

► 18 luglio 2020

I baby costruttori dei trenini di frutta e verdura

«A fine giornata finalmente si mangia. E la frutta e la verdura, così preparate, sono decisamente più buone». Elena, 10 anni, guarda soddisfatta il trenino colorato (e gustoso)

costruito con Cecilia, Andrea e gli altri bambini del Summer Camp del Fem che, per una settimana, si sono dedicati a imparare l'arte del "Bento box". DUCCI / APAG. 15



L'INIZIATIVA

Al centro estivo Ago dove i bambini scoprono la bontà di frutta e verdura

Al "Fem" una settimana in collaborazione con Coldiretti
Giocando si impara l'alimentazione corretta e senza sprechi

Paola Ducci

«La mela è un frutto dell'autunno». afferma con convinzione



Cecilia, 11 anni, una delle bambine che sta frequentando il Summer Camp al Fem (Future Education Modena presso Ago - Fabbriche Culturali), che questa settimana è in collaborazione con la "Fondazione Campagna Amica" promossa da Coldiretti. In effetti, in un mondo dove si è abituati a trovare sui banchi dei supermercati qualsiasi tipo di vegetale in qualsiasi stagione, non è di poco conto che i bambini possano acquisire, attraverso attività ludiche e creative, fatte con il cibo, importanti nozioni che riguardano la sana e corretta alimentazione, la scienza degli alimenti, la qualità degli stessi e la provenienza.

«Questa settimana ci dedichiamo alla preparazione della "Bento box" - spiega Donatella Solda, direttrice del Fem - concretamente si tratta della scatola contenente il pranzo che i giapponesi portano con sé al lavoro o a scuola. Ma in realtà la Bento box è molto di più: in qualche modo è considerata addirittura un'arte. Abbiamo preso spunto da questa tradizione orientale - continua la direttrice - per trasmettere ai nostri ragazzi, non solo l'importanza della qualità e dei valori nutrizionali del cibo ma anche il valore della bellezza e della preparazione di esso prima di essere degustato, af-

finché appaghi tutti i nostri cinque sensi». Il Camp si svolge anche all'insegna della sostenibilità attraverso un approccio multi sensoriale, per dare vita a laboratori didattico-creativi che stimolino i bambini alla consapevolezza di ciò che mangiano e al consumo di frutta e verdura di stagione possibilmente a chilometro zero.

«L'iniziativa che proponiamo - illustra Federica Barozzi, responsabile della Campagna Amica di Coldiretti Modena - è volta ad esprimere pienamente il valore e la dignità dell'agri-

coltura italiana, rendendo evidente il suo ruolo chiave per la tutela dell'ambiente, del territorio, delle tradizioni e della cultura, della salute, della sicurezza alimentare, dell'equità, dell'accesso al cibo a un giusto prezzo, dell'aggregazione sociale e del lavoro, in linea con gli obiettivi di sviluppo sostenibile promossi dall'Onu nell'ambito dell'Agenda 2030. Crediamo sia importante che questi valori vengano insegnati ai bambini fin dalla tenera età affinché diventino consumatori responsabili e si facciano portatori in famiglia di buone pratiche per un consumo più consapevole». Così sono entusiasti i ragazzi intanto che costruiscono i loro piccoli vagoni che andranno a comporre un coloratissimo e ghiotto treno di verdura, composto da carrozze fatte di peperoni, ruote di pomodori e passeggeri rappresentati da zucchine smi-

nuzzate, dischetti di cetrioli e profumatissime foglioline di piante aromatiche di tutte le specie.

«Il mio vagone è quello», indica Andrea mentre conferma di non gradire la frutta e la verdura ma che di certo non può rinunciare a degustare le ruote - pomodori del suo trenino. Durante la settimana oltre alla manipolazione e all'assaggio ai bimbi è data anche la possibilità di conoscerne tutte le proprietà nutrizionali degli alimenti che manipolano attra-

verso laboratori di "food Science".

«Le attività manuali vengono accompagnate da numerosi esperimenti scientifici - spiega Riccardo Simonetti, biologo nutrizionista e food scientist - stiamo facendo esperimenti chimici legati all'imbrunimento dei cibi, per esempio l'ossidazione della mela, al pH e al calcolo dei principi nutrizionali presenti nei diversi ali-

menti. I bambini si dimostrano estremamente interessati a queste attività che peraltro risultano utili ed importanti anche nella quotidianità di tutti, in relazione alla corretta conservazione del cibo. «A fine giornata finalmente si mangia - conclude sorridendo Elena di 10 anni - la frutta e la verdura così preparate sono decisamente più buone!». —

© RIPRODUZIONE RISERVATA

► 18 luglio 2020



I bambini del Summer Camp al Fem (Future Education Modena presso Ago - Fabbriche Culturali)