

The background features several thick, bright orange diagonal lines that intersect to form a starburst or web-like pattern. The lines originate from the top right and bottom right corners and extend towards the left side of the frame. The text is centered in the white space between these lines.

# **EDUCAZIONE ALIMENTARE**



**Referente:** Laura Bonato

### **SOGGETTO ATTUATORE**

Ditta di Ristorazione Sodexo

### **DESTINATARI**

Sezioni Grandi degli Asili nido e classi Scuole dell'Infanzia.

### **SEDE DI REALIZZAZIONE**

Scuole cittadine.

### **PERIODO DI SVOLGIMENTO**

Anno scolastico 2017/2018.

### **DURATA E ORARI**

N° 2 incontri di 1½ ora cadauno (1 ora per Asili Nido).

### **MODALITÀ ORGANIZZATIVE**

Avvio del progetto: date e orari da concordarsi con la Responsabile Dietista – Laura Bonato tel/fax 011 4050735 da lunedì al venerdì con orario 10-12.

### **OBIETTIVI EDUCATIVI**

Far conoscere le stagioni attraverso la storia di 1 chicco di grano: è autunno il contadino semina, è inverno il seme riposa sotto terra, è primavera il chicco germoglia, è estate la spiga di grano è matura.

Far scoprire con i sensi (tatto, olfatto, gusto, ecc.) le diverse tipologie di farine e semole.

Far compiere un'esperienza reale di manipolazione che li conduca con piacere alla realizzazione di un prodotto finito.

Il progetto sarà accessibile anche a bambini con allergie/intolleranze.

### **AZIONI**

Il primo incontro prevede la spiegazione della trasformazione del chicco di grano in pane, con il supporto interattivo di fiabe e filastrocche.

Al secondo incontro i bambini verranno abbigliati da panettieri/pizzaioli e proveranno ad impastare farina, acqua e lievito fino ad ottenere un impasto omogeneo con il quale potranno creare la pizza o paste o altri prodotti.

Entrambi gli incontri si concluderanno con assaggi differenti di focaccia bianca e pizza.

### **COSTO**

Attività finanziata dal Comune, nell'ambito dell'appalto della Ristorazione Scolastica.



**NEW**

**Referente:** Laura Bonato

### **SOGGETTO ATTUATORE**

Ditta di Ristorazione Sodexo

### **DESTINATARI**

Sezioni Grandi degli Asili Nido e Scuole dell'Infanzia.

### **SEDE DI REALIZZAZIONE**

Scuole cittadine.

### **PERIODO DI SVOLGIMENTO**

Anno scolastico 2017/2018.

### **DURATA E ORARI**

N° 2 incontri di 1½ ora cadauno (1 ora per Asili Nido).

### **MODALITÀ ORGANIZZATIVE**

Avvio del progetto: date e orari da concordarsi con la Responsabile Dietista – Laura Bonato tel/fax 011 4050735 da lunedì al venerdì con orario 10-12.

### **OBIETTIVI EDUCATIVI**

Attraverso l'animazione di un teatrino con i burattini o il racconto di una storia tematica far conoscere frutta e verdura e la loro importanza nel consumo all'interno della giornata alimentare.

Far scoprire attraverso gustosi assaggi i prodotti ortofrutticoli di stagione.

Far compiere un'esperienza reale di manipolazione che li conduca con divertimento alla realizzazione di animali e personaggi con frutta e verdura.

Il progetto sarà accessibile anche ai bambini con allergie/intolleranze.

### **AZIONI**

I° incontro: l'incontro si svolge in sezione e consiste nel raccontare una storia con tematica riguardante la frutta o la verdura, poi, attraverso l'uso dei sensi i bambini saranno in grado di riconoscere i personaggi simulati. Alla fine verranno effettuati una serie di piccoli assaggi, che richiamano i protagonisti e i personaggi della storia appena narrata.

II° incontro: con la sinergia del docente ed insegnante di sezione si ricondurrà il bambino ai personaggi presentati nel primo incontro e si terminerà con la realizzazione di un momento creativo con "simpatiche sagome" di frutta e verdura.

### **COSTO**

Attività finanziata dal Comune, nell'ambito dell'appalto della Ristorazione Scolastica.



