

Lugano, 13/05/2013

Comunicato stampa

Campagna di promozione della salute *Vivimeglio* nei parchi giochi cittadini

Il Dicastero Integrazione e informazione sociale della Città di Lugano lancia un nuovo progetto di promozione della salute *Vivimeglio* nei parchi gioco cittadini rivolto ai bambini e alle loro famiglie. La prima esperienza si svolgerà mercoledì 15 maggio dalle ore 14.00 alle ore 16.00 nel Parco giochi zona Viarnetto a Pregassona.

LUGANO – Nel corso delle prossime settimane, i parchi gioco cittadini – a rotazione – si animeranno grazie alle attività della campagna di promozione della salute “*Vivimeglio*”, promossa dal Dicastero Integrazione e informazione sociale (DIIS). Durante questi momenti i bambini potranno divertirsi con attività stimolanti di movimento grazie alla presenza di un’animatrice mentre genitori ed accompagnatori avranno la possibilità di avvalersi della consulenza gratuita di una dietista dell’**Associazione Svizzera Dietisti diplomati SSS/SUP** alla quale porre domande inerenti la sana alimentazione e il corretto abbinamento dei cibi. Durante il pomeriggio verrà distribuita gratuitamente la merenda e un simpatico dado con idee per spuntini sani.

L’obiettivo della campagna “**Vivimeglio. Basta poco**”, realizzata dal DIIS, è quello di **promuovere il benessere generale della popolazione cittadina** partendo da semplici azioni quotidiane. **Per migliorare le proprie abitudini, infatti, basta poco.** È sufficiente dedicare qualche minuto del proprio tempo al movimento fisico e porre un minimo di attenzione all’alimentazione quotidiana.

Le azioni mirate proposte nei parchi gioco si rivolgono in modo particolare alle famiglie con bambini in quanto è durante l’infanzia che risulta più facile integrare le buone abitudini. L’obesità e il sovrappeso sono inoltre già presenti nelle fasce più giovani della nostra società: in Svizzera 1 bambino su 5 presenta una situazione di sovrappeso o di obesità. Le attività nei parchi gioco dei diversi quartieri cittadini sono in linea con la **politica di prossimità** del DIIS che mette al centro dell’intervento la relazione e la presenza nei luoghi di vita quotidiana.

Le animazioni si svolgeranno dalle ore 14.00 alle ore 16.00 nei seguenti parchi gioco:

- mercoledì 15 maggio – Pregassona / Viarnetto
- mercoledì 22 maggio – Parco Ciani
- mercoledì 29 maggio – Cassarate / Via Pico
- mercoledì 5 giugno – Parco Ciani
- mercoledì 12 giugno – Parco Tassino
- mercoledì 19 giugno – Viganello / Via alla Roggia





A partire da settembre, dopo la pausa estiva, sono previste presenze in altri quartieri.

[Visita la nostra pagina Facebook!](#)

Per maggiori informazioni:

Sabrina Antorini Massa, Capoufficio
Dicastero Integrazione e informazione sociale
Via Trevano 55 - 6900 Lugano
Tel.: +41 (0)58 866 74 56 - +41(0)76 380 04 22
prevenzione@lugano.ch – www.lugano.ch/diis
Lu-ve: 07:30-12:00 | 13:30-17:00