

# La Città in Tasca è realizzata con il sostegno di Roma Capitale in collaborazione con Acea e Siae ed è inserita nel programma ESTATE ROMANA 2014

**Bambini più sani con lo sport: a La Città in Tasca, l'Estate Romana dei bambini, le attività per lottare contro le malattie ipocinetiche**

*“La malattia ipocinetica, causata da mancanza di movimento e da introiti nutrizionali sproporzionati e squilibrati, è la malattia più diffusa di questi ultimi anni tra i ragazzi più piccoli”, dichiara Anna Maria Berardi, Presidente Arciragazzi Roma e ideatrice dell'evento*

**IL FESTIVAL - Grande attenzione in questi giorni per lo spazio dedicato allo sport e alle attività ludico-ricreative. A La Città in Tasca, la manifestazione dedicata ai bambini e alle bambine dell'Estate Romana, che si svolge presso il Parco degli Scipioni sino al 13 luglio, tanto** sport e molti giochi per educare alle attività ricreative e fisiche, per imparare a stare in forma, per sensibilizzare ad una corretta alimentazione e per informare sulle gravi conseguenze delle malattie ipocinetiche.

Il festival, che lo scorso anno ha contato oltre 60mila presenze per 9 giorni di eventi, quest'anno festeggia **20 anni**. Un evento nell'evento, che sarà festeggiato con un ricchissimo staff fatto di artisti, poeti, musicisti, attori, scrittori, giocolieri, animatori, per un calendario che prevede film, spettacoli, letture, danza, musica, incontri, laboratori e tanti giochi.

**SPORT E SALUTE -Nel pomeriggio incontri e appuntamenti per giocare e fare sport non agonistico: sarà possibile imparare le regole della pallacanestro, i movimenti per lanciare un frisbee e scoprire il badminton**, il tutto guidato da personale altamente qualificato. E poi **spazio per “MVTB - Mi Voglio Tanto Bene”**, programma di sensibilizzazione alla corretta alimentazione e all'importanza dell'attività fisica per i bambini. MVTB è il prodotto di un lavoro a base scientifica che viene reso di facile lettura dall'uso di “comic strip” divertenti, per illustrare le norme basilari di un adeguato e corretto stile di vita anche a tavola. MVTB fa parte del progetto *L'energia pulita dello sport*, ideato e proposto dall'Associazione Sportiva Dilettantistica SUNRISE 1, che gode del patrocinio del CONI Comitato Regionale Lazio. Ogni Domenica, sino al 13 Luglio, tutti i visitatori de “La Città in Tasca”, diventando fan della pagina Facebook dell'Evento, potranno fare download dei tre diversi paragrafi di Mi Voglio Tanto Bene, un utile pamphlet digitale alla scoperta della formula per “crescere bene e stare in forma”.

*“La **malattia ipocinetica**, causata da mancanza di movimento e da introiti nutrizionali sproporzionati e squilibrati, è la malattia più diffusa di questi ultimi anni tra i ragazzi più piccoli - dichiara **Anna Maria Berardi, Presidente Arciragazzi Roma e ideatrice dell'evento** - E' importantissimo sensibilizzare e intervenire per operare un'educazione generale che cominci sin dalle abitudini più naturali, come sedersi a tavola a mangiare. I dati di biochimica e fisiologia ci indicano come l'alimentazione possa essere applicata all'attività sportiva per fornire un risultato migliore attraverso un intervento non soltanto quantitativo, ma anche e soprattutto qualitativo. E' per questo che abbiamo voluto dare spazio al progetto **L'Energia Pulita dello Sport** che vuole incentivare lo svolgimento delle attività motorie all'aria aperta nel rispetto dell'ambiente e la presenza femminile nella pratica delle attività sportive, garantendo le pari opportunità. Inoltre vuole promuovere una pratica sportiva sana che si allinea ad una corretta nutrizione e che sia libera dal doping, favorendo l'integrazione sociale”.*

Sarà presente inoltre uno stand che promuove le attività del **Campionato Mondiale di Pallavolo Femminile**, che si

svolgerà presso il Palalottomatica dal 23 al 28 settembre: acquistando un abbonamento presso il Comitato Regionale FIPAV Lazio entro e non oltre il 5 settembre e presentando il coupon presente nella brochure de La Città in Tasca, subito in omaggio una T-shirt del Mondiale, e si può concorrere per vincere un'emozionante giornata insieme alle Azzurre protagoniste dei prossimi campionati.

**APPUNTAMENTI DEL WEEKEND** - Tra gli appuntamenti più importanti de La Città In Tasca, **nei prossimi giorni spazio anche alle famiglie con showcooking e degustazioni**: il 5 luglio alle ore 16.30 - 17.00 la degustazione guidata vini con il maître - sommelier Adriano Bernardo, mentre il 6 Luglio - ore 17.00 - 18.00 lo show cooking con lo chef Andrea Bianchi.

