

## I progetti di educazione alimentare Sodexo per le scuole del Comune di Monza 2023-2024

**Un'alimentazione sana ed equilibrata durante l'età evolutiva** è condizione indispensabile per crescere bene e, da adulti, mantenersi in forma. Gli obiettivi degli interventi di educazione alimentare proposti da Sodexo, società che gestisce il servizio di ristorazione scolastica, sono:

- divulgare nell'ambito scolastico i **principi di una corretta** e razionale alimentazione in età scolare
- mettere **a disposizione degli insegnanti spunti** utili per affrontare il tema in termini didattici all'interno dei loro programmi
- collaborare con i responsabili scolastici a trasformare sempre più il servizio della ristorazione scolastica in un **momento educativo**.

Per l'anno scolastico 2023-24 l'Amministrazione Comunale ha promosso, in collaborazione con la ditta di ristorazione Sodexo, corsi ed altre iniziative nell'ambito dell'educazione alimentare, ampliando la gamma dei corsi offerti nell'a.s. 2022-23, rendendoli specifici, oltre che per grado di scuola, anche per età/classe in modo da offrire ai bambini un'esperienza nuova e unica. Di seguito l'offerta declinata per grado di scuola.

### Interventi Nido:

#### Giochiamo con la frutta e la verdura

- la frutta/verdura viene trasformata in soggetti simpatici e divertenti, che invogliano i bambini all'assaggio. I piccoli partecipanti rimarranno affascinati dalle sculture di frutta e verdura e realizzeranno loro stessi delle simpatiche composizioni, che potranno poi essere gustate come spuntino di metà mattina insieme ai propri educatori.



## Interventi scuola dell'Infanzia:

### Il teatrino del mangiar sano

- I burattini, protagonisti delle scenette, sviluppano un dialogo su argomenti relativi all'importanza del mangiar sano. L'attività si conclude con la realizzazione di un personaggio formato da frutta e verdura e con l'assaggio di quanto creato.

### La prima colazione a scuola

- La prima colazione rappresenta uno dei pasti più importanti della giornata; tra i più gravi errori che si possono commettere, vi è quello di saltarla o farla velocemente. In questa occasione i bambini potranno consumarla insieme ai propri compagni dedicando alla colazione il giusto tempo

### L'acqua è preziosa non sprechiamola

- Consegnando opuscoli e materiale relativo allo spreco dell'acqua, i piccoli utenti avranno la possibilità di imparare a compiere piccoli gesti preziosi, in difesa del nostro pianeta



## Interventi scuola Primaria:

### Il fagiolo magico

- Attraverso un lungo viaggio sensoriale, i bambini scopriranno e gusteranno i vari tipi di legumi, i diversi modi di consumarli ed alcune gustose ricette.

### Incrocio di parole

- I bambini si confronteranno per trovare la soluzione corretta agli enigmi proposti, inerenti agli alimenti e all'alimentazione. Al termine spunti di riflessione e assaggi.

### Frutta e verdura un arcobaleno di colori

- Incentiviamo il consumo di frutta e verdura attraverso un vero e proprio viaggio sensoriale: 5 colori del benessere, da gustare 5 volte al giorno, attraverso i 5 sensi. Sarà l'occasione di provare ad assaggiarla insieme.

### Il quiz di cuoco Rigolò

- Attraverso una serie di quiz ed esperienze sensoriali, i bambini approfondiranno il tema dei legumi, nostri grandi alleati per la salute e per l'ambiente

### Il treno dei sapori

- Partendo dalla prima colazione e successivamente parlando di spuntini, gli alunni potranno, leggendo le etichette nutrizionali, rendersi conto dell'eccesso calorico della maggior parte delle merende consumate dalla media dei ragazzi

### Cuochi senza fuochi

- L'attività è a tutti gli effetti un corso di cucina, con cenni di educazione alimentare

### Tutti chef con cuoco Rigolò

- I bambini avranno l'occasione di conoscere chi prepara il pranzo a scuola, i luoghi dove lo si produce, ma soprattutto di preparare con le cuoche una gustosa merenda da consumare insieme

