



Progetto a sostegno di obiettivi predefiniti
Progetto di Educazione ad un Sano Consumo Alimentare
Healthy food consumption educator project



P.E.S.C.A.

Progetto di educazione ad un sano e "piacevole"
consumo alimentare

2007-2013
Investimento prioritario europeo
programma per la cooperazione
transnazionale
Italia-Slovenia
progetto di educazione alimentare
program del projekta mednarodne
Slovenija-Italija



Cari genitori,

abbiamo il piacere di coinvolgere voi e i vostri ragazzi nel Progetto PESCA (Progetto di Educazione ad un Sano Consumo Alimentare), finanziato nell'ambito del Programma di cooperazione transfrontaliera Italia-Slovenia 2007-2013.

Tale progetto parte dall'idea che riattribuire dignità culturale ai prodotti alimentari della tradizione locale ha un valore inestimabile per le giovani generazioni, consumatori del domani. Il Progetto si rivolge

infatti ai bambini della scuola primaria. Far apprezzare loro i prodotti e le potenzialità gastronomiche del territorio in cui abitano, significa restituire loro una parte di identità che stanno perdendo: più l'atto della produzione e del consumo alimentare tipico e locale rimane in ombra, più il territorio soffre di un vuoto di

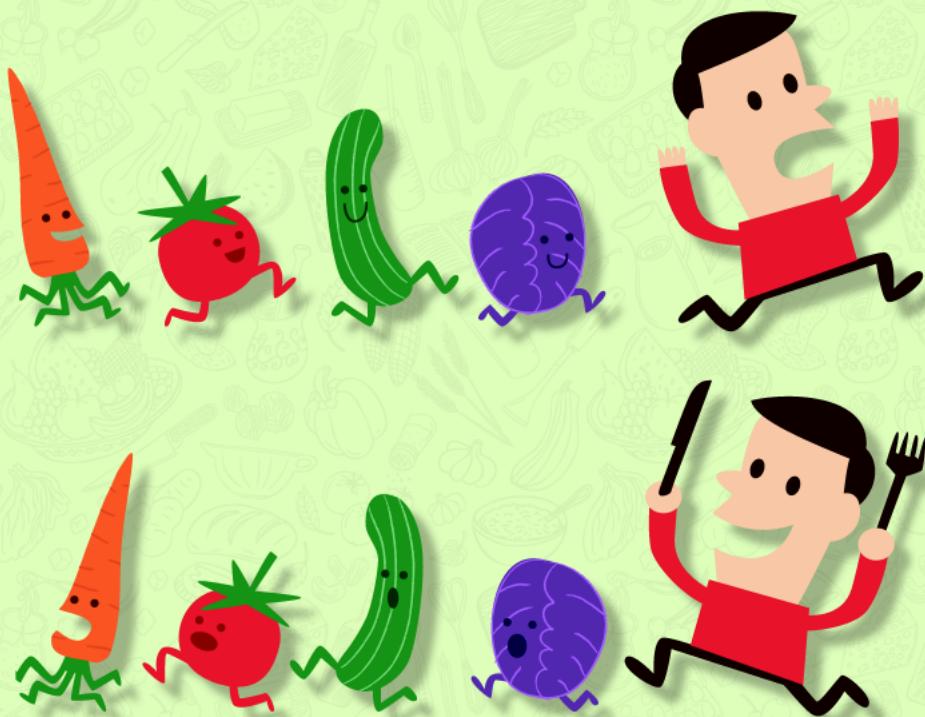


significato, una perdita di valore anche dal punto di vista identitario.

Tuttavia, per creare la motivazione al consumo dei piatti della tradizione, bisogna "alfabetizzare" i bambini ai nuovi gusti e ciò richiede un intervento educativo mirato. Per fare questo, i docenti dell'Università degli Studi di Trieste hanno messo a punto un metodo che prevede una serie di azioni ludiche ed interventi educativi che offriranno ai bambini l'occasione per adattare progressivamente i loro gusti ai piatti della tradizione. Infatti, verranno inseriti nei menù scolastici 2013 e 2014 sei piatti della tradizione dell'Area transfrontaliera italo-slovena.

L'esperienza multisensoriale dell'assunzione di cibo dovrebbe essere una parte

fondamentale e fondante del "gusto per la vita". "Gustare di più la vita" è un obiettivo di cui dovremmo essere sempre consapevoli, un obiettivo da perseguire con tenacia, ad ogni età e in ogni situazione. Ogni sforzo che facciamo per far apprezzare ai bambini il cibo, affinando le loro capacità sensoriali – a tavola, ma non solo – è sempre ben speso, perché i bambini sono pronti ad imparare che l'atto alimentare è un momento vitale in cui fanno un'esperienza sensoriale fondamentale. Inoltre, una buona educazione alimentare fornisce ai bambini l'occasione di capire il legame culturale tra il loro territorio e i piatti tipici proposti.



