



## **Documentazione del progetto**

# **“COSA RIMANE NEL PIATTO?”**

**Anno scolastico 2013-14**

A cura di: Sara Tonini e Martina Zancanaro

In collaborazione con LInFA – Luogo per l’Infanzia, le Famiglie, l’Adolescenza



LInFA – Luogo per l’Infanzia, le Famiglie, l’Adolescenza  
Via del Fanciullo, 6 – 40033 Casalecchio di Reno  
Tel. 051 598295 – Fax 051 598105  
e-mail [linfa@comune.casalecchio.bo.it](mailto:linfa@comune.casalecchio.bo.it)

## **Premessa**

Secondo recenti stime, in Europa vengono scartati 89 milioni di tonnellate di alimenti ogni anno. Il cibo viene sprecato a qualsiasi stadio della catena alimentare. La riduzione dello spreco alimentare è pertanto in cima all'agenda degli obiettivi dell'Unione Europea.

Tra i settori in cui si rilevano forti sprechi alimentari rientra quello della ristorazione collettiva, in generale, ed in particolare in quella scolastica. Le cause sono molteplici e non tutte da attribuirsi alle caratteristiche sensoriali degli alimenti proposti, ma anche, e talvolta soprattutto, alla mancanza di valore attribuito al cibo da parte dei bambini e ad un diffuso appiattimento delle scelte alimentari all'interno del nucleo familiare.

Nel corso dell'anno scolastico 2011-12, nella Scuola Primaria Bruno Ciari del Comune di Casalecchio di Reno è stata avviata una prima indagine sperimentale volta a rilevare le quantità di sprechi prodotti all'interno della mensa scolastica. Dai dati raccolti si è quantificato un consumo reale giornaliero che va da una percentuale minima del 59% ad un massimo del 86% rispetto al consumo presunto (cibo inviato). Si evince quindi un alto livello di spreco alimentare.

Lo stesso tipo di indagine è stata avviata nella Scuola Primaria R. Viganò nell'anno scolastico 2013-14.

Sull'esempio del progetto avviato presso la scuola Ciari, anche alla Scuola Viganò si è voluto attivare un progetto di sensibilizzazione al tema degli sprechi per favorire la loro progressiva riduzione. Il progetto è stato realizzato da LInFA – Luogo per l'Infanzia, le Famiglie, l'Adolescenza, in collaborazione con l'azienda incaricata alla produzione di pasti scolastici Melamangio Spa, l'Associazione Last Minute Market, il CCRR - Consiglio Comunale dei Ragazzi e delle Ragazze del Comune di Casalecchio di Reno.

## **Obiettivi**

Gli obiettivi del progetto sono stati quelli di:

- Sensibilizzare bambine, bambini, insegnanti sul tema degli sprechi alimentari, del loro impatto sull'ambiente e sulle risorse naturali;
- Favorire nel bambino una percezione adeguata sul valore del cibo, un bene che non è illimitato e che non può essere buttato con leggerezza;
- Sensibilizzare gli insegnanti e gli operatori addetti alla somministrazione del pasto ai fini di un porzionamento attento, calibrato e mai eccessivo degli alimenti.

## **Destinatari**

I destinatari sono stati le bambine, i bambini, le insegnanti della Scuola primaria Viganò di Casalecchio di Reno.

## Descrizione delle attività

### 1. Attività di rilevazione dati a cura di *Melamangio*

La società Melamangio ha provveduto alla raccolta dei dati quantitativi (peso) e qualitativi (quali alimenti maggiormente buttati) relativi agli sprechi alimentari nella mensa della Scuola Viganò nel periodo concordato delle 4 settimane del menù. Giornalmente sono stati rilevati:

- il peso relativo ai pasti gettati nei rifiuti organici;
- le tipologie di alimenti che sono state maggiormente rifiutate dai bambini.

### 2. Coinvolgimento attivo del CCRR alle attività di sensibilizzazione

Il progetto ha voluto creare una partecipazione attiva del CCRR – Consiglio Comunale dei Ragazzi e delle Ragazze nella realizzazione di attività di sensibilizzazione all'interno della Scuola Viganò.

I primi laboratori sono stati sperimentati con le ragazze e i ragazzi del CCRR per sensibilizzarli al tema degli sprechi alimentari e, successivamente, coinvolgerli attivamente nelle fasi del progetto previste per la sensibilizzazione di alcune classi 1° e 2° e di tutte le classi 3°, 4° e 5° della Scuola Viganò.

I Consiglieri hanno partecipato al laboratorio teatrale condotto da Cristina Nughes dell'Associazione Burattingegno, per poi essere coinvolti direttamente nella preparazione delle attività da realizzarsi successivamente con le bambine e i bambini delle classi 1° e 2°. Le ragazze e i ragazzi sono intervenuti attivamente, riflettendo sui temi presentati e dando molti spunti e idee da realizzarsi con i compagni più piccoli. Hanno sottolineato come, a loro parere, fosse necessario trattare in modo più dettagliato il collegamento necessario tra natura e cibo che poteva risultare poco trasparente per dei bimbi di prima elementare.

