



Un progetto di



con il supporto e la collaborazione di



Piano VI Infanzia e Adolescenza ex lege 285/97
“Diffondere consapevolezza, conoscenza di contenuti e promozione
di equilibrati stili di vita e corrette abitudini alimentari in età pediatrica”

Ancora un quadrimestre di lavoro per “Cuore di Zuppa”, **programma di educazione alimentare** promosso dal Comune di Milano mediante il finanziamento *ex lege* 285, con la finalità di diffondere sani e corretti stili di vita con iniziative rivolte a minori, scuole e famiglie della città.

Fino a dicembre 2018, per le **scuole primarie e secondarie di I grado di Milano:**

- **workshop per gruppi classe:** gli incontri interattivi, curati da Cuore e Parole Onlus e finalizzati alla diffusione della conoscenza e della cultura della salute, valorizzano anche la sfera psicologica, mettendo in campo un nuovo strumento visivo per bambini e per ragazzi: la “piramide delle emozioni” gioca *in tandem* con quella transculturale alimentare elaborata dalla Società Italiana di Pediatria. Sentimenti e stati d’animo vengono analizzati e compresi insieme agli alimenti e alle loro proprietà nutritive, diffondendo consapevolezza del sé dal punto di vista sia delle personali abitudini alimentari e motorie sia delle variazioni del proprio stato d’animo e della frequenza con cui questo si modifica verso una dimensione di benessere o di malessere: come si genera attenzione su “come mangio” mediante la piramide alimentare, così si promuove un *focus* su “come sento” con la piramide delle emozioni. Gli spunti e gli approfondimenti proposti dagli esperti di Cuore e Parole alle scolaresche accompagnano anche alla partecipazione ad un *contest* creativo: il bando di selezione di scrittura, arti visive e multimediali targato “Cuore di Zuppa”, con la relativa *Dispensa-Laboratorio* di supporto ai docenti, mette all’opera la fantasia di alunni e studenti con la finalità di generare e condividere con tutto l’universo educativo della città milanese “ricette del benessere” e storie che legano cibo e cuore.
- **interventi di integrazione interculturale:** percorsi scolastici a cura della Cooperativa Farsi Prossimo Onlus sulle diverse culture anche alimentari, sulla denutrizione e malnutrizione, sugli squilibri socio-economici; visite guidate a servizi socio-assistenziali e per la grave emarginazione; laboratori pratici di “cucina dal mondo” rivolti in orario extra-scolastico a genitori e figli, italiani e stranieri delle municipalità comunali.

Per maggiori informazioni e adesioni:

www.cuoredizuppa.it

segreteria@cuoreparole.org

In partnership con

