

# VareseNews

## Cibo e non solo, tra laboratori e show cooking

**Pubblicato:** Lunedì 13 Gennaio 2020



Due “show cooking” pomeridiani e una serata che si fa in tre grazie all’intervento di diversi professionisti per il primo appuntamento di “**Un giro della salute a 360 gradi**”, **il breve ciclo di incontri dedicato alle piccole scelte quotidiane che fanno la differenza per il benessere** di grandi e piccini promosso per il quarto anno consecutivo dalla Commissione salute dell’Istituto Comprensivo “Campi dei fiori” di Comerio.

“**Cibo e non solo**” è il titolo del primo dei tre incontri che sarà ospitato dalla **scuola primaria “Manzoni” di Morosolo (Casciago)**, **nella serata di venerdì 17 gennaio alle ore 20.30** ad ingresso libero e gratuito, **preceduto alle ore 18.45 da due Show cooking** (su prenotazione) dedicati uno alle famiglie con bambini, l’altro ai ragazzi.

La serata è strutturata per aprirsi con una breve introduzione collettiva prima di dividere i partecipanti in tre laboratori cui partecipare alternativamente.

A cura della Condotta Slow Food di Varese l’intervento della tecnologa alimentare **Alessandra Zambelli** sul tema “**Mangiare giusto per me, per le persone e per il pianeta**”. Contemporaneamente la nutrizionista **Erika Vecchio** partirà dall’esperienza portata avanti nella primaria di Luvinate con il progetto nazionale “**Enpab: biologi nelle scuole**”, per addentrarsi nel tema comune a tutte le case su come evitare sprechi e pericoli con l’approfondimento intitolato “**Fra comprare e consumare... il problema è conservare!**”

Infine l’anestesista e rianimatore **Luca Nicora** e la pediatra **Clara Ciotti** parleranno di “**Cibi pericolosi e manovre di disostruzione**”. La serata è pensata per le famiglie dell’Istituto ma è aperta a chiunque sia interessato.

**Sempre venerdì 17 gennaio, ma nel pomeriggio alle 18:45** e solo su prenotazione, due Show cooking: uno per le famiglie e l’altro interamente dedicato ai ragazzi (dalla quinta primaria in poi).

**Il primo laboratorio sarà condotto dal cuoco Simone della ditta di ristorazione “SeRist” che gestisce il servizio mensa delle scuole del Comune di Casciago, quello per i ragazzi sarà invece a cura dei ragazzi dell’Istituto Professionale Alberghiero “De Filippi” di Varese.**

Per le iscrizioni, è attivo fino a mercoledì 15 gennaio alle ore 24 il seguente [link](#).

Il secondo appuntamento dell’anno sarà **venerdì 6 marzo a Villa Valerio a Casciago** e l’argomento proposto è: “**Bullismo: un problema di sempre, un problema di tutti**”, con la psicopedagogista **Daniela Cosco e Lelia Mazzotta**, responsabile dell’Ufficio scolastico territoriale per il settore “**Cyberbullismo, Cittadinanza e Legalità**”. Durante la serata i plessi presenteranno i progetti e le buone pratiche messe in atto nell’Istituto, tra cui i video realizzati quest’anno nell’ambito del progetto “Like for life” (BullOut-Regione Lombarda).

Il terzo e ultimo appuntamento dal titolo “**Salute in fumo? No grazie!**” sarà **venerdì 24 aprile a Comerio** con il pneumologo **Antonio Satta**, la fisioterapista respiratoria **Sara Clobas** e gli esperti del Centro Anti Fumo di Arcisate per capire insieme come prevenire e affrontare un comportamento a rischio ancora così diffuso, a partire dai progetti e dalle iniziative in corso sul tema delle dipendenze.

Il ciclo di incontri “**Un giro della salute a 360 gradi**” è patrocinato dai Comuni di Barasso, Casciago,

Comerio e Luvinate e sostenuto dalle Associazioni Genitori dei sei plessi.  
Partecipazione gratuita.  
Per maggiori informazioni scrivere a [saluteiccamp@gmail.com](mailto:saluteiccamp@gmail.com) oppure 347 3066274.  
di [bambini@varesenews.it](mailto:bambini@varesenews.it)