

## **“La Merenda nel pallone” per insegnare la corretta nutrizione**

*Il progetto è realizzato dall’Usl Umbria1, dall’istituto alberghiero di Assisi e dalla società sportiva San Marco Juventina e vede coinvolti 180 ragazzi tra i 5 e i 16 anni e le loro famiglie*

Perugia, 03 dicembre 2019 – Una corretta alimentazione è importante per i ragazzi e inizia con una buona sana merenda. E' per questo che l’istituto alberghiero di Assisi, la Usl Umbria 1 e la società sportiva San Marco Juventina, hanno deciso di dare il via al progetto “La merenda nel pallone” che vede coinvolti circa 180 ragazzi di età compresa tra i 5 e i 16 anni e anche i genitori, per divulgare una sana alimentazione unita ad una corretta pratica sportiva.

Secondo i dati del sistema di sorveglianza ministeriale “Okkio alla salute”, risulta che tra i ragazzi si ha una percentuale di sovrappeso e obesità del 30%. Un fenomeno preoccupante che va gestito anche attraverso iniziative che insegnino il corretto rapporto con il cibo.

Il progetto prevede una serie di incontri e laboratori informativi che coinvolgono sia i genitori che i ragazzi. Il personale del servizio igiene alimenti e nutrizione della Usl Umbria 1 e i docenti dell’Istituto alberghiero di Assisi illustreranno ai genitori alcuni suggerimenti per favorire la diffusione di sane abitudini alimentari con l’obiettivo di stimolare l’attenzione delle famiglie ad uno stile di vita corretto e rendere così il cittadino attivamente coinvolto nella tutela della propria salute.

I ragazzi, divisi in gruppi in base all’età, da 5 a 10 anni e da 11 a 16 anni, dopo l’allenamento, presso il campo della società San Marco Juventina vengono coinvolti dagli studenti dell’istituto Alberghiero di Assisi in attività dal carattere ludico, in cui si sperimentano le loro capacità sensoriali e gustative, con la scoperta di alimenti sani e genuini, tra cui vengono privilegiati prodotti stagionali e locali, provenienti da agricoltura biologica (frutta, verdura, pane integrale, olio). Alimenti che vengono poi serviti in gustose merende, preparate dagli studenti dell’alberghiero di Assisi e dallo chef Gabriele Faina. Inoltre vengono elaborate, sempre sotto forma di gioco, schede di degustazione della frutta, della verdura e degli altri alimenti utilizzati negli incontri.

Contatti Ufficio stampa:

TGC Eventi | Lucia Pippi | Tel. 338 1223266 | [lucia@tgceventi.it](mailto:lucia@tgceventi.it)