

# LA GUIDA 2015-2016

## IL CIBO DEL FUTURO IL FUTURO DEL CIBO



Official Premium Partner

### LA SOSTENIBILITÀ DEL FUTURO

*Conosco, mi informo, scelgo, modifico le mie scelte di consumo:* ecco il percorso lungo il quale, da trentacinque anni, Coop accompagna, a fianco della Scuola, i "giovani cittadini" nella comprensione del mondo in cui viviamo.

*Cibo, cooperazione, futuro:* queste alcune parole chiave dell'impegno di Coop nella formazione delle nuove generazioni che maggiormente hanno qualificato e contraddistinto la partecipazione e il contributo alla manifestazione internazionale Expo Milano 2015.

Gli aspetti che caratterizzeranno l'alimentazione nel nostro pianeta e gli scenari futuri del cibo riguardano le soluzioni e le strategie per garantire il diritto di tutti al nutrimento, le problematiche legate alla sicurezza alimentare, i percorsi per configurare una più equa distribuzione delle risorse, la ricerca di nuovi modelli di interpretazione e gestione delle risorse stesse.

Queste tematiche, al centro del confronto e del dibattito sviluppato nel corso dell'esposizione universale, caratterizzano il patrimonio e la storia di Coop e la sua proposta formativa indirizzata a sensibilizzare i bambini e i ragazzi sull'importanza delle scelte di acquisto e consumo e delle loro conseguenze sull'ambiente e la società.

In questo poster vengono illustrati il significato della presenza di Coop nel Future Food District all'interno dello spazio espositivo di Expo e il calendario delle iniziative rivolte a insegnanti, studenti e famiglie. Su un lato è riportata una infografica che traccia i percorsi attuali e futuri per nutrire il pianeta in modo equo, solidale, consapevole e sicuro; sull'altro lato sono presentate **le attività di Educazione al Consumo Consapevole** offerte agli istituti scolastici per l'anno scolastico 2015-2016. Parlare di cibo e del diritto di tutti a un'alimentazione sana, sicura e sufficiente significa anche parlare della Terra, che dopo averci nutrito per millenni ha bisogno, a sua volta, di "nutrimento", cioè di rispetto delle risorse, di azioni sostenibili e di consumi responsabili.



### Il pianeta di **CIOCCOLATO**

Una serie di indovinelli iniziali permette di individuare il nome del pianeta oggetto del viaggio virtuale. Si parla di cacao, partendo dall'albero e raccontando una leggenda azteca sulle sue origini. **Obiettivi** Fornire elementi conoscitivi sull'origine del cacao, attraverso attività ludico-sensoriali.

**Destinatari:** Scuola dell'infanzia, Scuola primaria 1<sup>e</sup> e 2<sup>e</sup> classi.

**Durata:** Un incontro di 3 ore circa.

**Dove:** Al supermercato.

### Nutrirsi con **I SENSI**

Il laboratorio sensoriale nasce dal desiderio di accompagnare i bambini in un'esperienza sulle erbe aromatiche attraverso i cinque sensi. Verrà favorita la riscoperta dei sapori della nostra cucina tradizionale in antitesi con i gusti sempre più stereotipati degli alimenti preconfezionati in commercio. **Obiettivi** Valorizzare un approccio polisensoriale ai cibi, conoscere le principali erbe aromatiche e il loro impiego in cucina.

**Destinatari:** Scuola primaria 1<sup>e</sup> e 2<sup>e</sup> classi.

**Durata:** Un incontro di 3 ore circa.

**Dove:** Al supermercato.



### La **MERENDA** magica

Come deve essere una sana merenda? Si costruirà l'identikit della merenda "perfetta" che deve essere gustosa e nutrizionalmente corretta. Attraverso la spesa simulata a punto vendita, i bambini provano a scegliere degli alimenti semplici che, combinati tra loro, danno vita a una merenda magica! Il laboratorio si chiude con la preparazione di alcune merende con la frutta. **Obiettivi** Far riflettere i bambini sull'importanza di una dieta equilibrata attraverso la riscoperta creativa di ingredienti e sapori. Comprendere il ruolo della merenda all'interno di una dieta equilibrata.

