

UN GIRO AL MERCATO

PROGETTO DI EDUCAZIONE ALIMENTARE E ORIENTAMENTO AL CONSUMO DI FRUTTA E VERDURA



INTRODUZIONE

L'analisi dei dati raccolti ci dice che i giovani, pur consapevoli dell'importanza di una sana alimentazione, mettono in atto comportamenti alimentari scorretti.

L'esperienza si protrae dal 2000 ed ha coinvolto circa 5.500 alunni delle scuole medie inferiori della Provincia di Bologna, i loro insegnanti e le famiglie con ragazzi di 12/14 anni.

OBIETTIVI

- Vista la scarsa propensione dei preadolescenti per il consumo di frutta e verdura, ci si propone di offrire loro l'opportunità di venire a contatto con il mercato ortofrutticolo nella sua sede del Centro Agro Alimentare di Bologna (CAAB), e di stimolare il loro interesse per frutta e ortaggi.

- si forniscono a studenti e insegnanti le informazioni riguardo i diversi metodi di produzione, il processo commerciale, i controlli per assicurare a frutta e verdura la garanzia di salubrità, il corretto modo di consumarle e gli elementi per una migliore conoscenza delle varietà.

- sfruttando il mezzo teatrale si coinvolgono attivamente i ragazzi ed i loro insegnanti nella preparazione di un minestrone.

METODI

Si propone alle scuole una visita al mercato ortofrutticolo, durante la quale l'esperto biologo (che quotidianamente controlla i prodotti ortofrutticoli del mercato) accompagna i ragazzi in un percorso che li coinvolge anche attivamente attraverso "una spesa guidata": all'inizio del giro ogni partecipante viene dotato di un cestino che riempirà con quello che viene gentilmente offerto dagli operatori del mercato.

Viene data una risposta chiara ad una serie di quesiti del tipo: da dove arrivano i prodotti che consumiamo? Che cos'è un prodotto biologico? Chi garantisce e controlla la salubrità dei prodotti? Che cosa sono

gli OGM? Perché è necessario introdurre nella dieta un giusto apporto di frutta e verdura?

Si illustra agli alunni ed ai loro insegnanti il lavoro di verifica della salubrità dei prodotti in commercio e come mangiare la frutta e la verdura per gustarne al meglio il sapore e beneficiare delle proprietà nutritive.

In particolare viene sottolineata l'importanza di un adeguato apporto di frutta e verdura per assicurare una dieta quotidiana equilibrata e salutare. Viene fornito loro il calendario della stagionalità dei prodotti locali.

Il messaggio è rafforzato in modo stimolante ed innovativo attraverso un'attività teatrale ludico/didattica che coinvolge direttamente i partecipanti nella preparazione di un minestrone.

Ogni alunno porterà a casa le verdure già pronte per il minestrone e la ricetta per poterlo rifare.

Si propone, inoltre, la partecipazione ad un concorso che prevede la realizzazione di un'opera grafica.

RISULTATI

Il raggiungimento degli obiettivi viene verificato tramite la valutazione ed analisi degli elaborati grafici presentati dalle classi che partecipano al concorso a premi.

CONCLUSIONI

La proposta, innovativa ma collaudata negli anni, permette il raggiungimento di tutti gli obiettivi e si è rivelata estremamente apprezzata dalle scuole della Provincia di Bologna.

Luciana Prete, Linda Intriери, Cristina Coppini, Marika Sardo Cardalano
Azienda USL di Bologna
Dipartimento di Sanità Pubblica
Unità Operativa Igiene Alimenti e Nutrizione