Quindi, nel corso dei prossimi mesi e del prossimo anno scolastico, i bambini verranno coinvolti in una serie di attività ludiche validate scientificamente, mirate a:



- **stradicare i pregiudizi alimentari su cibi poco conosciuti o rifiutati a priori, come frutta e verdura;**

- **esercitare le capacità percettive e allenare i cinque sensi per stabilire un rapporto più consapevole con il cibo;**





- far conoscere ai bambini i piatti della tradizione locale;

- ampliare il vocabolario sensoriale per consentire una descrizione più articolata delle preferenze alimentari e comprendere le tante sfaccettature dell'atto alimentare.



L'efficacia delle azioni educative sarà valutata attraverso la somministrazione di un questionario pre e post intervento.

Tuttavia, per un percorso educativo efficace e duraturo, quello che viene proposto a scuola deve essere condiviso e rinforzato anche in famiglia. Per questo ci rivolgiamo ai genitori e a tutti coloro che hanno la possibilità di incidere sul comportamento alimentare dei bambini. Vi chiediamo, dunque, di osservare nel corso dell'intervento educativo proposto, il cambiamento di atteggiamenti e comportamenti relativi all'atto alimentare e lo sviluppo di nuove competenze nei vostri bambini. Vi accorgete che i vostri bambini saranno in grado di esprimere meglio le proprie preferenze alimentari, giustificando in modo adeguato l'eventuale rifiuto di un cibo. Allenateli al gusto giocando con loro. Sfidateli a riconoscere dove avete messo una goccia di limone o di aceto o una punta di sale, provate a gustare diversi alimenti, mettendoli in scala dal più amaro al più dolce, giocate a riconoscere le diversità, confrontando un prodotto locale con uno analogo della grande distribuzione, aiutateli ad andare oltre i concetti di "buono" e "cattivo" quando esprimono le loro preferenze. Scoprirete che i bambini ne saranno divertiti e la vostra relazione con loro ne trarrà beneficio. Le occasioni per affinare i sensi ed im-



parare a riconoscere i sapori della tradizione sono innumerevoli, prendeteci gusto anche voi!

Sappiamo quanto possa essere impegnativo il compito di educare un bambino ad una sana alimentazione, insegnandogli ad apprezzare i cibi vari e locali. Crediamo, tuttavia, che il progetto educativo proposto nelle scuole vi sarà d'aiuto e di supporto nel vostro lavoro quotidiano, incoraggiandovi a proseguire nel difficile percorso dell'educazione alimentare.

Allora, buon viaggio.

**Università di Trieste,
Dipartimento Scienze della vita
Prof. Tiziano Agostini, Dott.ssa Giuliana Gellini.**





Projekt o vzgoji za zdravo prehrano
Progetto di Educazione ad un Sano Consumo Alimentare
Healthy food consumption education project

Lead Partner
- Comune di Fiumicello

- Provincia di Ravenna
- Università degli Studi di Trieste
- Lega delle Cooperative del Friuli Venezia Giulia
- Občina Postojna
- ISIC - Pasovano podporni center, d.o.o., Kranj
- Biotehniški center Naško
- Univerza v Ljubljani
- KICCS - Zavod GO (Kmetijsko gozdarska zbornica Slovenije, Kmetijsko gozdarski zavod Nova Gorica)
- Društvo za razvoj podeželja med sosedstvom in nanašom
- Comune di Este
- Regione Veneto
- Azienda U.L.S.S. n. 13

LEAD PARTNER



Comune di Fiumicello



Ministero
dell'Economia
e delle Finanze

REPUBBLICA SLUVENIA
MINISTERTVO ZA Kmetijsko
RAZVOJ IN TEHNOLOGIJO

Progetto finanziato nell'ambito del Programma per la Cooperazione Transfrontaliera Italia-Slovenia 2007-2013, dal Fondo europeo di sviluppo regionale e dai fondi nazionali.
Projekt sofinanciran v okviru Programa čezmejnega sodelovanja Slovenija-Italija 2007-2013 iz sredstev Evropskega sklada za regionalni razvoj in nacionalnih sredstev.



Cooperazione territoriale europea
finanziata per la cooperazione
Italia-Slovenia
Programo čezmejnega sodelovanja
Programo čezmejnega sodelovanja
Slovenija-Italija



Investiamo nel
vostro futuro!
Naložba v vašo
prihodnost!

www.ita-slo.eu