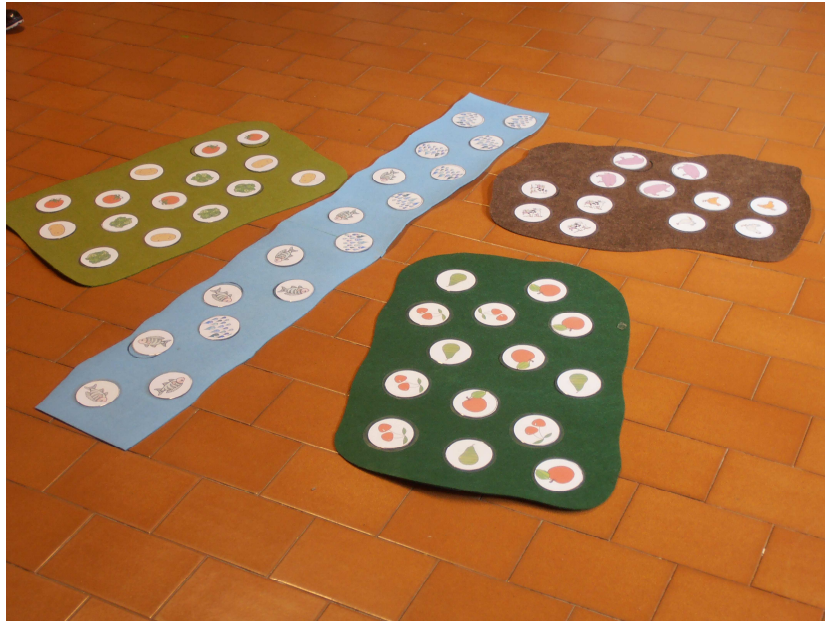
#### Descrizione del laboratorio:

Il laboratorio è iniziato con il racconto di Cristina Nughes di un fatto avvenuto all'interno del Comune: i dipendenti, da un giorno all'altro, hanno trovato la foto del parco Talon improvvisamente in bianco e nero.

La domanda posta ai ragazzi è stata la seguente: *"Secondo voi, cosa ci ha voluto comunicare la natura con questo cambiamento?"* I ragazzi hanno subito compreso il messaggio rispondendo come essa stia morendo a causa degli sprechi (alimentari e non) sempre più consistenti.



Il laboratorio è proseguito con la rappresentazione figurata della natura (tappetini blu con dei medaglioni con i pesci per raffigurare il fiume, un tappetino giallo con delle spighe per simboleggiare il campo di grano, uno verde con gli ortaggi e i frutteti, uno marrone con i diversi animali ecc).



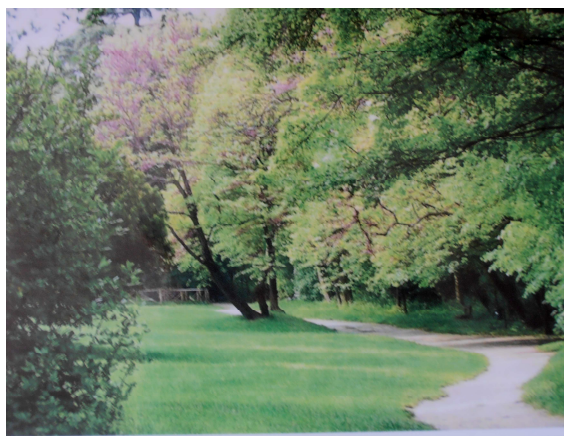
Il gioco consisteva nel far raccogliere alle ragazze e ai ragazzi due medaglioni che raffiguravano vari cibi; in seguito, pescando delle carte con l'immagine di una faccina Mangiobene, Mangioniente, Mangioco, Prendotroppo, le ragazze e i ragazzi hanno dovuto inserire rispettivamente i medaglioni nel sacco VITA o in quello SPRECO (a seconda della carta presa).



Alla fine è stato notato come nei tappetini raffiguranti la natura, mancavano molti cibi che, purtroppo, erano finiti nel sacco SPRECO. Tutto ciò ha fatto comprendere subito ai ragazzi come vi sia un legame indissolubile tra natura e cibo.

Una volta che il CCRR ha interiorizzato i reali motivi e le conseguenze arrecate dallo spreco alimentare, Cristina ha fatto vedere la foto del parco di nuovo a colori.

*"Ecco cosa è avvenuto! La Natura ha tolto i colori proprio per darci un messaggio: se continuiamo a sprecare essa sparirà per sempre."* (cit. ragazzo CCRR).



