



Rimini



Ai Dirigenti

Agli insegnanti delle Scuole dell'Infanzia,

Scuole Primarie

e Secondarie di I grado

L'associazione di volontariato, Onlus, **"PEDALANDO E CAMMINANDO"** insieme a FIAB ,
Federazione Italiana Amici della Bicicletta, propone il concorso intitolato:

**Più sani e più felici in bici
La nostra ricetta è presto detta:
mangiar sano e andar in bicicletta!**

Il tema del Concorso 2014 intende stimolare la fantasia e la creatività di bambini e ragazzi che dovranno ispirarsi alla relazione tra **salute e benessere**.

L'obiettivo è che sia approfondito quanto impatta sulla nostra salute (fisica ed emotiva) e il modo in cui ci si sposta nelle nostre città.

I punti di vista che suggeriamo per affrontare il tema sono diversi. Il primo riguarda **l'andare in bicicletta come modo di star bene**, una vitamina per la salute. Muoverci in bicicletta abitualmente ha dei riflessi sullo stato fisico: cardiologico, il tono muscolare, sul tono dell'umore. La "ricetta della salute" ha necessità di due ingredienti fondamentali: il movimento regolare e l'alimentazione equilibrata. La salute di bambini e ragazzi è favorita da un approccio integrato e quotidiano al benessere: lo spostarsi in bicicletta per percorsi di almeno qualche chilometro e un'alimentazione corretta.

Il secondo aspetto è quello che considera il **nostro abituale modo di muoversi che, se esclusivamente motorizzato, è poco positivo per la nostra salute**.

Lo scopo dell'iniziativa è quello di far proporre agli alunni **"ricette di felicità"**, ovvero di come lo star bene possa essere influenzato dal nostro modo di muoverci.

Quest'anno il Concorso Nazionale per le Scuole si articola in 2 nuove categorie:

__ Categoria "Disegni", riservata ai bambini delle Scuole dell'Infanzia e agli alunni delle Classi 1^a - 2^a delle Scuole Primarie. I disegni potranno essere realizzati con la tecnica preferita. Ogni elaborato dovrà essere realizzato su un foglio di carta o cartoncino della forma voluta (dimensione massima : formato A3, circa 30X42cm) e potrà essere individuale o di classe

__ Categoria "Canzoni e poesie", riservata agli alunni delle Classi 3^a - 4^a - 5^a delle Scuole Primarie e ai ragazzi delle Scuole Secondarie di 1^o grado. Si può scrivere una poesia o registrare una canzone di qualunque genere. La canzone o la poesia può essere realizzata in gruppi , massimo 5 alunni.

Gli elaborati dovranno essere corredati **dall'apposito talloncino** compilato con i dati richiesti. **Le opere saranno pubblicizzate** in occasione della manifestazione **BIMBIMBICI** di domenica 11 maggio 2014. **Saranno premiate** le scuole partecipanti e tre elaborati saranno selezionati per partecipare alla premiazione a livello nazionale.

Gli elaborati saranno ritirati entro il 30 Aprile, presso la scuola da parte di volontari dell'Associazione "Pedalando e camminando" contattando il 3335723704.

Con il Patrocinio di Provincia e Comune di Rimini



*Il Presidente
Sandro Luccardi*