**Destinatari:** Scuola dell'infanzia, Scuola primaria 1<sup>e</sup> e 2<sup>e</sup> classi.

**Durata:** Un incontro di 2 o 3 ore da concordare.

**Dove:** Al supermercato.



### A colazione... **UN PIENO DI MAGIA**

Attraverso immagini e spesa simulata, si riflette con i bambini su cosa è bene mangiare a colazione e su cosa, invece, è meglio evitare. Con i bambini si andranno poi a scoprire diversi modi di fare colazione in giro per il mondo.

**Obiettivi** Dare indicazioni di colazioni sane e bilanciate, preparare colazioni alternative e divertenti.

**Destinatari:** Scuola primaria 2<sup>e</sup> e 3<sup>e</sup> classi.

**Durata:** Un incontro di 3 ore circa.

**Dove:** Al supermercato.

### Caccia alla **MERENDA**

Pubblicità, immagine, stereotipi e appetibilità viaggiano paralleli al consumo di snack, stimolando gli adolescenti ad abusare dei "fuori pasto". La spesa a gruppi nel supermercato stimola i ragazzi a individuare bevande e cibi per merende equilibrate e varie. **Obiettivi** Riflettere sui consumi fuori pasto, comprendere l'influenza di moda e pubblicità nelle scelte alimentari, promuovere consapevolezza sui reali bisogni nutritivi.

**Destinatari:** Scuola secondaria di 1<sup>o</sup> e 2<sup>o</sup> grado.

**Durata:** Un incontro di 3 ore circa.

**Dove:** Al supermercato.



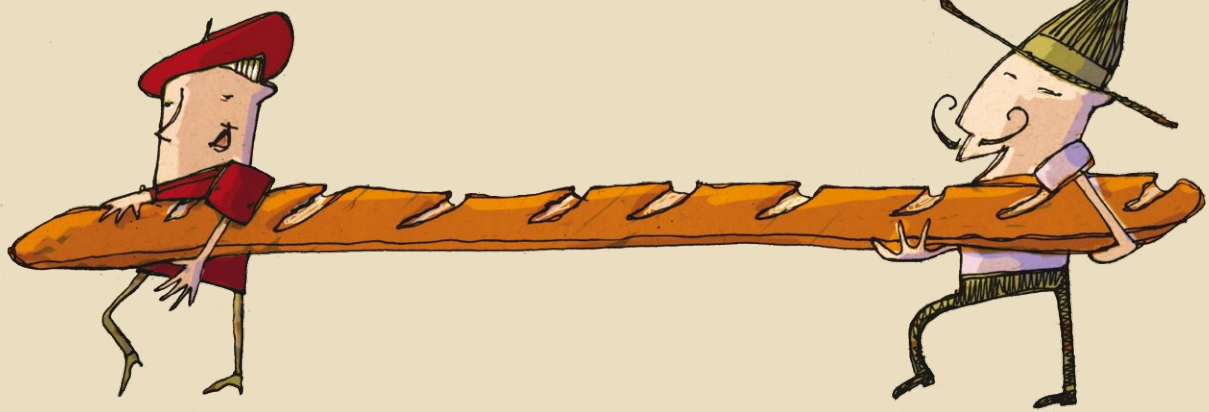
### **PRINCIPI** nutritivi

Attraverso i giochi i bambini impareranno a conoscere i principi nutritivi contenuti negli alimenti e a costruire la "Piramide Alimentare". **Obiettivi** Fornire indicazioni nutrizionali, conoscere la piramide alimentare, riflettere sull'importanza dell'attività fisica.

**Destinatari:** Scuola primaria 4<sup>e</sup> e 5<sup>e</sup> classi.

**Durata:** Un incontro di 3 ore circa.

**Dove:** Al supermercato.



## ALIMENTAZIONE

Lettura etichetta e qualità dei prodotti, riflessione sui consumi e sulle materie prime

### VIAGGIO in bottiglia

Partendo dalle abitudini personali di consumo, gli alunni sono invitati a riflettere sul viaggio, spesso assai lungo, delle bottiglie d'acqua. Nel punto vendita ricercheranno le informazioni contenute nelle etichette e le confronteranno con le proprie conoscenze per riflettere sulle motivazioni delle loro scelte. **Obiettivi** Favorire comportamenti sostenibili rispetto al consumo di acqua, sollecitare una riflessione sulla filiera dell'acqua in bottiglia.

