

Genova, bimbi a bordo del galeone: laboratorio contro l'obesità infantile

di **Redazione**

15 Novembre 2010 - 14:34



Genova. Nell'ambito della Campagna contro il sovrappeso e l'obesità infantile, lanciata a inizio novembre dal Centro Obesità del Gaslini e da Federfarma Genova, si terrà domani un laboratorio ludico didattico a bordo del Galeone Neptune, ormeggiato al Porto Antico di Genova.

Il laboratorio, realizzato dagli esperti del Gaslini e di Federfarma Genova, coinvolgerà un gruppo di bambini e ragazzini in giochi divertenti e istruttivi atti a far conoscere e apprezzare i consigli sulle 4 azioni fondamentali per la salute sintetizzate dalla formula 5210, ideata dalla American Academy of Pediatrics pubblicata su "Pediatrics": 5 le porzioni che ogni giorno bisognerebbe assumere di frutta e verdura; 2 ore al giorno è il massimo tempo consentito per stare di fronte a schermi di tv video ecc; 1 ora ogni giorno andrebbe dedicata al movimento; 0 sono le bevande zuccherate: beviamo acqua, spremute di frutta, latte parzialmente scremato. Tema dell'evento è "Il vero tesoro dei pirati". Parteciperà l'Associazione di volontariato Gaslini Band Band con uno spettacolo sul tema, dal titolo "L'isola dei frutti giganti".

