



**Breakfast Summer Camp "Dalla Terra alla Tavola"
del Comitato di Cingoli**

Target destinatari	<i>8 – 13 anni</i>
Modalità	<i>Non residenziale di 7 giorni (dalle 7:30 alle 17:30)</i>
Periodo	<i>Dal 28/08/2023 al 03/09/2023</i>
Struttura	<i>Sportello Sociale CRI, Via del Campo Sportivo, Cingoli Piazzale Risorgimento, Cingoli</i>

Gli obiettivi che si intendono raggiungere sono: - essere consapevoli di ciò che mangiamo; - valorizzare e far conoscere l'importanza dell'attività fisica; - conoscenza di nuovi sapori e piatti alternativi a base di prodotti locali (legati al progetto Servizio Volontario Europeo) Le azioni da intraprendere prevedono: - incontri interattivi; - attività all'aperto; - esperienze pratico-ludiche-educative con il coinvolgimento delle attività produttive alimentari locali; - collaborazione con i Comitati CRI che si trovano nel cratere terremoto, associati al consorzio "Terre delle Armonie". Alla fine dell'esperienza si attende che i partecipanti siano consumatori consapevoli, attenti a stili di vita sani, amanti giocosi dello sport e curatori dell'ambiente e delle risorse.

Giorno 1

Suddivisione e spiegazione interattiva dei pasti giornalieri con giochi a tema/attività sportiva all'aperto. Attraverso il contapassi, consegnato ad ogni ragazzo, si monitora l'attività fisica svolta. Risorse umane: Nutrizionista specializzato in alimentazione infantile; Allenatore sportivo; giovani volontari CRI formati nel progetto Salute; volontari Servizio Volontario Europeo

Giorno 2

La dieta mediterranea attraverso la piramide alimentare, presentata con giochi a tema. attività sportiva all'aperto. Attraverso il contapassi, consegnato ad ogni ragazzo, si monitora l'attività fisica svolta. Risorse umane: Nutrizionista specializzato in alimentazione infantile; Allenatore sportivo; giovani volontari CRI formati nel progetto Salute; volontari Servizio Volontario Europeo



Giorno 3

Gita didattica per visita guidata ad un caseificio locale per conoscere l'allevamento ovino e la trasformazione del latte. Merenda con degustazione dei prodotti del caseificio. Attività sportiva all'aperto. Attraverso il contapassi, consegnato ad ogni ragazzo, si monitora l'attività fisica svolta. Risorse umane: Nutrizionista specializzato in prodotti caseari; mastro casaro, allenatore sportivo; giovani volontari CRI formati nel progetto Salute; volontari Servizio Volontario Europeo

Giorno 4

La dieta mediterranea e le diete europee. I volontari dello SVE, presenteranno i piatti europei cucinati con prodotti tipici del nostro territorio. Attività sportiva all'aperto. Attraverso il contapassi, consegnato ad ogni ragazzo, si monitora l'attività fisica svolta. Risorse umane: Chef dell'Istituto Alberghiero di Cingoli; Allenatore sportivo; giovani volontari CRI formati nel progetto Salute; volontari Servizio Volontario Europeo

Giorno 5

FROM FARM TO FORK 1.1 - Gita didattica alla scoperta della lavorazione e trasformazione delle materie prime, nelle attività produttive locali (salumi e farina). Attività sportiva all'aperto. Attraverso il contapassi, consegnato ad ogni ragazzo, si monitora l'attività fisica svolta. Risorse umane: Nutrizionista; mastro norcino, mastro mugnaio, allenatore sportivo; giovani volontari CRI formati nel progetto Salute; volontari Servizio Volontario Europeo

Giorno 6

FROM FARM TO FORK 1.2 - Gita didattica alla scoperta della lavorazione e trasformazione delle materie prime, nelle attività produttive locali (pane e miele). Attività sportiva all'aperto. Attraverso il contapassi, consegnato ad ogni ragazzo, si monitora l'attività fisica svolta. Risorse umane: Nutrizionista; mastro fornaio, mastro apicoltore, allenatore sportivo; giovani volontari CRI formati nel progetto Salute; volontari Servizio Volontario Europeo

Giorno 7

La colazione della domenica mattina in famiglia: l'importanza della colazione come primo pasto del giorno vissuto con tranquillità condividendo le esperienze vissute nei giorni precedenti. Briefing finale Consegna del diario di bordo su cui annotare ogni giorno l'attività fisica svolta e segnalata dal contapassi donato. Verifica finale e cerimonia della consegna dell'attestato di partecipazione