**Destinatari:** Scuola primaria 3<sup>e</sup>, 4<sup>e</sup> e 5<sup>e</sup> classi.

**Durata:** Un incontro di 3 ore circa.

**Dove:** Al supermercato.

### DALL'ETICHETTA ai sapori

È un'esperienza laboratoriale che mira al riconoscimento della "qualità" dei prodotti attraverso un'attenta lettura delle etichette. **Obiettivi** Individuare le componenti di un'etichetta, far riflettere sulle componenti che motivano la scelta di un prodotto.

**Destinatari:** Scuola primaria 4<sup>e</sup> e 5<sup>e</sup> classi, Scuola secondaria di 1<sup>o</sup> e 2<sup>o</sup> grado

**Durata:** Un incontro di 3 ore circa.

**Dove:** Al supermercato.

### Itinerari TERRA E CIBO

Un'attività incentrata sul rapporto dell'uomo con la natura per conoscere i cicli biologici alla base della produzione di frutta e verdura. Verrà dedicato uno spazio per imparare a leggere l'etichetta dei prodotti biologici. **Obiettivi** Educare al consumo consapevole attraverso la comprensione delle correlazioni esistenti tra tecniche produttive, qualità delle produzioni, conservazione della salute e dell'ambiente.

**Destinatari:** Scuola primaria 3<sup>e</sup>, 4<sup>e</sup> e 5<sup>e</sup> classi.

**Durata:** Un incontro di 3 ore circa.

**Dove:** Al supermercato.

## CITTADINANZA

Tempo e denaro, valore della cooperazione e cittadinanza attiva

### Modelli cooperativi e **CONSUMI EQUI**

Il percorso offre, attraverso una serie di attività ludiche, strumenti di interpretazione della realtà che stimolano a non fermarsi all'apparenza, bensì ad esplorare cosa si nasconde dietro al commercio tradizionale. Aiuta a riconoscere nei criteri del Commercio Equo e Solidale un modo nuovo di costruire relazioni sociali ed economiche tra produttori del Sud e consumatori consapevoli del Nord del mondo. **Obiettivi** Far riflettere le classi sull'importanza della cooperazione non solo come forma di solidarietà e democrazia dell'agire sociale, ma anche come possibilità di realizzare obiettivi concreti insieme ad altri.

**Destinatari:** Scuola primaria 3<sup>e</sup>, 4<sup>e</sup> e 5<sup>e</sup> classi, Scuola secondaria di 1<sup>o</sup> grado.

**Durata:** Un incontro di 3 ore circa.

**Dove:** Al supermercato.



### **DIPENDO** da che dipendo

L'animazione segue lo schema classico che ormai contraddistingue l'attività di sensibilizzazione con i ragazzi. Il problema del consumo eccessivo ed irresponsabile di bevande alcoliche fra i giovani e giovanissimi è di forte attualità.

**Obiettivi** Riflettere su quanto siamo "dipendenti" dalle situazioni quotidiane, riflettere sui meccanismi indotti per stare meglio insieme (alcol), discutere sulle possibili alternative.

**Destinatari:** Scuola secondaria di 1<sup>o</sup> grado, 3<sup>e</sup> classi, Scuola secondaria di 2<sup>o</sup> grado, 1<sup>e</sup> e 2<sup>e</sup> classi.

**Durata:** Un incontro di 3 ore circa.

**Dove:** Al supermercato.

## CITTADINANZA

Mondialità e consumo solidale, viaggio attraverso i prodotti e i valori del consumo equo

### **FABBRICANTI** di cioccolato

Partendo dalla lavorazione del cacao, attraverso il suo lungo viaggio, se ne ricostruisce la filiera. Il gioco di ruolo della "fazenda" aiuta gli alunni a scoprire che non si tratta di un lavoro "dolce" quanto il prodotto finale. Il commercio equo e solidale verrà individuato come un esempio di possibile alternativa. **Obiettivi** Conoscere l'origine del cacao e le sue principali fasi di lavorazione, riconoscere i prodotti del commercio equo e solidale, riflettere sulle implicazioni derivate dal consumo di tali prodotti, imparare a distinguere il cioccolato dai prodotti "al gusto di cioccolato".

