



M.I.M. - U.S.R. per il LAZIO ISTITUTO COMPRENSIVO “MARGHERITA HACK”

Cod. Fisc. 95036980589 - RMIC8C200B Codice Univoco: **UFCWPW**
Ambito Territoriale 14 - VIA XXV APRILE, 66 - 00034 COLLEFERRO (ROMA) - Tel. 06/97305269 - Fax 06/97200657
e-mail: rmic8c200b@pec.istruzione.it - rmic8c200b@istruzione.it - Sito Web <https://icmargheritahack.edu.it/>

CIRC. N. 285

Colleferro, 11 Marzo 2025

Ai Docenti
Agli Alunni
Scuola Secondaria I Grado
Al DSGA
Al personale ATA

Oggetto: La Merenda “sballata” - Progetto “Scuole Sostenibili Minerva”

Si comunica che il nostro Istituto, nell’ambito del Progetto “Scuole Sostenibili Minerva”, ha aderito all’iniziativa **La Merenda “sballata”: nella settimana che va da lunedì 24 Marzo a venerdì 28 Marzo 2025 si sensibilizzeranno** gli alunni a portare a scuola merende non confezionate e con pochi involucri o, ancora meglio, senza involucri di plastica o alluminio. La merenda potrà essere conservata in un porta-merenda o in un contenitore riutilizzabile e l’acqua e bevande potranno essere messe in una borraccia.

I ragazzi potranno portare pane con nutella o marmellata, dolci e spuntini fatti in casa, frutta e verdura fresca e altro, secondo le proprie preferenze.

La merenda andrà consumata nelle due ricreazioni (ore 9.55-10.05 / ore 11.55-12.05).

Alla fine della giornata verranno attenzionati i cestini dei rifiuti nelle varie classi per analizzare il contenuto volumetrico dei rifiuti che, con le merende sballate, dovrebbe ridursi notevolmente.

Bisogna evitare snack, merendine confezionate, spuntini industriali e processati, patatine fritte e bibite gassate. Occorre scegliere uno spuntino equilibrato e nutriente. Una merenda sana fornisce al nostro corpo l’energia necessaria per affrontare la giornata.

La Merenda sballata si pone come obiettivo insegnare ai nostri ragazzi ad inserire una merenda sana nella propria alimentazione e può fungere da spunto per uno stile di vita complessivamente più sano: vuole abituare i nostri ragazzi a fare scelte alimentari consapevoli e a prendersi cura del proprio corpo. Ha inoltre lo scopo di sensibilizzare alla riduzione dei rifiuti derivati da imballaggi e limitare così l’impatto dei nostri rifiuti sull’ambiente.

Questo piccolo gesto può diventare una buona pratica nella vita di tutti i giorni.

Quindi via a una merenda fatta in casa sana, gustosa, nutriente e soprattutto “plastic free”.

Il Dirigente Scolastico
Dott.ssa Maria Giuffrè
Firma autografa sostituita a mezzo stampa ai sensi
dell’art. 3 comma 2 del D.Lgs n° 39/1993