Il lavoro con il CCRR è poi proseguito con l'intervento di Paola Rocca, dietista di Melamangio, la quale ha illustrato ai ragazzi la "piramide alimentare" con le diverse tipologie di cibi a seconda delle importanti proprietà che essi posseggono. Alla base di essa vi è lo sport (almeno un'ora di attività fisica al giorno è necessaria per il benessere psico – fisico), segue poi l'acqua, le vitamine e i sali minerali, i carboidrati, le proteine, i grassi e infine dolci e snack.

I ragazzi del CCRR, anche in questo caso, hanno dimostrato un forte interesse, espresso con domande sia di carattere informativo sia di carattere critico. Essi infatti si sono a lungo lamentati del menù della mensa scolastica, notando un forte squilibrio tra le regole imposte agli alunni e quelle rivolte agli insegnanti.

La dietista, infine, ha spiegato loro come sia complesso creare un menù per 3300 bambini (sia delle scuole dell'infanzia sia delle scuole primarie), tenendo sempre conto delle linee dettate dai pediatri di anno in anno. Per far meglio comprendere tali problematiche, è stato assegnato al CCRR il compito di provare a creare un menù *ad hoc*, sulla base di ciò che era stato precedentemente detto. Questa prova è stata molto formativa in quanto i ragazzi hanno messo in pratica le nozioni che erano state spiegate: essi hanno inoltre compreso la enormi difficoltà di trovare un menù condivisibile dai più e, ovviamente, in sintonia con le linee nazionali relative alla buona alimentazione.

### **3. Laboratori "Che bocca grande!" a cura di Burattingegno Teatro**

Spesso accade che dal frigo di casa buttiamo nel bidone della spazzatura cibi che non abbiamo nemmeno scartato e assaggiato, questo si chiama spreco alimentare e riguarda tanto le famiglie quanto le scuole.

Il laboratorio si propone di illustrare la filiera di produzione dei cibi e il loro impatto sull'ambiente, avendo come finalità il controllo dello spreco alimentare, un incremento della sensibilità ecologica e il rispetto per l'ambiente.

*"Che bocca grande!"* ha infatti riproposto un confronto ludo-didattico sul tema dello spreco alimentare, presentato in precedenza al CCRR, alle classi 1° e 2° della Scuola Viganò. E' stata inoltre proposta un'attività ludica-espressiva per favorire l'immedesimazione dei bambini con la natura. Essi, infatti, accompagnati da un sottofondo musicale sempre diverso, hanno rappresentato con il proprio corpo spighe di grano, alberi da frutto, verdure pronte per essere raccolte nell'orto e, infine, l'acqua nelle sue più svariate forme (laghetto, fiume ecc).



Alla domanda *"A cosa serve la Natura?"* i bambini hanno risposto nei modi più diversi:

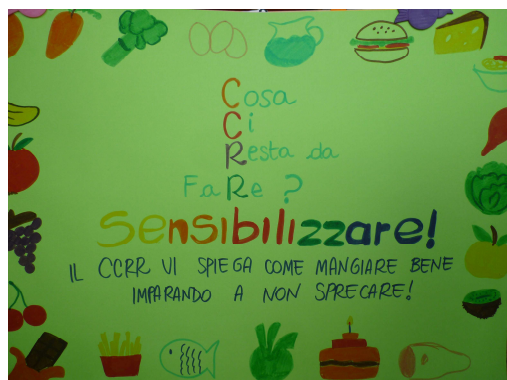
- = *"essa ci dà l'ombra";*
- = *"ci fornisce l'ossigeno e l'acqua per vivere";*
- = *"ci fa sentire gli odori";*
- = *"ci permette di curarci con alcune erbe magiche";*
- = *"rende bello il mondo";*
- = *"ci dà uno spazio aperto per giocare";*
- = *"ci dà i materiali per costruirci il letto, il tavolo e i mobili";*
- = *"se cadiamo non ci facciamo male, dobbiamo ringraziarla per questo!";*
- = *"ci dona gli animali, la frutta, la verdura per crescere e irrobustirci"*
- = *"ci dona i colori" ...*



Interessanti sono state le reazioni dei bambini nel momento in cui si trovavano a pescare la carta Mangioniente o Mangioco dovendo così buttare simbolicamente il cibo "raccolto" nel sacco soprannominato SPRECO. Le bambine e i bambini hanno espresso un forte coinvolgimento dichiarando come fosse ingiusto *"buttare tutte le fatiche del povero contadino"*.

