

**Breakfast Summer Camp “Feed the movement”
del Comitato di MASCALUCIA**

Target destinatari	<i>14 – 17 anni</i>
Modalità	<i>Non residenziale di 7 giorni (dalle 7:30 alle 17:30)</i>
Periodo	<i>Dal 31/08/2023 al 06/09/2023</i>
Struttura	<i>Croce Rossa Italiana, comitato di Mascalucia Via Francesco Petrarca 26, Mascalucia</i>

-Coinvolgere, attraverso una metodologia ludico-formativa improntata sulla peer-education, 30 partecipanti di età 14-17 anni;

- Trasmettere, attraverso le attività proposte, una maggiore consapevolezza sulle tematiche della salute a tutto tondo, con particolare attenzione agli aspetti relativi all'ambito nutrizionale in termini tecnici/oggettivi e pratici/soggettivi;

- Incentivare la partecipazione dei giovani al mondo del volontariato e della Croce Rossa Italiana;

- Sviluppare nei partecipanti un senso di appartenenza derivante da momenti di socializzazione e condivisione;

- Favorire uno sviluppo della cittadinanza attiva al fine di rendere, i giovani partecipanti, agenti di cambiamento della loro comunità anche successivamente alla conclusione del campo;

- Far vivere ai volontari del comitato, in particolare i giovani, un'esperienza diversa e fortemente formativa.

-Creare, secondo le nostre competenze e conoscenze, personalità forti e critiche che sappiano andare oltre al giudizio e condizionamento sociale in termini di scelte per se stessi.

Giorno 1

Orario: 7.30 - 17.30

- Accoglienza partecipanti, registrazione e disbrigo pratiche privacy;
- Colazione
- Stretching mattutino
- Presentazione programma, saluti istituzionali, patto d'aula
- Distribuzione gadget
- Pranzo
- Presentazione Croce Rossa Italiana e attività dei Giovani CRI

Giorno 2

Orario: 9.00 - 18.00

- Colazione
- Sessione info-formativa su nutrienti e gruppi alimentari con partecipazione di una giovane nutrizionista esterna
- Spuntino
- Attività creativa e di gruppo legata all'alimentazione
- Pranzo
- sessione sportiva al parco Monte Ceraulo (Mascalucia): ginnastica, coordinazione, equilibrio e controllo della propria forza muscolare
- Attività di team building sulle varie diete diffuse nel mondo e perché la dieta mediterranea risulta essere la più completa

Giorno 3

Orario: 8.30 - 21.00

- Colazione
- Escursione sull'Etna con spuntino

- confronto sull'impatto ambientale delle filiere alimentari, scelte che ne riducono l'impatto
- pranzo a sacco – ritorno
- Intervento del S.I.A.N. Gravina sull'igiene della nutrizione, conoscenza infezioni diffuse tramite errata pulizia, conservazione e cottura degli alimenti
- Cineforum

Giorno 4

Orario: 9.00 - 21.00

- Colazione
- Sessione info-formativa con psicologo sui disturbi alimentari e come prevenirli
- pranzo
- realizzazione di un cortometraggio da condividere sui social Giovani CRI
- Cena staff e partecipanti

Giorno 5

Orario: 8.30 - 18.00

- Colazione
- escursione al mare con spuntino – condivisione sane abitudini al mare
- Pranzo
- sessione ludico-creativa sulla forza e il potenziamento muscolare con il campione italiano di parkour freestyle 2019, Fausto Vicari

Giorno 6

Orario: 9.00 - 22.00

- Colazione
- confronto su giudizio e bullismo legate alla fisicità con psicologi
- Pranzo
- laboratorio creativo con l'associazione culturale Ouroboros sull'accettazione di sé e fiducia in se stessi



- spettacolo finale con Ouroboros (This is me- The greatest showman) invite alle famiglie
- cena

Giorno 7

Orario: 9.00 - 18.00

- Colazione
- Corso di cucina di base presso scuola di cucina
- Pranzo
- Debriefing finale e revisione patto d'aula
- Consegna attestati, saluti istituzionali e chiusura campo