

## La LILT premia sei scuole per il progetto sull'alimentazione

Merate

Con la conclusione dell'anno scolastico 2011/2012 è giunto al termine il progetto di educazione alimentare proposto dalla LILT alla scuole primarie di Lecco e Merate intitolato "Alimentare la salute". Il progetto, parzialmente finanziato dalla Fondazione Provincia di Lecco, ha coinvolto 4 scuole primarie di Lecco e dintorni ("S.Stefano" - Lecco, "G.Carducci" - Lecco Castello, "T.Tarelli - Lecco Chiuso, "Fantasia" - Ballabio) e 2 scuole primarie di Merate (Pagnano e Sartirana) per un totale di circa 30 classi e 760 alunni. Nel corso di tutto l'anno scolastico, gli alunni delle scuole primarie hanno compilato delle apposite "schede alimentari" riportando gli alimenti consumati giorno per giorno, classificati in base alla loro salubrità con i colori del semaforo (rosso-giallo-verde).





Dopo opportuni interventi formativi nelle singole classi da parte di volontari e personale qualificato della LILT, gli alunni sono stati in grado di distinguere gli alimenti come "rossi" (da consumare il meno possibile), "gialli" (da consumare con moderazione) e "verdi" (da consumare liberamente). Per incentivare l'interesse e la partecipazione dei giovani alunni, a tutti i bambini è stata donata una mini-borraccia termica, dotata di dispositivo filtrante per l'acqua di rubinetto, con l'intento di incoraggiare il consumo di acqua in sostituzione di altre bevande gasate e/o zuccherate.





Al termine della compilazione delle schede alimentari, sono stati attribuiti dei punteggi agli alimenti consumati (verde +2, giallo +1, rosso -2) che hanno permesso di identificare, tra tutte le classi partecipanti, quelle che hanno seguito un'alimentazione più sana. Sono risultate 6 classi "vincitrici" (una per ogni istituto scolastico) alle quali è stato conferito un ulteriore premio consistente in una uscita presso la Fattoria Didattica "Amici Cavalli" di Brivio per trascorrere una giornata all'aria aperta e partecipare a diverse iniziative di educazione alimentare quali: il gioco del panettiere (impasto e realizzazione di panini artigianali, cotti nel forno al legna), la visita all'orto e frutteto didattico, le ricerche di erbe "mangerecce" e l'osservazione diretta dei campi di frumento e orzo.