#### **4. "Cosa Ci Resta da faRe? Sensibilizzare!" Il CCRR vi spiega come mangiare bene imparando a non sprecare!"**

Il laboratorio di sensibilizzazione, introduttivo al gioco a squadre "Cosa rimane nel piatto?", è stato rivolto alle alunne e agli alunni delle classi 3°, 4° e 5°, in collaborazione con il CCRR – Consiglio Comunale dei Ragazzi e delle Ragazze. I ragazzi del CCRR hanno preparato insieme a Isabella Marenzi, facilitatrice CCRR, dei cartelloni di presentazione "Cosa Ci Resta da faRe?" *Sensibilizzare! Il CCRR vi spiega come mangiare bene imparando a non sprecare!"* e li hanno esposte alle classi coinvolte.



Per prima cosa è stato chiesto alle classi perché secondo loro fosse importante mangiare, scrivendo sul cartellone le loro risposte, successivamente le ragazze e i ragazzi del CCRR hanno descritto gli alimenti che caratterizzano la nostra dieta, come si suddividono nei diversi gruppi alimentari (carboidrati, grassi, proteine, calcio e vitamine) e le loro rispettive funzioni.



Alle bambine e ai bambini delle classi sono stati poi distribuiti diversi alimenti ed è stata illustrata la *"piramide alimentare"*, chiedendo loro di attaccare negli strati più larghi in basso gli alimenti basilari per la nostra dieta, e in quelli più stretti e più in alto gli alimenti che andrebbero mangiati meno e con più attenzione.



*"Mangiamo sempre tutto? E cosa succede al cibo che non mangiamo?"* con queste domande è stato introdotto il tema dello spreco alimentare, mostrando come un terzo del cibo prodotto viene buttato.

Isabella, insieme ad alcuni ragazzi del CCRR, ha raccontato il percorso che compie il cibo dal campo alla nostra tavola portando come esempio il percorso del pane e riflettendo sull'impatto ambientale lasciato dal cibo che ogni giorno buttiamo, la nostra *"impronta ecologica"*.



Dopo un breve accenno al quotidiano spreco di acqua per l'agricoltura, l'industria e l'uso domestico, le bambine e i bambini hanno elencato *le azioni che ognuno di noi potrebbe fare per consumare meno cibo e acqua nelle proprie case*:

- fare una lista della spesa per evitare di comprare cibi che non ci servono veramente;
- cercare di acquistare prodotti locali e di stagione;
- riutilizzare scarti e avanzi per la preparazione di piatti;
- acquistare prodotti con pochi imballaggi;
- cucinare in maniera efficiente risparmiando energia;
- chiudere il rubinetto mentre ci si lava le mani o i denti;
- riutilizzare le acque grigie.

*"E quando siamo a tavola quali comportamenti possiamo adottare?":*

- prima di prendere il pane dal self-service valuto sempre se il contenuto del mio vassoio soddisferà la mia fame;
- si potrebbero tagliare i panini in più parti e metterli a disposizione di coloro che pensano di non mangiarne uno intero;
- prima di buttare via qualcosa assaggio sempre tutto e rifletto sul fatto che anche quei cibi ricoprono una funzione importante per la mia crescita e la mia salute;
- se non riesco a mangiare la merenda del pomeriggio a scuola, porto un contenitore richiudibile per portare a casa la merenda che consumerò in un altro momento;
- in alternativa alle merende portate da casa al mattino mangio la frutta che viene data in classe.



## 5. Gioco a squadre "Cosa rimane nel piatto?":

Il progetto è terminato con il gioco a squadre "Cosa rimane nel piatto?". Lo scopo del gioco consisteva nel tentativo, da parte delle bambine e dei bambini delle classi 3°, 4° e 5°, di ridurre la quantità di avanzi nei piatti durante il pasto scolastico, nel corso di una settimana.

Con la collaborazione delle operatrici di LInFA, gli operatori di Melamangio, le volontarie di Last Minute Market e la facilitatrice del CRR, le insegnanti hanno accompagnato le bambine e i bambini in un percorso di riflessione su quanto cibo sprechiamo quotidianamente, soffermandosi inoltre sull'importanza di una alimentazione sana ed equilibrata. A tale scopo sono state effettuate le operazioni di pesatura degli sprechi alimentari delle singole classi.



Il peso complessivo settimanale di rifiuto organico prodotto, è stato per le bambine e i bambini un'indicatore degli sforzi compiuti dalle singole classi per ridurre i propri sprechi.



## 6. Consegna dei *"Diplomi di merito"*

A conclusione del progetto, i ragazzi e delle ragazze del CCRR hanno consegnato a tutte le classi partecipanti al gioco a squadre *"Cosa rimane nel piatto?"* un *"Diploma di merito"*, dove è stata indicata la media procapite giornaliera di sprechi alimentari prodotti nel corso della settimana della pesatura, invitando i compagni a continuare ad impegnarsi ogni giorno nel lavoro di riduzione dei propri sprechi.



Infine, tutte le bambine e i bambini della scuola hanno festeggiato in giardino con un buon gelato offerto da Melamangio.