**Ma saranno teatro e cinema i veri protagonisti delle calde serate romane del Parco degli Scipioni**: giovedì 3 luglio alle ore 21.15 la compagnia Gli Alcuni di Treviso presenta "L'Isola che c'è", spettacolo di teatro d'attore e pupazzi. Venerdì 4 luglio alle ore 21.15 "Il cinema d'autore incontra i bambini - Rassegna di film per ragazzi", con la visione di "Pocahontas" un film di Mike Gabriel, Eric Goldberg. Sabato 5 luglio, invece, alle 21:15, invece, la rassegna di cortometraggi di animazione, realizzati dagli allievi della Scuola Nazionale di Cinema del Centro Sperimentale di Cinematografia sede del Piemonte.

**Domenica 6 luglio alle ore 21.15 la Compagnia Teatrale Girovago e Rondella (Viterbo - Italia) presenta "Manoviva"**, un burattino a cinque dita che cammina. *Mano viva, teatro di figura, un altro universo in cui solo le mani raccontano, senza parole... Lui e Lei vi strabilleranno per la loro abilità. Le loro mani si trasformano in incredibili personaggi capaci di esibirsi in numeri di giocoleria e acrobatica, meglio di qualunque essere uMano... Lui non è solo giocoliere, ma anche one man band e mangiafuoco, Lei funambola e non solo. Le luci della ribalta si accendono e voi tutti vi ritroverete immersi in un mondo fantastico in miniatura dove tutto è possibile e reale.*

**APPUNTAMENTI QUOTIDIANI - Proseguono gli appuntamenti pomeridiani della Biblioteca Centrale Ragazzi**, che sarà al Parco degli Scipioni con la sua nuovissima **Ape Lettura, una piccola biblioteca itinerante carica di libri bellissimi e di letture animate**. Molto ricco il cartellone degli spettacoli pomeridiani, ma non solo, fra i quali citiamo **"La torta in cielo" dell'Accademia Italiana del Flauto e Accademia Nazionale di Santa Cecilia**, un adattamento dal libro di Rodari, con musica dal vivo e voce narrante di Galatea Ranzi, per la regia di Stefano Cioffi. Inoltre **"Beasterrabbits - conigli a bestia"**, esilarante spettacolo della Compagnia Terzo Studio con due strambi conigli protagonisti. E poi **"La principessa che aveva perso il sorriso"** una co-produzione della compagnia italo - ceca Teatro delle Marionette Arcabalena e Arciragazzi di Roma.

Tanti i laboratori quotidiani per insegnare l'arte e il disegno, in tutte le sue molteplici forme e sfumature. **La Città delle Artingioco**, a cura di Giovanna Lancia e Valentina Valecchi, propone un laboratorio per imparare a guardare il mondo con gli occhi dell'arte, esprimere le proprie emozioni, interpretare la realtà con forme e colori, lasciando parlare la fantasia, lasciandosi ispirare da un libro d'arte. **Raccontare con i Fumetti**, a cura della **Scuola Romana dei Fumetti**, per bambini dagli 8 ai 13 anni, aiuta ad imparare cos'è un fumetto, come nasce una storia, quanti generi esistono. Imparare a riconoscere e utilizzare gli strumenti base del linguaggio dei fumetti e, giocando e divertendoci, apprendere in modo fantasioso come leggere i fumetti e scoprire "segreti", tecniche e simboli per realizzare storie o semplicemente esprimere un'idea, o fare i fumetti insieme in una storia collettiva.

Ma ci sono anche i **Laboratori di costruzione di strumenti musicali**, a cura di Logos Progetto AltaFormazione: con vari materiali di recupero, i bambini potranno costruire i più incredibili strumenti musicali con i quali poi divertirsi a "giocare al concerto". E quelli su **natura, scienza e tecnologia per bambini**, a cura di Massimo Avvisati, per esplorare la natura e i

suoi fenomeni grazie alla scienza e alle nuove tecnologie, per conoscere invenzioni e tecniche per osservare e documentare il mondo che ci circonda, e per guardare la realtà attraverso il microscopio elettronico.

#### INFO

LA CITTA' IN TASCA - Gioco, Arte, Spettacolo per i bambini e i ragazzi di Roma e Provincia

Parco degli Scipioni - via di Porta Latina, 10

dal 28 giugno al 13 luglio - ingresso dalle ore 17,30 - chiusura ore 23,00

Telefono 06 41733356 / Fax 06 41733372 / Mobile 338 6714053

E-mail: [info@lacittaintasca.it](mailto:info@lacittaintasca.it)

Sito web [www.lacittaintasca.it](http://www.lacittaintasca.it)

La Città in Tasca può la potete seguire anche su Facebook.

#### ALTRE INFO

Organizzazione:

ARCIRAGAZZI Comitato di ROMA

Telefono 06 41733356 - Fax 06 41733372

E-mail: [arciragazzi@uni.net](mailto:arciragazzi@uni.net)

Sito web [www.arciragazzi.org](http://www.arciragazzi.org)

Tessera annuale Arciragazzi

La tessera annuale dà diritto a partecipare a tutte le attività organizzate da Arciragazzi (gratuite e a pagamento), offre la relativa copertura assicurativa e dà diritto a sconti e agevolazioni nei teatri, nelle librerie e negli esercizi commerciali convenzionati con l'Associazione.