

I giovani cesenati a scuola di Wellness contro obesità e malattie croniche

Da Technogym e Wellness Foundation un programma di formazione per 150 insegnanti e 2.000 ore di attività motoria gratuita per 9.500 bambini delle scuole dell'infanzia e primarie. Il progetto entra nella community di Let'sMove!, la campagna della First Lady Michelle Obama

Si chiama "Gioca Wellness" il progetto educativo che la Wellness Foundation e Technogym promuovono nelle scuole del comune e del comprensorio di Cesena, assieme all'Ufficio Scolastico provinciale e al CONI di Forlì-Cesena.

L'iniziativa, in programma da febbraio a giugno 2011, si rivolge alla scuola dell'infanzia (3-5 anni) e ai primi tre anni di primaria (6-9 anni) e prevede due attività complementari.

- **Formazione degli insegnanti.** Technogym ospiterà nella propria sede di Gambettola due appuntamenti di comunicazione e di formazione pensati *ad hoc* per gli insegnanti delle scuole dell'infanzia e primaria, per approfondire le più recenti evidenze scientifiche sui benefici del Wellness, dell'attività motoria e dei corretti stili di vita per i più piccoli. Inoltre, gli stessi insegnanti riceveranno delle schede con facili esercizi da far svolgere a scuola ai bambini, elaborati dalla divisione *Education* di Technogym con l'ausilio degli esperti dell'Ufficio Scolastico provinciale e del CONI. Considerata la giovane età dei bambini coinvolti, gli esercizi hanno la forma del gioco e sono "guidati" dai "Fratelli Welli", due personaggi di fantasia che danno volto al progetto.
- **Attività Motoria a Scuola.** Technogym e la Wellness Foundation, inoltre, hanno destinato alle scuole primarie del comune e del Comprensorio di Cesena un contributo economico che garantisce agli studenti 2.000 ore di attività motoria fino al termine dell'anno scolastico. Le lezioni saranno condotte da professionisti qualificati di educazione fisica "certificati" dal CONI di Forlì-Cesena e dall'Ufficio Scolastico provinciale, affiancati dai maestri delle singole classi.

"L'educazione al movimento e ai corretti stili di vita – spiega Nerio Alessandri, presidente di Technogym e della Wellness Foundation - è un elemento irrinunciabile per la sana crescita delle nuove generazioni ed è fondamentale cominciare sin dai primi anni di scuola abituando i bambini a divertirsi in movimento piuttosto che lasciarli soli di fronte allo schermo di una televisione, di un computer o di un videogame.

Ne va, prima di tutto, della loro salute. Molti pensano che i problemi di sovrappeso o di obesità infantile riguardino solo i giovani americani e ignorano i dati del nostro Ministero della Salute secondo cui, in Italia, il 50% dei bambini pesa più del dovuto e il 25% è affetto da obesità. È un'epidemia che non risparmia nemmeno la nostra realtà locale visto che a Cesena il 20% dei bambini è in sovrappeso già a 6 anni e ben il 10% ha problemi di obesità. Non è solo un fatto estetico, pure importante per i ragazzini. Chi è sovrappeso già in giovane età sviluppa malattie e disagi che rischia di trascinarsi per sempre peggiorando tragicamente la propria qualità di vita. Di fronte a queste evidenze intervenire è un dovere sociale".

Raffaella Alessandrini, Direttore dell'Ufficio Scolastico Territoriale di Forlì-Cesena, ha evidenziato come *"il vero successo di un imprenditore si misura non solo dai numeri che la sua azienda riesce a fare, ma anche dalla capacità di mettersi in gioco sul piano sociale per rispondere alle esigenze espresse dal territorio. Da questo punto di vista Nerio Alessandri è certamente un esempio da seguire per molti suoi colleghi imprenditori"*.

In virtù della sua forte vocazione sociale, **Gioca Wellness** è entrato a far parte della community internazionale di *Let's Move!*, l'imponente campagna lanciata dalla First Lady Michelle Obama contro la diffusione dell'obesità infantile che ha raggiunto, negli USA come nel resto del mondo, livelli da epidemia.

Il progetto sviluppato a Cesena - che rientra a pieno titolo tra le iniziative concrete della **Wellness Valley**, Romagna Benessere - è quindi segnalato tra le azioni messe in atto nel mondo per contribuire alla prevenzione delle malattie croniche tra i giovani e alla diffusione della Cultura della salute e dei corretti stili di vita.

"Con Gioca Wellness Cesena e la Wellness Valley entrano alla Casa Bianca - commenta Nerio Alessandri - con un progetto che conferma la naturale vocazione del nostro territorio a privilegiare la Cultura del benessere e l'attenzione alla qualità della vita delle persone. La scuola è senza dubbio il luogo più idoneo per cominciare a dare forma, con progetti concreti, al nostro desiderio di fare della Romagna il primo distretto al mondo per competenze nella qualità della vita delle persone".

Per maggiori informazioni e approfondimenti

Luigi Angelini - Wellness Foundation

+39 340 8750558

langelini@wellnessfoundation.it