**Referente:** Laura Bonato

### **SOGGETTO ATTUATORE**

Ditta di Ristorazione Sodexo

### **DESTINATARI**

Classi Scuole primarie I ciclo.

### **SEDE DI REALIZZAZIONE**

Scuole cittadine.

### **PERIODO DI SVOLGIMENTO**

Anno scolastico 2017/2018.

### **DURATA E ORARI**

N° 2 incontri di 1 ora cadauno.

### **MODALITÀ ORGANIZZATIVE**

Avvio del progetto: date e orari da concordarsi con la Responsabile Dietista – Laura Bonato tel/fax 011 4050735 da lunedì al venerdì con orario 10-12.

### **OBIETTIVI EDUCATIVI**

Approccio al cibo utilizzando i 5 sensi con esperienza ludica diretta e la creazione di personaggi che rappresentano i sensi ed i 4 gusti (acido,amaro,dolce,salato). Incrementando la curiosità del bambino si sottolinea nel contempo che l'assaggio dell'alimento è una fase necessaria per la crescita fisica.

Il progetto sarà accessibile anche a bambini con allergie/intolleranze.

### **AZIONI**

*1° incontro Viaggio attraverso i cinque sensi*

con il docente attraverso la storia interattiva " I nostri cinque amici" verranno introdotti i sensi uno alla volta. L'Approccio sarà di tipo ludico: VIS il personaggio che rappresenta la vista guiderà i bambini nella prima esperienza visiva con il gioco di Kim. OLF, il personaggio che rappresenta l'olfatto, farà scoprire aromi e profumi di alimenti posti all'interno di contenitori opachi (la vista potrebbe ingannare). TATOO il personaggio che rappresenta il tatto si presenterà ai bambini con la sua "scatola magica" attraverso la quale i bambini potranno riconoscere solo con il tatto gli alimenti nascosti. UDO, il personaggio che rappresenta l'udito farà scoprire i rumori esterni ed interni dei cibi attraverso esperienze di assaggio di grissini, fette biscottate e fiocchi cerali.

*2° incontro: Viaggio attraverso i quattro gusti*

Attraverso il racconto interattivo "Le quattro facce del gusto" verrà stimolato il riconoscimento dei quattro gusti con assaggi attraverso i personaggi: LEMON che rappresenta il gusto aspro acido, GENERAL RADICCHIO che rappresenta il gusto amaro, CIOCCO che rappresenta il gusto dolce e RINO che rappresenta il salato del sale marino.

### **COSTO**

Attività finanziata dal Comune, nell'ambito dell'appalto della Ristorazione Scolastica.



**Referente:** Laura Bonato

### **SOGGETTO ATTUATORE**

Ditta di Ristorazione Sodexo

### **DESTINATARI**

Classi delle Scuole Primarie II ciclo e Classi 1° delle Scuole Secondarie I grado.

### **SEDE DI REALIZZAZIONE**

Scuole cittadine.

### **PERIODO DI SVOLGIMENTO**

Anno scolastico 2017/2018.

### **DURATA E ORARI**

N° 2 incontri di 1 ora cadauno.

### **MODALITÀ ORGANIZZATIVE**

Avvio del progetto: date e orari da concordarsi con la Responsabile Dietista – Laura Bonato tel/fax 011 4050735 da lunedì al venerdì con orario 10-12.

### **OBIETTIVI EDUCATIVI**

La piramide alimentare è un progetto nato per fornire nozioni più specifiche in materia di alimentazione.

Imparare a distinguere e a collocare gli alimenti nei vari gruppi di appartenenza;

Analizzare, riconoscere e capire la funzione dei principi nutritivi;

Capire il significato della forma triangolare della piramide;

Capire cosa significa “giornata alimentare equilibrata”.

Il progetto sarà accessibile anche a bambini con allergie/intolleranze

### **AZIONI**

1 ° incontro : Utilizzando il cartellone “*la piramide degli alimenti*”, si fanno conoscere i gruppi di alimenti e come abbinarli correttamente, la funzione dei principi nutritivi e il significato della forma della piramide.

2° incontro Il momento formativo/didattico rivolto ai bambini/ragazzi si trasformerà da apprendimento a gioco (attuabile per esempio in palestra) al termine del quale la squadra vincitrice sarà premiata e, in virtù del vero spirito sportivo, anche i perdenti avranno diritto al premio (stampe piramide degli alimenti).