**Destinatari:** Scuola primaria 3<sup>e</sup>, 4<sup>e</sup> e 5<sup>e</sup> classi.

**Durata:** Un incontro di 3 ore circa.

**Dove:** Al supermercato.

## LO ZAINO ecologico

Il laboratorio si propone di stimolare gli alunni a ragionare sui temi ambientali e collegarli alla vita di tutti i giorni per sperimentare comportamenti sostenibili in relazione a energia, rifiuti, mobilità, acqua, clima e alimentazione. Rispettare l'ambiente non è una cosa impossibile, se si comincia dalle piccole e semplici abitudini messe in atto ogni giorno per migliorare la qualità della vita e dell'ambiente che ci circonda.

**Destinatari:** Scuola primaria 3<sup>e</sup>, 4<sup>e</sup> e 5<sup>e</sup> classi.

**Durata:** Un incontro di 3 ore circa.

**Dove:** Al supermercato.



## Il mondo in LATTINA

Attraverso l'analisi del viaggio che l'alluminio compie, dall'estrazione della bauxite alle diverse fasi di lavorazione, fino a giungere sugli scaffali del supermercato, si avvia una riflessione sui costi in termini energetici e ambientali della filiera di un prodotto di uso comune. **Obiettivi** Conoscere il ciclo di vita del prodotto, acquisire consapevolezza delle proprie scelte di consumo, riflettere sul significato e sull'uso del denaro, incentivare una raccolta differenziata finalizzata al riciclo a partire da una corretta lettura delle etichette.

**Destinatari:** Scuola secondaria di 1° e 2° grado.

**Durata:** Un incontro di 3 ore circa.

**Dove:** Al supermercato.

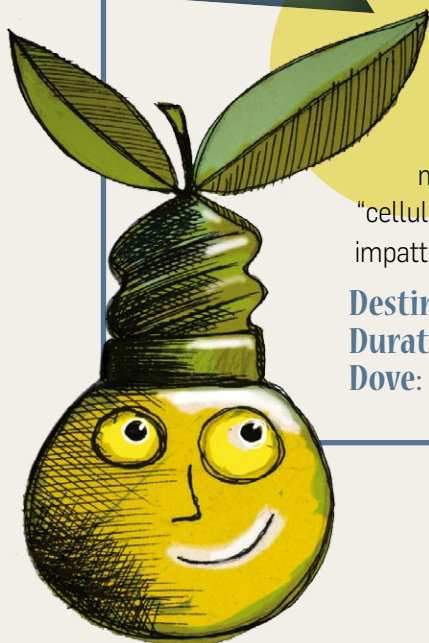
## Il mondo nel TELEFONO

Il cellulare è sempre più presente nelle nostre vite e sempre più bassa è l'età in cui se ne possiede uno. Partendo dalla vasta esperienza dei ragazzi, viene fatto osservare l'impatto ambientale del prodotto: un oggetto di uso quotidiano può avere ripercussioni anche molto forti sulla realtà e sull'ambiente. **Obiettivi** Aumentare la conoscenza dell'oggetto "cellulare" attraverso la consapevolezza dei suoi utilizzi, dei consumi ad esso connessi e del suo impatto ambientale.

