

Alle Mamme, ai Papà, ai Nonni:

PROGETTO "MERENDA SANA"

da ben 12 anni nella scuola primaria di Burago

"Merenda sana" nasce appunto nel 2009 presso la scuola primaria di Burago, da un'idea condivisa da docenti e genitori.

Pionieri in Brianza!

Il progetto ha essenzialmente lo scopo di avvicinare giorno dopo giorno i nostri bambini ad una migliore alimentazione durante la ricreazione del mattino anche per favorire l'apprendimento!

Consiste nel sensibilizzare i bambini e, quindi le famiglie, a fare un uso sempre più consapevole di alimenti sani a merenda al posto di merendine preconfezionate, snack veloci, biscotti farciti o altri prodotti da forno come pizzette, focacce decisamente pesanti e troppo calorici.

Nei giorni prestabiliti, ogni famiglia fornisce, merende a base di frutta, verdura (carote, finocchi, ananas, macedonia ...) o yogurt oppure, alla peggiore delle ipotesi, di un pacchetto di crackers o una crostatina alla frutta, evitando creme al cioccolato.

In questi 11 anni molte scuole e istituzioni ci hanno apprezzato e il nostro progetto è cresciuto e procede sistematicamente da settembre a giugno di ogni anno nelle giornate di LUNEDÌ, MARTEDÌ, MERCOLEDÌ e VENERDÌ.

Le locandine, sulla porta dell'aula ne ricordano l'impegno ma spesso sono i bambini stessi a fare gare tra loro anche il giovedì!

A scuola, sui vari piani sono dislocati, a disposizione dei bambini, i contenitori della frazione umida che ci aiutano anche nell'importante differenziazione dei rifiuti urbani.

Burago, settembre 2021

La referente del progetto
Siglinda Plecchi



MERENDA SANA



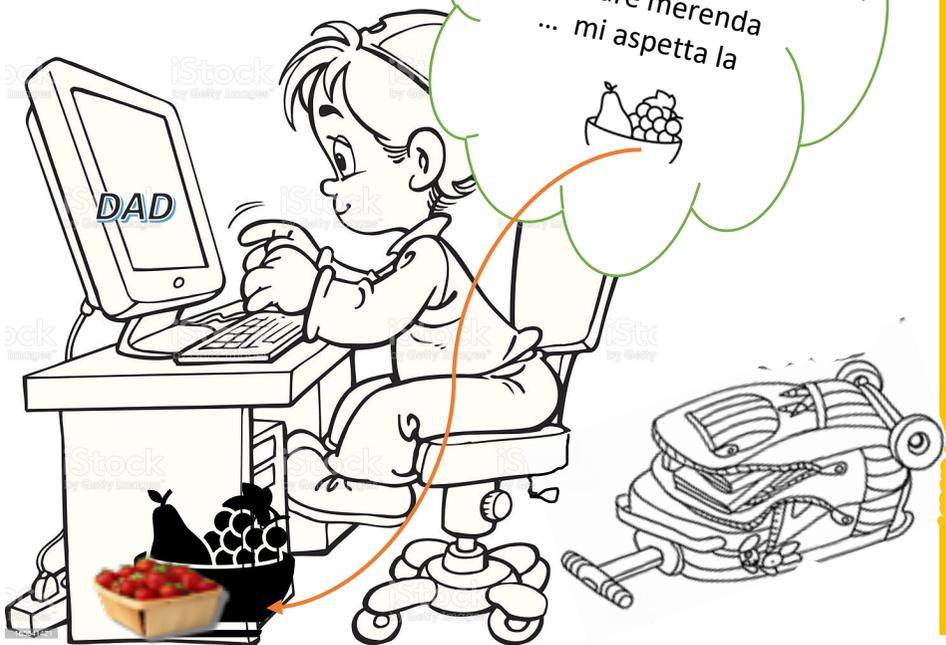
Il progetto "merenda sana" ha riscosso un gran successo in questi anni, vuol avvicinare i nostri bambini ad una migliore alimentazione durante la ricreazione del mattino anche per favorire l'apprendimento!



Anche in DAD, perché...
... È meglio!

"Merenda sana" è meglio!

Ho capito l'importanza della **merenda sana**, appena la maestra ci fa fare merenda ... mi aspetta la



il lunedì, il martedì, il mercoledì ... e il venerdì
FAI UNA MERENDA SANA
Orunque tu sia ...



Fin da subito, quest'anno, aderisci anche TU al progetto fornendo una merenda a base di frutta, verdura fresca o un pacchettino di crackers X 4 volte la settimana! Lo FARAI FELICE! ... Anche IN DAD!