

Progetto

Promotori



PIÙ FRUTTA,[®] PIÙ VERDURA!

Gusto, salute, natura



Milano



Comune
di Milano

Famiglia, Scuola e Politiche Sociali

OTTOBRE
2009

GIUGNO
2010

PERCORSO PER LA PROMOZIONE DI FRUTTA E VERDURA NELLE SCUOLE DELL'INFANZIA

Un progetto rivolto a bambine, bambini, insegnanti, genitori e nonni

Seminare, coltivare, raccogliere, cucinare, raccontare, disegnare, cantare, recitare, giocare, incontrare esperti e animatori e infine festeggiare tutti insieme, con una grande festa dedicata a frutta e verdura.

Scoprire frutta e verdura in famiglia e a scuola

Frutta e verdura sono ingredienti sani, gustosi, allegri e colorati. Ne servono almeno 5 porzioni al giorno fin dalla più tenera età, per prevenire le malattie e assicurare il benessere.

Ma come aiutare bambini e bambine ad apprezzarli?

Gli esperti di Milano Ristorazione hanno elaborato per voi questo percorso già consolidato con successo in 18 scuole di Milano, con oltre 70 insegnanti, 1500 bambini e le loro famiglie.

"Più frutta, più verdura!" è un progetto ricco di esperienze gioiose, divertenti ed emozionanti che vi aiutano a trasformare il consumo di frutta e verdura in un piacere, sia a casa, sia a scuola.

Per gli insegnanti

LABORATORI DI FORMAZIONE

Accanto alla famiglia, gli insegnanti svolgono un ruolo importante per aiutare i bambini a sviluppare abitudini alimentari equilibrate e ad apprezzare nuovi cibi. I laboratori loro dedicati hanno l'obiettivo di aiutarli a comprendere meglio i gusti dei bambini e a individuare nuove metodologie didattiche, sperimentando in prima persona il piacere di cucinare e assaggiare il cibo attraverso un percorso di esperienze guidate e di scambio con i colleghi.

TUTORING DIDATTICO

Durante tutto il percorso gli insegnanti saranno accompagnati da esperti che li aiuteranno ad affrontare i momenti più impegnativi.

Per i bambini

LABORATORI DI CUCINA

Il laboratorio di cucina è uno spazio di scoperta e di apprendimento che mette in gioco sensi, emozioni, capacità manuali e cognitive attraverso il piacere di osservare, trasformare e assaggiare con la massima attenzione di tutti i sensi. Nel laboratorio allestito per loro dagli insegnanti fra le mura scolastiche, bambini e bambine impareranno a gustare nuove ricette colorate, stuzzicanti e sane e scopriranno il piacere di consumare insieme frutta e verdura, superando i loro eventuali pregiudizi.

ORTO A SCUOLA

Per arricchire questa esperienza nel giardino della scuola verrà allestito un piccolo orto con la collaborazione di nonni e genitori. Coltivare verdure ed erbe aromatiche, osservare come sbocciano i fiori su un albero e raccoglierne i frutti, sarà per tutti una grande occasione per scoprire la natura e dare valore ai suoi prodotti.

Per i genitori e i nonni

INCONTRI E LABORATORI CON ESPERTI

Chiedete il programma e le date alle educatrici della scuola.

- Corsi di cucina creativa con ricette adatte ai bambini
 - Merende, degustazioni e assaggi
- Visita alle cucine di Milano Ristorazione

ESPERIENZE A SCUOLA

- Allestimento e cura dell'orto
- Partecipazione ai laboratori di cucina
- Partecipazione ad alcuni pasti per conoscere le preferenze dei bambini

FESTA FINALE

- Tutti saranno invitati alla grande festa finale e potranno prendere parte attivamente ai preparativi.

Partner



Dipartimento di Biologia



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI
DI MILANO



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI
DI MILANO

Orto Botanico di Brera



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI
DI MILANO

Dipartimento di Farmacologia

DIALOGO NEL BUIO

NON OCCORRE GUARDARE PER VEDERE (ORGANO
ISTITUTO DEI CIECHI DI MILANO, VIA VINO 7, MILANO)

www.dialogonelbuio.org



CENTRO DI STUDIO E RICERCA SULL'OBESITÀ
UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI MILANO

VSA LA

Per informazioni:

Per iscriversi ai laboratori
rivolgersi agli insegnanti della scuola

Milano Ristorazione
Ufficio Relazioni Esterne
tel.: 800 710 980

Mail: parliamoci@milanoristorazione.it
www.milanoristorazione.it

