

TITOLO: educazione alimentare ed emozionale alla dolcezza

INTRODUZIONE: L'educazione alimentare dei bambini e dei ragazzi inizia certamente in famiglia, a tavola e, quindi, a scuola. *La Signorina in dolce*, storia di una ragazzina detective, Elisa, che adora i dolci, li conosce, ne rispetta dosi e quantità, può aiutare oggi insegnanti ed educatori a condurre per mano alla scoperta della dolcezza, del rispetto di sé stessi e delle risorse che abbiamo a disposizione.

FINALITÀ:

- trasmettere l'arte dell'equilibrio e della misura nel consumo dei dolci, un'educazione alimentare al bello e al buono;
- contrapporre l'isolamento e la solitudine relazionale al valore del dolce come opportunità di condivisione, relazione e amore con gli altri;
- analizzare il linguaggio di relazione in famiglia anche attraverso il cibo, le ricette, le tradizioni che passano di generazione in generazione e che i dolci custodiscono in maniera molto forte;
- sviluppare la responsabilità e l'autonomia dei ragazzi nell'alimentazione;
- coinvolgere attivamente i ragazzi nell'ottica di una didattica inclusiva;
- diventare grandi, conoscere il mondo e le sue difficoltà.

CONTENUTI:

*La Signorina in dolce* è un personaggio indimenticabile, avventuroso, curioso, positivo, mai banale, una ragazzina che scopre il mondo giorno dopo giorno senza dimenticare la sua infanzia, la sua famiglia, che sono ben legate a un profumo, a un sapore, quello di un dolce, come una torta di mele o una crostata con la marmellata. Le rocambolesche avventure di Elisa, tra zucchero, uova e farina, tra biscotti e bignè, sono l'ingrediente giusto per una storia che sa coinvolgere e comunicare il valore del dolce come benessere e momento di piacere per sé e gli altri, occasione di relazione e amore.

OSSERVAZIONI:

Gli studi e le ricerche sull'alimentazione nei bambini e nei ragazzi, indicano quanto oggi siano rilevanti i problemi legati a cattive abitudini alimentari e alla pratica di stili di vita poco sani. Gli esperti individuano i comportamenti alimentari scorretti come fattori primari di rischio - insieme a fumo, alcol e sedentarietà - per le malattie croniche più frequenti nel nostro Paese e nel mondo. Nel campo educativo, se si mira al benessere dei bambini e dei ragazzi, l'impegno sul piano dell'educazione alimentare diventa quindi prioritario: farlo attraverso un giallo divertente, avventuroso e coinvolgente è forse un primo passo per sensibilizzare i ragazzi e le famiglie ai temi della salute e insieme della sostenibilità. Inoltre l'alimentazione è un tema trasversale che comprende molte sfere differenti della vita personale e sociale.