

MENS SANA IN CORPORE SANO

“ Il gusto è conoscenza”

SCUOLA PRIMARIA Ada Negri
PAINA di GIUSSANO (MB)
anno scolastico 2014- 2015

La tematica del non spreco è stata inserita in un
più ampio progetto legato all'EXPO :
NUTRIRE IL PIANETA, MA COME ?

PARTENDO DA NOI STESSI:

- Esprimere i propri gusti e rispettando quelli altrui ;
- tenere comportamenti corretti a tavola;
- ampliare la gamma dei cibi assunti, come educazione al gusto;
- evitare gli sprechi di acqua , pane, frutta e di altri alimenti che posso essere consumati in altri momenti .



SCUOLA PRIMARIA Ada Negri PAINA

CONOSCENDO LE REALTA' PRESENTI NEL NOSTRO TERRITORIO

- conoscere i prodotti delle coltivazioni nel nostro territorio;
- apprezzare tradizioni culinarie del nostro territorio.



SCUOLA PRIMARIA Ada Negri PAINA



CONOSCENDO ABITUDINI E BISOGNI ALIMENTARI DI ALTRI PAESI

- Rilevare le differenze tra la propria alimentazione e l'alimentazione di altri paesi;
- conoscere le principali problematiche legate all'alimentazione nei paesi più poveri;
- partecipare ad iniziative di solidarietà.



SCUOLA PRIMARIA Ada Negri PAINA

Allora partiamo dal nostro piccolo impegno quotidiano con **4 semplici regole**:

1. **Assaggiamo** tutto quello che abbiamo nel piatto e sforziamoci di consumarlo tutto;
2. **non tocchiamo il pane se non abbiamo intenzione di mangiarlo**, può essere donato a comunità bisognose;
3. **non apriamo tutte le bottiglie d'acqua** presenti in tavola , perché il contenuto di quelle aperte verrà buttato, anche se ancora buono;
4. **non rovinare la frutta se non si ha intenzione di mangiarla tutta**, ma chiedere alla maestra di averne una fetta e i frutti avanzati consumarli a merenda.

Ecco un esempio



Assaggiare, apprezzare, rispettare ...

SE LA FRUTTA NON DEVI MANGIARE,
ALLORA NON LA DEVI ADDENTARE !



PRENDINE SOLO UNA FETTA
PER TE SARA' LA DOSE PERFETTA !





IL RESTO NON LO SCIUPARE
IN CLASSE LO PUOI PORTARE.



SARA' UNO SFIZIOSO SPUNTINO
PER LA MERENDA DEL MATTINO !





LA FRUTTA E' TROPPO
BUONA PER ESSERE
SPRECATA !



MERITA DI ESSERE MANGIATA !!



SCUOLA PRIMARIA Ada Negri PAINA



Il nostro impegno è valorizzato ne " **La Carta di Milano dei bambini**" , perché anche noi la pensiamo allo stesso modo:

"Pensiamo che non sia per niente giusto che nel mondo ci siano persone che non hanno da mangiare, che non hanno cibo buono, cioè sano, che non possono bere acqua buona cioè potabile, e che non possono usare energia che serve a produrre gli alimenti e poi a cucinarli ."

(tratto dal " La Carta di Milano dei bambini")

SCUOLA PRIMARIA Ada Negri PAINA



ANCHE QUEST'ANNO, VOGLIAMO LAVORARE
PER FAR SENTIRE IL NOSTRO IMPEGNO
EDUCATIVO E SOCIALE INSIEME AI NOSTRI
ALUNNI ,ATTRAVERSO SEMPLICI E BUONE
PRATICHE QUOTIDIANE .

“Vogliamo mangiare la giusta quantità
di cibo; non farlo andare a male,
donare quello che avanza,
fare in modo che ci sia
acqua buona per tutti”



(testo tratto da: www.expo.rai.it/la-carta-di-milano-per-bambini/)

SCUOLA PRIMARIA Ada Negri PAINA