

Alle Mamme, ai Papà, ai Nonni:

PROGETTO "MERENDA SANA"

da ben 13 anni

"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 pizette, 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 13 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 2022

La referente del progetto
Siglinda Plesechi



MERENDA SANA



Trovato! Lo vedi?
... laggiù ... è il **Signor Aquilone!!**
Andiamo a far merenda sana

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 le carote fanno benissimo



IN QUESTA SCUOLA ...
... scatena LA FANTASIA!

MERENDA SANA
QUATTRO VOLTE A SETTIMANA

PRENDI ESEMPIO DA CHI LO FA già
INVENTA i COLORI
e ogni giorno CAMBIALI!

Ma, dimmi tu cosa c'è di meglio che
una **macedonia!**
Vitamine di ogni tipo!
Una dose di **energia**, digeribilissima!

