

## A Orsara di Puglia torna il format 'Migliorarsi a piccoli passi' per imparare ad amare se stessi

In programma ci sono giochi per imparare ad amare se stessi e la propria salute, a rispettare l'ambiente e le altre persone

Redazione 19 luglio 2023



Si chiama 'Migliorarsi a piccoli passi' ed è la carovana di bambini e professionisti che il 23 luglio invaderà Orsara di Puglia per una giornata all'insegna del divertimento. In programma ci sono giochi per imparare ad amare se stessi e la propria salute, a rispettare l'ambiente e le altre persone, passando per un pranzo con le famiglie nel ristorante di Peppe Zullo, che ospiterà i partecipanti nel suo orto alla scoperta dei prodotti migliori da portare in tavola. Abbinato alla manifestazione, come gli altri anni, c'è un concorso fotografico che metterà al centro i piccoli partecipanti e gli scorci più belli di Orsara.

Il raduno è alle 10.30 in Piazza Mazzini dove si svolgeranno i giochi ideati per i bambini. Si comincerà con 'L'emozione dell'armocromia' con cui il lookmaker Carlo Ventola, ideatore del format, spiegherà come accostare, fondere e

mescolare i colori, per migliorare il proprio aspetto e l'ambiente circostante. Quindi si passerà a giocare con le emozioni con la guida della psicologa psicoterapeuta Lucia Susanna che ha elaborato 'Con le emozioni si può...'. A seguire, due momenti dedicati alla sana alimentazione con la nutrizionista Antonella Riccelli: 'Il Semaforo alimentare' per conoscere la frequenza con cui un cibo può essere consumato dai bambini, basandosi sulle linee guida della Dieta Mediterranea, e 'Indovina i gusti' in cui i bambini, bendati, saranno invitati a riconoscere alcuni alimenti assaggiandoli. Sul tema della sana alimentazione interverrà anche Peppe Zullo, che offrirà un'ampia panoramica dei prodotti del territorio direttamente nel suo orto di Villa Jamele. La prima parte della giornata si concluderà con un pasto conviviale. Dalle 15.30 Orsara si trasformerà in un grande set fotografico a cielo aperto. Fotografi, visagisti, costumisti e parrucchieri avranno il compito di riprodurre i vari stili e valorizzare l'immagine dei bambini e delle location assegnate. Gli scatti realizzati dalle squadre parteciperanno al contest e faranno parte di un book. Sia il team di esperti vincitore che il bambino o la bambina (con il suo nucleo familiare) la cui foto risulterà la più votata dalla giuria avrà in premio un viaggio con soggiorno gratuito a Bruxelles e visita alle istituzioni europee messo a disposizione da Mario Furore, europarlamentare del Movimento 5 Stelle. Previsti anche dei premi per le squadre, tra cui quello intitolato alla memoria di Marina Corvino, componente del team di Migliorarsi a piccoli passi. Alle 19.30 è fissato il rientro delle squadre in Piazza Mazzini, dove avrà luogo la sfilata di tutti i trend. La manifestazione è organizzata dall'Aps "Noi Noi" di Lucera con il patrocinio del Comune di Orsara di Puglia e in collaborazione con la Pro Loco.

<https://www.foggiatoday.it/eventi/orsara-di-puglia-migliorarsi-piccoli-passi-23-luglio-2023.html>