### **COSTO**

Attività finanziata dal Comune, nell’ambito dell’appalto della Ristorazione Scolastica.



## Un Arcobaleno di Benessere

**Referente:** Laura Bonato

### **SOGGETTO ATTUATORE**

Ditta di Ristorazione Sodexo

### **DESTINATARI**

Classi delle Scuole primarie I ciclo.

### **SEDE DI REALIZZAZIONE**

Scuole cittadine.

### **PERIODO DI SVOLGIMENTO**

Anno scolastico 2017/2018.

### **DURATA E ORARI**

N° 2 incontri di 1 ora cadauno.

N° 1 animazione durante il pranzo

### **MODALITÀ ORGANIZZATIVE**

Avvio del progetto: date e orari da concordarsi con la Responsabile Dietista – Laura Bonato tel/fax 011 4050735 da lunedì al venerdì con orario 10-12.

### **OBIETTIVI EDUCATIVI**

Gli incontri hanno lo scopo di incentivare il consumo di verdura attraverso il gioco con l'utilizzo dei sensi, di conoscere a fondo la stagionalità e di dare informazioni in merito ai principi di una corretta alimentazione.

Animazione in mensa per incentivare il consumo di verdura.

Il progetto sarà accessibile anche ai bambini con intolleranze/allergie.

### **AZIONI**

1° incontro: vengono fornite informazioni in merito alla frutta/verdura in generale (perché si mangiano, cosa contengono, 5 colori del benessere da gustare 5 volte al giorno, stagionalità). Viene chiesto poi ai bambini di preparare un cartellone con figure che riproducono immagini di frutta/verdura. Inoltre i bambini, fino all'incontro successivo, dovranno segnare su un loro elaborato la verdura e la frutta che hanno mangiato a pranzo e a cena per poterne discutere nell'incontro successivo. Alla fine dell'incontro verrà consegnato l'arcobaleno del benessere.

2° incontro: discussione sull'elaborato dei bambini e realizzazione del laboratorio in cui verranno utilizzati tutti i 5 sensi per conoscere meglio la verdura e frutta presentata in modi diversi.

3° incontro: animazione in mensa allestendo al centro di ogni tavolo dei piatti di crudità presentati in modo simpatico e decorativo quali stimolo per l'assaggio.

### **COSTO**

Attività finanziata dal Comune, nell'ambito dell'appalto della Ristorazione Scolastica.



**Referente:** Laura Bonato

### **SOGGETTO ATTUATORE**

Ditta di Ristorazione Sodexo

### **DESTINATARI**

Sezioni delle Scuole dell'Infanzia, e classi delle Scuole primarie I ciclo.

### **SEDE DI REALIZZAZIONE**

Fattorie didattiche accreditate dalla Regione.

Si potrà scegliere solo una cascina secondo la fascia di età indicata nella presente scheda.

### **PERIODO DI SVOLGIMENTO**

Anno scolastico 2017/2018.

### **DURATA E ORARI**

Partenza dalla scuola alle ore 8.30/9.00 e rientro alle ore 14.30 in poi.

### **MODALITÀ ORGANIZZATIVE**

Avvio del progetto: date e orari da concordarsi con la Responsabile Dietista – Laura Bonato tel/fax 011 4050735 da lunedì al venerdì con orario 10-12.

### **OBIETTIVI EDUCATIVI**

Far conoscere alle giovani generazioni il territorio rurale della provincia di Torino e riavvicinarli così al mondo agricolo, alla sua storia, alle sue tradizioni, alla sua cultura. Far vivere ai bambini un'esperienza di laboratorio di educazione alimentare avvicinandoli ai principi del consumo critico (stagionalità, prodotto locale, ecc.) dove manualità e fisicità possano esprimersi compiutamente durante una giornata vissuta all'insegna della naturalità e della genuinità.

### **AZIONI**

Sarà possibile scegliere solo un percorso di laboratorio e relativa cascina tra i seguenti indicati:

Per le Scuole dell'Infanzia e Primarie:

Cascina Govean Via Marconi 44/B Alpignano – Torino.

