due parti e numerare i bambini di entrambi i gruppi da 1 a 10. quando verrà sorteggiato il numero 3 ad esempio correranno i bambini di entrambi i gruppi con il rispettivo numero e dovranno afferrare velocemente il frutto, la verdura o il pacco di cereali. La squadra che otterrà maggiori pezzi riceverà un premio.

Gioco 2. del "CHI SONO": Ogni bambino dovrà posizionare un post-it sulla fronte su cui ci sarà scritto il nome di un alimento, dovrà cercare di capire di quale alimento si tratta, facendo le opportune domande a chi si trova intorno a lui.



Attività 'PER FAVORIRE IL MOVIMENTO: Mentre si racconta una storia o si ascolta una canzone, i bambini dovranno fare dei movimenti ogni volta che verranno pronunciate determinate parole ad esempio: ogni volta che sentono la parola fragola devono alzarsi in piedi, ogni volta che sentono la parola acqua devono battere le mani, aumentando mano mano la velocità.

Laboratorio Il pollice verde (piantine): Esperienza che mira a sensibilizzare i bambini riguardo la sostenibilità e l'inverdimento. Le piantine rappresenteranno il primo step di un percorso che si concluderà poi, con una consapevolezza completa dei giusti comportamenti e atteggiamenti da adottare nel rispetto dell'ambiente, come punto di partenza per una vita salutare.

GIORNO 2

ORE 8:30 Colazione

ore 9.00: partenza per visita a casa Nogaro

La struttura, confiscata alla criminalità organizzata, ospita il museo sulle migrazioni "StoriEmigranti" e la "Piccola biblioteca nonviolenta" a disposizione della cittadinanza, con testi sulla pace, il disarmo, l'accoglienza e l'emergenza ambientale. La struttura ospita numerose attività in collaborazione con il gruppo scout Caserta 2, gruppo scout Capodrise 1, che racconta e fa vivere in prima persona l'esperienza delle migrazioni dei nostri giorni.

Obiettivi: sensibilizzazione sul tema del riciclo, promuovendo la collaborazione delle varie realtà sul territorio per il raggiungimento di un fine comune, la salvaguardia dell'ambiente

Attività: giochi all'aperto e visita al museo

Rientro previsto per le 14.00.

GIORNO 3

Giornata informativa sulla corretta alimentazione

Obiettivi: attività e lezioni informative mirate ad ottenere conoscenze riguardo la corretta alimentazione e i vantaggi che può portare.

8:30 presentazioni e debriefing sulle attività del giorno precedente

9:15 colazione

9:45 attività

10:30 lezione formativa con APPSSVS e/o nutrizionisti

11:30 giochi

13:00 pranzo

14:00 laboratorio creativo

16:00 congedo e saluti

Attività: i ragazzi si presentano tramite un alimento di loro preferenza che verrà poi collocato nella piramide alimentare che verrà creata nel laboratorio del pomeriggio.



Attività di sensorialità: Bendare i ragazzi e scoprire attraverso i sensi (gusto, olfatto, tatto) di che frutta o verdura si tratta.

Gioco: La stagionalità degli alimenti: Ogni bambino pescherà una carta, seguirà un percorso ad ostacoli e alla fine metterà la carta raffigurante il frutto o la verdura nel contenitore con la stagione giusta.

Laboratorio: Costruzione della piramide alimentare

GIORNO 4

Obiettivi: illustrazione dei vantaggi di una corretta e costante idratazione

8:30 incontro con tutti i partecipanti e debriefing sulle attività del giorno precedente

9:15 colazione

9:45 attività

10:30 lezione informativa con trainer APPSSVS/Monitore sull'importanza dell'acqua e dell'idratazione

11:30 giochi

13:00 pranzo 14:00 laboratorio

16:00 congedo e saluti

Attività: A TAVOLAAA!!!: Le due squadre si dispongono in fila una di fronte all'altra, come nel gioco del fazzoletto. A ogni giocatore viene assegnato un numero. Chi guida il gioco, mette in palio palio volta per volta degli oggetti che adornano la piramide alimentare: verdura, carne, cc... Al richiamo «Numero... a tavolaaa!!!» i ragazzi partono come nel gioco del fazzoletto per conquistare l'elemento in palio. Vince chi riesce a portare più oggetti alla squadra e ad e a completare per primo la piramide del gruppo.

Gioco: Gioco per spingere i bambini a bere più acqua: Nascondere sotto il bicchiere un adesivo con frutta o verdura, il bambino quando alzerà il bicchiere per bere, chi sta di fronte potrà scoprire l'immagine. Il bambino non può vedere cosa si cela sotto al bicchiere, quindi, dovrà scoprirlo facendo delle domande ad ogni sorso d'acqua.

Laboratorio: Raccontami il frutto

GIORNO 5

ore 8.30 Colazione

ore 9.00: partenza per visita didattica presso azienda agricola zootecnica "Torre Lupara" - Pastorano (CE)

Obiettivi: Far vivere ai partecipanti un'esperienza che arricchisca l'amore per il pianeta terra, il desiderio di tutelare la natura e che possa essere emozionante nel contatto diretto con gli animali, allattando con il biberon i vitellini, e dando forma con le proprie mani alla pasta che diventa mozzarella. Inoltre, trasmettere l'importanza dell'agricoltura come indotto economico e come possibilità di futuro per i nostri giovani. Trasmettere il concetto di tracciabilità: è giusto sapere da dove arriva il cibo che ritroviamo sulle



Croce Rossa Italiana
Comitato Nazionale
Unità Operativa Sviluppo
Attività Sanitarie e Socio Sanitarie



Croce Rossa Italiana
Organizzazione di Volontariato

nostre tavole e conoscere il mondo dei prodotti DOP e la tutela dell'UE come eccellenze Agroalimentari dell'Italia nel Mondo.

Rientro previsto per le 14.00.

GIORNO 6

ore 8.30 Colazione

ore 9.00: partenza per visita guidata nei giardini della Reggia di Caserta.

Ore 12.30: Pic-Nic della salute nei giardini della Reggia.

Rientro previsto per le ore 14.30.

GIORNO 7

8:30 incontro con tutti i partecipanti e debriefing sulle attività del giorno precedente

9:15 colazione

9:45 caccia al tesoro

10:30 pausa

10:45 ripresa caccia al tesoro

13:00 pranzo

14:00 cerimonia conclusiva con consegna attestati

16:00 debriefing e saluti

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