

CIRCOLARE N° 144

12 aprile 2019

AGLI STUDENTI, AI GENITORI E AI DOCENTI

OGGETTO: CONFERENZA “LA CORRETTA ALIMENTAZIONE IN ETA’ EVOLUTIVA” – PROGETTO SPORT “NO PAIN, KNOW GAIN”

Nell’ambito del progetto “**No pain, know gain**”, vincitore del bando regionale Fondazione Cariplo settore Sport che da mesi ha visto coinvolti numerosi dei nostri studenti in attività pomeridiane in palestra ginnica, è stata organizzata la conferenza “**La corretta alimentazione in età evolutiva**”, prevista da progetto come seminario di approfondimento.

*L’incontro avrà luogo presso la sala conferenze del nostro Istituto **lunedì 29 aprile, ore 18:00.***

Interverrà la **Dott.ssa Alessandra Zambelli** – consulente ed educatrice alimentare presso scuole, aziende ed enti pubblici – che approfondirà gli aspetti salienti di una corretta alimentazione, con particolare riguardo a quella di bambini e ragazzi che hanno la necessità di acquisire o consolidare corrette abitudini alimentari.

Riteniamo che rappresenti un’importante occasione per aumentare la consapevolezza, negli adulti come negli adolescenti, sull’importanza delle scelte alimentari che compiamo: per crescere sani e mantenersi in forma sono sufficienti pochi consigli ed elementi che possono facilmente essere applicati quotidianamente, senza fatica e, soprattutto, apprezzando e valorizzando il gusto e il sapore dei cibi.

Allegiamo locandina dell’evento.

Invitiamo gentilmente a confermare la propria partecipazione rispondendo a questa e-mail, oppure segnalandola alla segreteria didattica.

Auspiciando una vostra partecipazione e quella dei nostri studenti, porgiamo cordiali saluti.

Il Dirigente Scolastico

Prof. Ing. Luca Radici

PROGETTO

NO PAIN, KNOW GAIN

CONFERENZA

LA CORRETTA ALIMENTAZIONE IN ETÀ EVOLUTIVA



LUNEDÌ 29 APRILE
ore 18:00

SALA CONFERENZE
Istituto “Leonardo da Vinci”
Via dei Caniana, 2/B - Bergamo

RELATORE

Dott.ssa Alessandra Zambelli
Consulente, Educatrice Alimentare presso Scuole,
Aziende ed Enti pubblici

Durante l'incontro verranno trattati gli aspetti salienti di una corretta alimentazione, con particolare riguardo all'alimentazione dei bambini e dei ragazzi che hanno la necessità di acquisire e/o consolidare corrette abitudini alimentari. Molto spesso le scelte alimentari che compiamo per noi e per i nostri figli si basano su luoghi comuni e false credenze non supportate da studi scientifici validati: l'incontro ha anche lo scopo di sfatare questi falsi miti e fornire elementi per compiere scelte alimentari consapevoli.



Fondazione
Leonardo Education

Fondazione
CARIPOLO 



Regione
Lombardia