



“MangiaBuono MangiaSano”

I Magnifici 5: i colori del benessere

Alla scoperta del gusto come gioco e momento di creatività

Soggetti Coinvolti:

Scuole elementari Città Sant'Angelo/Montesilvano
Centro Commerciale Pescara Nord

Introduzione

Il Centro Commerciale Pescara Nord torna con un appuntamento che prevede la collaborazione con le scuole del territorio. Dopo l'esperienza eco, ha deciso di affrontare un altro argomento particolarmente importante: la sensibilizzazione di bambini e famiglie, clienti di oggi e di domani, ad una sana e corretta alimentazione. Una base sulla quale costruire uno stile di vita sano che contribuisca al benessere di ognuno.

È sempre il connubio tra attività didattica e creatività che caratterizzerà questo appuntamento ludo-educativo programmato per il mese di ottobre.

Tutta l'operazione girerà intorno ai 5 colori della sana alimentazione. Obiettivo sarà quello di spiegare ai bambini perché è importante mangiare secondo la “regola” dei “5 colori del benessere”: rosso, giallo/arancio, verde, blu-viola e bianco. Una regola che invita ad assumere ogni giorno 5 porzioni di frutta e ortaggi, ognuna di un colore diverso, per mantenersi sani e prevenire numerose malattie. Ma soprattutto far passare il messaggio che mangiare sano può significare mangiare con gusto basta impegnarsi con un po' di creatività.

Attività in aula

- Attività cattedratica - in aula con la collaborazione di produttori agricoli bio, medici, SlowKids (Slow Food) etc..
- Attività di laboratorio creativo - in aula
 - Creazione di una ricetta sana (bimbi della 4°/5° elementare) con cartellone che ne riproduce ingredienti e ricetta.
 - Sculture di plastilina o pasta di sale che rappresentino i 5 colori del benessere (arance/carote/verdure/uva etc etc)

Eventi pomeridiani in galleria

Nel corso del mese di ottobre si terranno una serie di appuntamenti in galleria, in cui verranno affrontati argomenti legati ad una sana alimentazione:

- 1) Filastrocche sul mangiar sano con animazione...i bambini poi realizzeranno dei disegni ispirati ai contenuti delle filastrocche. I disegni saranno allestiti in una piccola mostra in galleria.
- 2) I magici 5: 5 animatori vestiti dei cinque colori dell'alimentazione che animano il pomeriggio con canti, a seguire degustazione per bambini a base di frullati di frutta e verdura di stagione. (MATTINA)
- 3) Degustazione per bambini e famiglie, delle ricette ideate dai bambini delle 4/5 con la collaborazione di Ristò.
- 4) Inaugurazione Mostra sull'alimentazione: sculture dei bambini più piccoli (corredate da spiegazioni che indicano proprietà e virtù del gruppo).

In dettaglio si è pensato di organizzare una serie di appuntamenti in galleria che culmini con la degustazione e la mostra a tema "i magnifici 5".

Obiettivi

- Sensibilizzare i bambini delle scuole elementari ad una corretta e sana alimentazione;
- Educare alla creatività/varietà nell'alimentazione
- Promuovere e sostenere il coinvolgimento attivo degli adulti che ruotano intorno al bambino: genitori, insegnanti, nonni e custodi scolastici.
- Rafforzare la consapevolezza delle famiglie sul tema alimentare, base primaria nello sviluppo sano dei propri piccoli.

Tappe del progetto:

- Attività cattedratica - in aula
- Attività di laboratorio creativo - in aula
- Eventi pomeridiani in galleria
- Degustazione delle ricette inventate dai ragazzi
- Mostra degli elaborati - Centro commerciale Pescara Nord ▶

I temi

L'alimentazione, la salute, il gusto.

OTTOBRE

MANGIA RSANO

Mer	26	Filastrocche e disegni
Gio	27	
Ven	28	
Sab	29	
Dom	30	
Lun	31	

NOVEMBRE

MANGIAR SANO

Mar	1	
Mer	2	Degustazione di frullati con i magici 5 DATA DA DEFINIRE
Gio	3	
Ven	4	
Sab	5	
Dom	6	
Lun	7	
Mar	8	
Mer	9	
Gio	10	
Ven	11	
Sab	12	
Dom	13	Degustazione ricette ragazzi
Lun	14	
Mar	15	
Mer	16	
Gio	17	
Ven	18	
Sab	19	
Dom	20	Mostra dei 5 colori

GLI ELABORATI

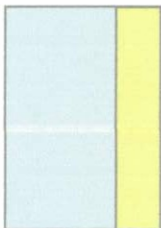
Ricette:

Le ricette andranno consegnate sia su foglio A4 che su cartellone (vedi dettaglio sotto) alla direzione del centro commerciale entro e non oltre il:

4/11/2011

Il cartellone, con la rappresentazione degli ingredienti e la ricetta riportante anche il nome degli alunni che la hanno ideata, dovrà avere le seguenti caratteristiche:

- Formato 50 x 70 cm (impostazione verticale)
- E seguire questa griglia : nella zona celeste/ disegni e ingredienti, nella zona gialla i nomi degli alunni.



Sculture:

Creazione in pasta di sale di: frutta e verdura appartenente alle 5 classi di colori del mangiar sano.

Ogni elaborato, frutto di un lavoro di gruppo (di classe o gruppi all'interno delle classi) dovrà essere consegnato in un imballo al centro commerciale Pescara Nord entro e non oltre il: 12/11/2011

Ogni gruppo di elaborati dovrà essere corredato da foglio A4 riportante:

Nome della Classe e della Scuola

Nomi degli alunni.

Ogni creazione non dovrà superare un ingombro massimo di 30x30x30 cm.

L'allestimento della mostra sarà a cura della direzione del centro commerciale e dello studio Gkollektiv.

I CINQUE GRUPPI ALIMENTARI

Al gruppo bianco appartengono:
aglio, cipolle, cavolfiore, finocchio, funghi, porri, sedano, castagne, mele, pere.

Al gruppo blu-viola appartengono:
melanzane, radicchio, fichi, frutti di bosco, prugne, uva nera.

Al gruppo giallo-arancio appartengono:
carota, peperone, zucca, albicocca, arancia, cachi, limone, mandarino, melone, nespola, pesca, pompelmo.

Al gruppo rosso appartengono:
barbabietola rossa, pomodoro, ravenello, anguria, arancia rossa, ciliegia, fragola.

Al gruppo verde appartengono:
agretti, asparagi, basilico, bieta, broccoli, carciofi, cetrioli, cicoria, indivia, lattuga, prezzemolo, rughetta, spinaci, zucchine, olive, kiwi ed uva.

Per informazioni:

•Gkollektiv - Tel./Fax: 085/4684949 - e-mail: stefania.silvaggi@gkollektiv.it

Centro Commerciale Pescara Nord - Tel.: 085/95822 Fax: 085/950450 - e-mail: pescara.nord@segece.it