### La prima colazione a scuola

- La prima colazione rappresenta uno dei pasti più importanti; tra i più gravi errori che si possono commettere, vi è quello di saltarla o farla velocemente. In questa occasione i bambini potranno consumarla insieme ai propri compagni dedicando alla colazione il giusto tempo





COMUNE DI  
MONZA

sodexo

Ridurre i rifiuti  
è il primo  
passo

Riciclare la  
raccolta  
differenziata

Riutilizzare  
invece di  
buttare

L'acqua è  
preziosa non  
sprechiamola

Risparmiare  
l'energia  
elettrica

Esistono tante piccole  
azioni/ attività che, nel  
nostro quotidiano,  
possiamo portare avanti  
per rispettare l'ambiente  
e la Terra

sodexo



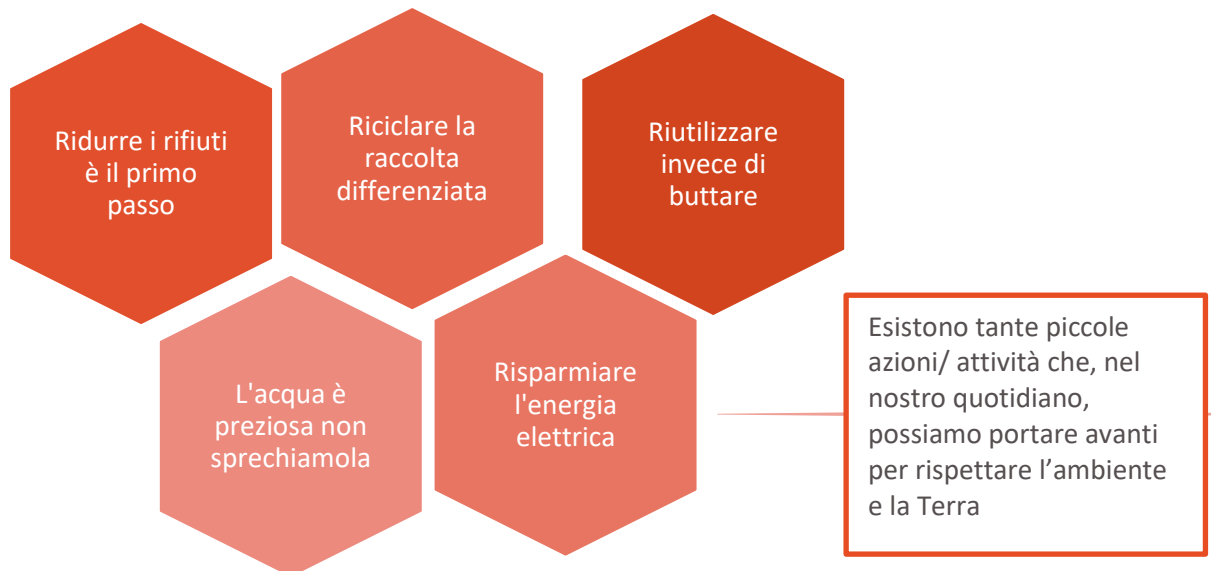
## Interventi scuola Secondaria:

### La piramide in palestra

- Iniziando dalla piramide alimentare e concludendo con un gioco di squadra in palestra, i ragazzi avranno la possibilità di capire il significato di una sana alimentazione

### Dietista per un giorno

- Dopo aver illustrato le motivazioni che stanno alla base della stesura di un menù scolastico, ai ragazzi si darà la possibilità di esprimere le proprie osservazioni e i propri suggerimenti volti a migliorare il servizio di ristorazione



## I progetti di educazione alimentare in numeri

scuole  
coinvolte

nidi

6

infanzia

8

primaria

19

secondaria 1°

6

corsi  
proposti

nidi

1

infanzia

3

primaria

14

secondaria 1°

6

studenti  
coinvolti\*

nidi

148

infanzia

1045

primaria

3380

secondaria

998

Partecipazioni  
totali\*\*

nidi

148

infanzia

2621

primaria

12273

secondaria 1°

1747

\*L'alunno che ha partecipato a più corsi è contato una sola volta

\*\* L'alunno che ha partecipato a n corsi è contato n volte