Laboratorio Piccoli Panettieri, Piccoli casari, Laboratorio con i colori naturali. Attività *“sai cosa mangi”* basato sui giochi con il tema della corretta alimentazione. Accoglienza max 80 bambini.

Azienda Agricola – Agrigelateria *“La soldanella”* C.so Moncenisio 96 – Rosta – Torino.

Laboratorio *“Il gelato e la sua produzione”*, *“Le api e il miele”*, *“Facciamo insieme la crostata”*, *“L'orto e le sue meraviglie”*. Accoglienza max. 100 bambini.

### **COSTO**

Attività finanziata dal Comune. Trasporto e pasto a carico della Scuola.



**Referente:** Laura Bonato

### **SOGGETTO ATTUATORE**

Associazione UISP e Ditta di Ristorazione Sodexo.

### **DESTINATARI**

Classi delle Scuole Primarie II ciclo.

### **SEDE DI REALIZZAZIONE**

Scuole cittadine.

### **PERIODO DI SVOLGIMENTO**

Anno scolastico 2017/2018.

### **DURATA E ORARI**

N° 4 incontri di 1 ora ciascuno.

### **MODALITÀ ORGANIZZATIVE**

Avvio del progetto: date e orari da concordarsi con l'Ufficio Ristorazione Scolastica – Laura Bonato tel/fax 011 4050735 da lunedì al venerdì con orario 10-12.

### **OBIETTIVI EDUCATIVI**

Modificare eventuali abitudini non corrette eliminando la sedentarietà e l'alimentazione scorretta. La Uisp e Sodexo nella figura degli educatori si impegneranno ad insegnare ai bambini l'importanza del corpo attivo, intesa non come sport, ma come attività di gioco quotidiana per la mente oltre che per il corpo. Come Obiettivo finale del progetto i bambini impareranno ad essere critici nei confronti del cibo (per esempio scegliere un frutto piuttosto che una merendina) e a riconoscere quelle abitudini, alimentari e non ce risultano più proprie per la "conduzione della macchina umana". Tutto il progetto e l'educazione insita in questo ruoteranno intorno al gioco e al divertimento, perché solo così il messaggio di uno stile di vita sano sarà recepito in modo positivo e concreto.

### **AZIONI**

Il progetto prevede l'affinamento dell'insegnante di classe ai docenti Uisp e Sodexo, a tal fine a inizio anno scolastico ci sarà un incontro con gli insegnanti titolari del progetto per concordare le modalità di esecuzione del programma. A ogni classe verrà fornito un kit che comprende un diario e una brochure per ogni insegnante.

1° incontro a cura di Sodexo

I CINQUE SENSI alimentazione sensoriale, riconoscere i cibi con il senso dell'olfatto e del tatto.

2° incontro a cura di Uisp

IL CORPO: il movimento e la forma fisica. Esercizi per affrontare al meglio la giornata che inizia.

3° incontro a cura di Sodexo

LE ABITUDINI ALIMENTARI: raccolta delle abitudini alimentari a casa e a scuola. Analisi delle etichette: alcune regole generali di lettura delle etichette.

4° incontro a cura di Uisp

IL MOVIMENTO quando e come nutrirsi in vista dell'impegno fisico.

### **COSTO**

Attività finanziata dal Comune, nell'ambito dell'appalto della Ristorazione Scolastica.



**NEW****Referente:** Laura Bonato**SOGGETTO ATTUATORE**

Rosanna Caraci, giornalista professionista, socia dell'Associazione "Mi nutro di Vita", autrice del romanzo "La fame di Bianca Neve" edito da Impremix edizioni.

**DESTINATARI**

Classi 3° delle Scuole Secondarie di I grado e II grado.

**SEDE DI REALIZZAZIONE**

Scuole cittadine.

**PERIODO DI SVOLGIMENTO**

Anno scolastico 2017-2018.

**DURATA E ORARI**

1 incontri di 2 ore.

**MODALITÀ ORGANIZZATIVE**

Avvio del Progetto: date ed orari da concordarsi con l'autrice – Rosanna Caraci tel. 340/3508632, 011 40155227.

Informazioni: Ufficio Stampa - Rosanna Caraci, tel. 340/3508632, 011 40155227.

**OBIETTIVI EDUCATIVI**

Il giusto rapporto e il rispetto per il cibo è strettamente legato al rispetto di sé.

