

Il benessere in cucina: un invito per i bambini a crescere bene

la Baldi Papini
venerdì 25 Gennaio 2005, ore 17 - 19

produttore ROSANNA MORONI, Assessore all'educazione e alla formazione

serviranno:

Perché l'iniziativa?

Carlo Piperno, Vice Presidente L.I.L.T., Sez. Pistoiese

Maestri siamo noi! Gusti, preferenze alimentari e stili di vita dei bambini pistoiesi
Anna Piccioli e Stefania Vezzosi ASL n. 5 Pistoia

Suggerimenti per una spesa consapevole
Cristina Pavese, collaboratrice Coop per il Progetto di Educazione ai Consumi

Come sostenere i bambini e le famiglie verso abitudini alimentari equilibrate
Della Dolci, pediatra di famiglia



Per informazioni

Legga italiana contro i tumori
Lunedì, mercoledì e venerdì
dalle ore 9 alle 12
tel. 0573.365280

Comune di Pistoia
Assessorato all'educazione e alla formazione
Martedì e giovedì
dalle ore 15 alle 18
tel. 0573.371818

Unicoop Firenze - Sezione Soci di Pistoia
dalle ore 10 alle 12,30
e dalle ore 15,30 alle 19
tel. 0573.34615

Per iscrizioni telefonare a

M. Luisa Puccica, tel. 0573.371819

Giulietta Brogioni, tel. 0573.371829

nei giorni di martedì e giovedì

dalle ore 10 alle ore 13 e dalle ore 15 alle ore 17,30

COMUNE DI PISTOIA
Assessorato all'educazione e alla formazione
AZIENDA ASL N. 5 - PISTOIA
U.F. Igiene degli alimenti e della nutrizione
U.O. Educazione e promozione della salute

LEGA ITALIANA
PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI
UNICOOP FIRENZE
Sezione Soci di Pistoia

Il benessere in cucina: un invito per i bambini a crescere bene

Pistoia
Gennaio - Marzo 2005



Perché questa iniziativa?

Negli ultimi anni si sta sviluppando una nuova cultura della nutrizione; una sana alimentazione rappresenta il primo intervento di prevenzione e di tutela per la salute e il benessere dei bambini. L'Amministrazione Comunale insieme alla Azienda Sanitaria e alla scuola pistoiese è impegnata a sostenere una buona educazione alimentare, offrendo a tutte le famiglie programmi mirati a dare consapevolezza e autonomia nelle scelte alimentari di tutti i giorni.

In questa direzione ha sempre operato la L.I.L.T. che ha proposto questo percorso di riflessione ai genitori per educare i bambini e i ragazzi verso corrette abitudini alimentari.

L'Unicoop-Firenze promuove da tempo diversi progetti che aiutano gli utenti a orientarsi nei consumi e a distinguere fra pubblicità, mode e informazioni scientifiche.

Il Comune di Pistoia, insieme all'Azienda Sanitaria, ha voluto riunire queste importanti sensibilità organizzando momenti di incontro, di informazione e di dibattito sulle abitudini alimentari che caratterizzano la vita quotidiana dei bambini a scuola e in famiglia.

Infatti gli incontri possono aiutare a comprendere le scelte alimentari elaborate per il servizio di ristorazione scolastica e dare la possibilità ai genitori e ai nonni di conoscerle e dividerle, mettendole anche in pratica con l'aiuto di cuochi professionisti. È per questo che al momento iniziale di presentazione dell'iniziativa seguono le attività di laboratorio che in forma di ricette, possono suggerire idee e spunti per rendere protagonisti della tavola la frutta, la verdura, i legumi e il pesce, con la sicurezza della soddisfazione dei bambini.



Durante l'attività dei laboratori, prodotti alimentari, come frutta e verdura, legumi e pesce, sono in promozione presso il supermercato Coop di Pistoia.

"Benessere in cucina" Laboratorio per i genitori e per i nonni

L'organizzazione del laboratorio è articolata in tre moduli.

Ogni modulo prevede tre incontri tematici dedicati alla realizzazione pratica di piatti "un po' speciali".

Tutti gli incontri sono in orario pomeridiano dalle ore 17 alle 19.

Ad ogni modulo possono partecipare al massimo quindici persone per dare possibilità ai partecipanti di elaborare le ricette insieme ai cuochi.

Il corso è gratuito. Per iscriversi è sufficiente telefonare all'Assessorato all'educazione e alla formazione.

1° Incontro

Tanti modi per dire frutta e verdura

2° Incontro

Tanti modi per dire legumi

3° Incontro

Tanti modi per dire pesce



Il calendario degli incontri

I Modulo

Centro cottura comunale Villaggio Belvedere, via E. Ros

Martedì 1 febbraio

Martedì 8 febbraio

Martedì 15 febbraio

II Modulo

Centro cottura comunale "A. Bertocci", via S. d'Acquist

Martedì 22 febbraio

Martedì 1 marzo

Giovedì 10 marzo

III Modulo

Centro cottura comunale Villaggio Belvedere, via E. Ros

Martedì 15 marzo

Giovedì 17 marzo

Martedì 22 marzo

A conclusione di ogni modulo è previsto un intervento:

"Tante idee per..."

a cura di Stefania Pasini, biologa nutrizionista, L.I.L.T.

I laboratori sono realizzati grazie alla collaborazione di Elena Marconi titolare del ristorante "Il Lago" di Spedaletto e di tutti i cuochi che lavorano nei servizi educativi del Comune di Pistoia.