**Destinatari:** Scuola secondaria di 1° e 2° grado.

**Durata:** Un incontro di 3 ore circa.

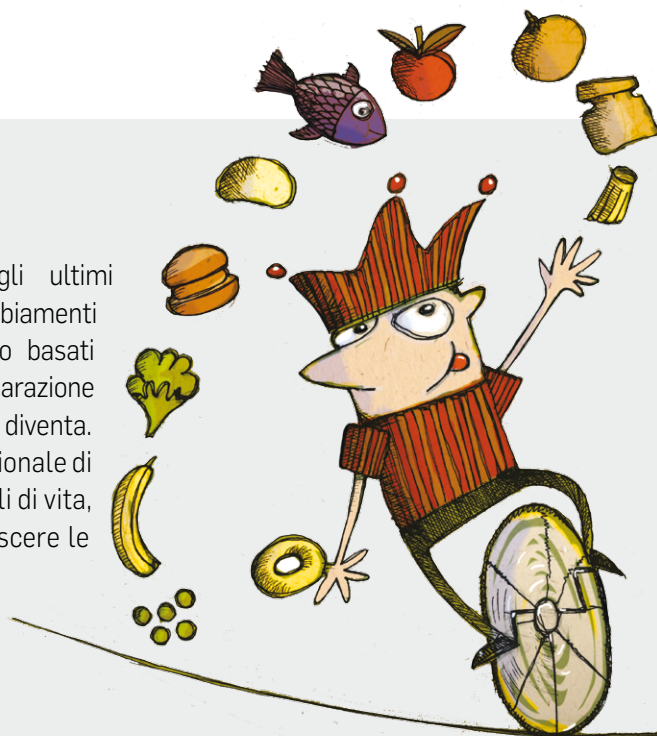
**Dove:** Al supermercato.



### ALIMENTA IL TUO BENESSERE

Le profonde trasformazioni sociali avvenute negli ultimi cinquant'anni, in Italia, hanno determinato forti cambiamenti negli stili di vita delle persone: modelli di consumo basati sulla velocità e al minor tempo dedicato alla preparazione dei pasti. Consumatori intelligenti non si nasce, si diventa. **Obiettivi** Conoscere le regole dell'INRAN (Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione) sui corretti stili di vita, riflettere sui modelli di consumo, conoscere e riconoscere le suggestioni che invitano all'acquisto.

**Destinatari:** Ragazzi e loro genitori.  
**Durata:** Un incontro di 2 ore circa.  
**Dove:** Al supermercato.



### ALIMENTAZIONE E SPORT

Ogni giorno veniamo bombardati dai mezzi di comunicazione con messaggi sugli alimenti, sulle proprietà benefiche di alcuni di loro, sulla salute e su un corretto stile di vita; tutte queste informazioni a volte possono creare confusione nei consumatori. Sono molti gli studi che evidenziano come un'alimentazione corretta e stili di vita sani influiscano non solo sulla salute, ma anche sul nostro aspetto, sull'autostima e più in generale sul benessere. **Obiettivi** Riflettere sull'importanza dell'attività fisica, fornire indicazioni nutrizionali pratiche sul fabbisogno giornaliero, riflettere sulle errate abitudini alimentari, claim pubblicitari.

**Destinatari:** Associazioni sportive, ragazzi e loro genitori.  
**Durata:** Un incontro di 2 ore circa.  
**Dove:** Al supermercato.

### WEB 2.0

La rivoluzione digitale ha modificato gli stili di vita, di comunicazione, di socializzazione, di relazione e organizzazione. Per navigare in modo autonomo nella rete è necessario prevenire i rischi e raggiungere un livello di competenza e consapevolezza rispetto l'uso dei nuovi media e in particolare dei social network, fornendo a genitori e ragazzi strumenti utili per orientarsi con senso critico e responsabilità nel mondo digitale. Le piste di lavoro possibili sono 2 a scelta dell'insegnante: il Cyberbullismo o il Sexting.

**Destinatari:** Ragazzi e loro genitori.  
**Durata:** Un incontro di 2 ore.  
**Dove:** Al supermercato.



## COME PARTECIPARE

Per aderire alle attività gli insegnanti sono invitati a compilare la scheda di prenotazione e farla pervenire tramite fax ai seguenti numeri facendo riferimento alla provincia di residenza:

- **0522.794231** per le Province di **Reggio Emilia, Parma, Piacenza, Mantova e Brescia (347 7554528** Paola Di Marco)
- **0542.644015** per le Province di **Udine e Pordenone (370 3020528** Barbara Santarossa)
- **041.5905947** per le Province di **Gorizia, Trieste, Treviso e Venezia (346 3006137** Luisella Michieli)

Oppure tramite posta elettronica al seguente indirizzo: **[ecc@nordest.coop.it](mailto:ecc@nordest.coop.it)**

**[www.nordest.e-coop.it](http://www.nordest.e-coop.it)**

*Referente attività di Educazione al Consumo Consapevole  
Giovanna Buzzoni - Coop Consumatori Nordest  
email: [giovanna.buzzoni@nordest.coop.it](mailto:giovanna.buzzoni@nordest.coop.it)*