Informare sui disturbi alimentari e sulla rete di associazioni oggi esistente in grado di accogliere chi ha un problema. Comunicare, attraverso la propria testimonianza, che dai disturbi del comportamento alimentare (DCA) se ne esce.

Non ultimo, incentivare gli adolescenti alla creazione, alla scrittura come veicolo per trasmettere emozioni: come si compone un romanzo, come si struttura, come si pubblica.

Circa 3 milioni di persone in Italia soffrono di disturbi alimentari (DCA). Anoressia, bulimia e binge sono la seconda causa di morte negli adolescenti dopo gli incidenti stradali. I media affrontano il tema dei DCA con ancora scarsa autorevolezza e spesso non riconoscendo al problema la giusta attenzione. Si crede oggi che mangiare poco o mangiare molto sia spesso sintomo di una vanità personale o del tentativo di seguire mode e modelli di società anche discutibili. Ciò che invece è da riconoscere è che anoressia e bulimia non sono capricci, ma malesseri dell'animo profondi che se non intercettati diventano causa di malattia, asocialità, disabilità.

Il romanzo "*La Fame di Bianca Neve*" narra di Bianca, giovane donna che stremata da Ana e Mia, le sue due amiche-nemiche, l'anoressia e la bulimia, ha divorato in lunghi anni di malattia tutto ciò che aveva intorno e dentro di sé: non solo chili, ma affetti, ambizioni, il lavoro, la famiglia. Una storia disperata che attraverso il racconto dell'autrice e l'appoggio, fortemente consigliato negli incontri, di psicologo/psichiatra e nutrizionista, vuole al contrario trasmettere speranza; attraverso l'esperienza personale dell'autrice stessa e attraverso l'attività dell'associazione *Mi Nutro di Vita*, che la stessa rappresenta.

**AZIONI**

Durante l'incontro l'autrice, accompagnata da uno psicologo, presenterà "*La fame di Bianca Neve*", introducendo il tema dei disturbi del comportamento alimentare (DCA), fornendo informazioni sulla loro caratteristica e diffusione. Si tratterà l'argomento attraverso la lettura di alcuni passaggi significativi del romanzo e con riflessioni, condividendo esperienze personali e confrontandosi su come mass media, scuola, moda e social trattano i DCA. Verrà preso in considerazione anche il mondo del web mettendo in guardia sui suoi pericoli e si confronterà il nostro Paese e con gli altri sul tema della prevenzione e sul piano legislativo.

**COSTO**

Attività finanziata dal Comune.



**NEW**

**Referente:** Laura Bonato

## **SOGGETTO ATTUATORE**

A.S.D. Asaeventi - Torino

## **DESTINATARI**

Genitori, educatori e insegnanti delle Scuole cittadine

## **SEDE DI REALIZZAZIONE**

Scuole cittadine.

## **PERIODO DI SVOLGIMENTO**

Anno scolastico 2017/2018.

## **DURATA E ORARI**

1 incontro di 2 ore.

## **MODALITÀ ORGANIZZATIVE**

Avvio del progetto: date e orari da concordarsi con l'associazione – [didattica@asaeventi.it](mailto:didattica@asaeventi.it) - Fabrizio Forsina, tel. 3401969262, Ilaria Pizzimenti, tel. 3473054969.

Informazioni: Ufficio Ristorazione Scolastica - Laura Bonato tel/fax 011 4050735 da lunedì al venerdì con orario 10-12.

## **OBIETTIVI EDUCATIVI**

Promuovere la salute delle nuove generazioni attraverso una corretta informazione. Garantire lo sviluppo armonioso e corretto dei giovani. Educare alla prevenzione e alla cura della salute, con particolare riferimento all'odontoiatria, alla cura dentale, all'igiene orale e ai corretti stili di vita e alle buone pratiche quotidiane in grado di prevenire l'insorgere di problemi.

## **AZIONI**

L'incontro è rivolto a genitori e insegnanti e prevederà l'intervento di 4 esperti rispettivamente in 4 differenti ambiti: pediatria, odontoiatria pediatrica, logopedia e osteopatia pediatrica.

## **COSTO**

Attività promossa dal Comune in collaborazione con l'associazione A.S.D. Asaeventi.