



## **ROMA MUNICIPIO V – ROMA VITALITY CAMP**

Il Comitato Roma 5 si pone l'obiettivo generale di promuovere sani stili di vita tra i giovani, ponendoli al centro come protagonisti della propria vita e quindi capaci di operare scelte consapevoli. Si prevedono, quindi, una serie di attività per lo sviluppo di conoscenze di base in tema di sani stili di vita, corretta alimentazione, educazione sessuale, attività fisica, igiene personale, impatto ambientale, emergenze, impegno sociale, che educino e sensibilizzino attraverso il divertimento e la condivisione con il gruppo dei pari. Tutto questo in un clima inclusivo e sereno in cui potersi mettere alla prova in maniera costruttiva. Tali insegnamenti hanno lo scopo di formare i giovani che siano gli adulti del domani, in linea con quanto previsto dall'obiettivo CRI di modellare agenti di cambiamento all'interno della società.

In tale ottica, le attività verranno organizzate secondo una divisione tematica per singole giornate al fine di sensibilizzare i ragazzi e lasciare loro il tempo di sperimentarsi su argomenti specifici. Si sottolinea che per ogni giornata vengono previsti momenti di pausa con colazione, spuntino, pranzo e merenda, al netto del sabato in cui è prevista anche la cena.

**GIORNO 1** La giornata sarà incentrata su due tematiche principali: la Croce Rossa e i Sani stili di vita. Si prevedono le seguenti attività: momento conoscitivo con i Volontari e tra i ragazzi tramite attività di gruppo e condivisione delle regole di comportamento; introduzione alla realtà di Croce Rossa con attività connesse; introduzione delle nozioni base della corretta alimentazione e dei sani stili di vita, con esperienza degli stessi tramite giochi educativi ("Piatto alimentare", "Zuccheri e bevande")

**GIORNO 2** La giornata sarà incentrata su due tematiche principali: Educazione sessuale e Sport. Si prevedono le seguenti attività: introduzione delle nozioni base dell'educazione sessuale e attività specifiche correlate (taboo; roulette; quiz); introduzione delle nozioni base dell'attività sportiva e del benessere personale; torneo di giochi di squadra (calcetto, pallavolo, basket, palla prigioniera).

**GIORNO 3** La giornata sarà incentrata su due tematiche principali: Ambiente e Riqualficazione. Si prevedono le seguenti attività: introduzione alle nozioni di impatto ambientale e cambiamento generato dalle piccole scelte quotidiane; laboratorio sul riutilizzo dei materiali di scarto e sulla raccolta differenziata; introduzione ai concetti di rigenerazione e riqualficazione di spazi urbani; attività pratica di riqualficazione del territorio con Legambiente.

**GIORNO 4** La giornata sarà incentrata su due tematiche principali: Coltivazione e Trasformazione degli alimenti. Si prevedono le seguenti attività: gita nel terreno agricolo dell'associazione "Il Giardino di Torricola" con approfondimento sulle diverse tecniche di coltivazione e laboratorio di trasformazione degli alimenti.

**GIORNO 5** La giornata sarà incentrata sulla tematica dell'Impegno sociale.



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



**Croce Rossa Italiana**  
Organizzazione di Volontariato

Si prevedono le seguenti attività: Introduzione della tematica dell'impegno sociale e dei giovani come agenti di cambiamento all'interno della società; attività con gli scout.

**GIORNO 6** La giornata sarà incentrata su due tematiche principali: Cambiamento climatico ed Emergenze. Si prevedono le seguenti attività: introduzione alle nozioni di cambiamento climatico e alle emergenze; attività relative al Piano d'emergenza e alla preparazione dello Zaino d'emergenza aperte anche alle famiglie; attività con il gruppo cinofilo; pernottamento nel Parco Bonafede in tende pneumatiche. La giornata sarà aperta anche alla partecipazione delle famiglie.

**GIORNO 7** La giornata sarà incentrata su due tematiche principali: Diritto Internazionale Umanitario e Conflitti. Si prevedono le seguenti attività: introduzione alle principali nozioni del DIU e dei conflitti armati; attività di gestione dei conflitti e mediazione; attività Raid Cross.

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

**Un'Italia  
che aiu+ta**

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