

CONFEZIONARE BENE
AIUTA A NON
SPRECARE.

TANTI ALIMENTI SONO
CONFEZIONATI E TUTTI
VANNO CONSERVATI
NEL MODO PIU
CORRETTO IN FRIGO,
NELLA DISPENSA,
LONTANO DALLA LUCE.

IMPARIAMO A
CONTROLLARE LE
VERDURE NEL FRIGO, LE
SCATOLE APERTE DI
CRACKERS E BISCOTTI, IL
LATTE RIMASTO NELLA
SUA CONFEZIONE.
FINIAMO TUTTO PRIMA DI
COMPRARE, NON
BUTTIAMO GLI AVANZI.



Il cibo non si spreca



I NOSTRI AMICI
ANTISPRECO

FACCIAMO FARE POCA
STRADA AI CIBI CHE
COMPRIAMO.
SAPETE COSA SONO I
PRODOTTI A KM 0?.



LA FRUTTA E LA VERDURA
DELLA VOSTRA ZONA,
SCEGLIAMOLA E
CONSERVIAMOLA BENE
USANDO I CONTENITORI ED
I MATERIALI CHE
MANTENGONO I CIBI.

5 FEBBRAIO



**5 FEBBRAIO, È LA GIORNATA NAZIONALE
PER LA PREVENZIONE DELLO SPRECO
ALIMENTARE.**

A SCUOLA PARTECIPATE A QUESTA SFIDA!
OGNUNO DI NOI PUÒ FARE QUALCOSA. PER
ESEMPIO, CONTROLLARE I PRODOTTI NEL
FRIGO OGNI GIORNO DELLA SETTIMANA! NON
ABBANDONATELI PERCHÉ NON SE LO
MERITANO!

**IL RICETTARIO ANTI SPRECO:
CHE GUSTO CON GLI AVANZI!**

FORSE NON LO SAPETE, MA QUASI
TUTTI I VOSTRI PIATTI PREFERITI
VENGONO PREPARATI CON TANTI
ALIMENTI AVANZATI, PER ESEMPIO
LE POLPETTE PIÙ SQUISITE, CON
LATTE, PANGRATTATO, PEZZETTI
DI FORMAGGIO O DI CARNE
E LE TORTE CON I BISCOTTI
SBRICIOLATI, LE MELE A FETTINE,
E LA PASTA AVANZATA FATTA AL
FORNO CHE BUONA È?
ALLORA, PRONTI A METTERVI IN
CUCINA E A PREPARARE CON
GENITORI, NONNI E MAESTRE, LE
RICETTE CON GLI AVANZI.
ASPETTIAMO IL VOSTRO
RICETTARIO!



**No allo spreco
alimentare**



Ricetta polpette di carne:

Manzo macinato 350 g

Maiale macinato 150 g

Pane mollica grattugiata 60 g

Formaggio grattugiato 80 g

Uovo medio 1

Sale fino q.b.

Pepe nero q.b.

Prezzemolo 1 ciuffo

PER FRIGGERE

Olio di semi q.b.

Mi manca quasi tutto. Devo ricordarmi che non mi serve mica tutta quella carne. Qua dice 32 pezzi, ma io sono da sola, non devo farmi venire l'indigestione! Quello che non serve non si prende. Altrimenti finisce come sempre.

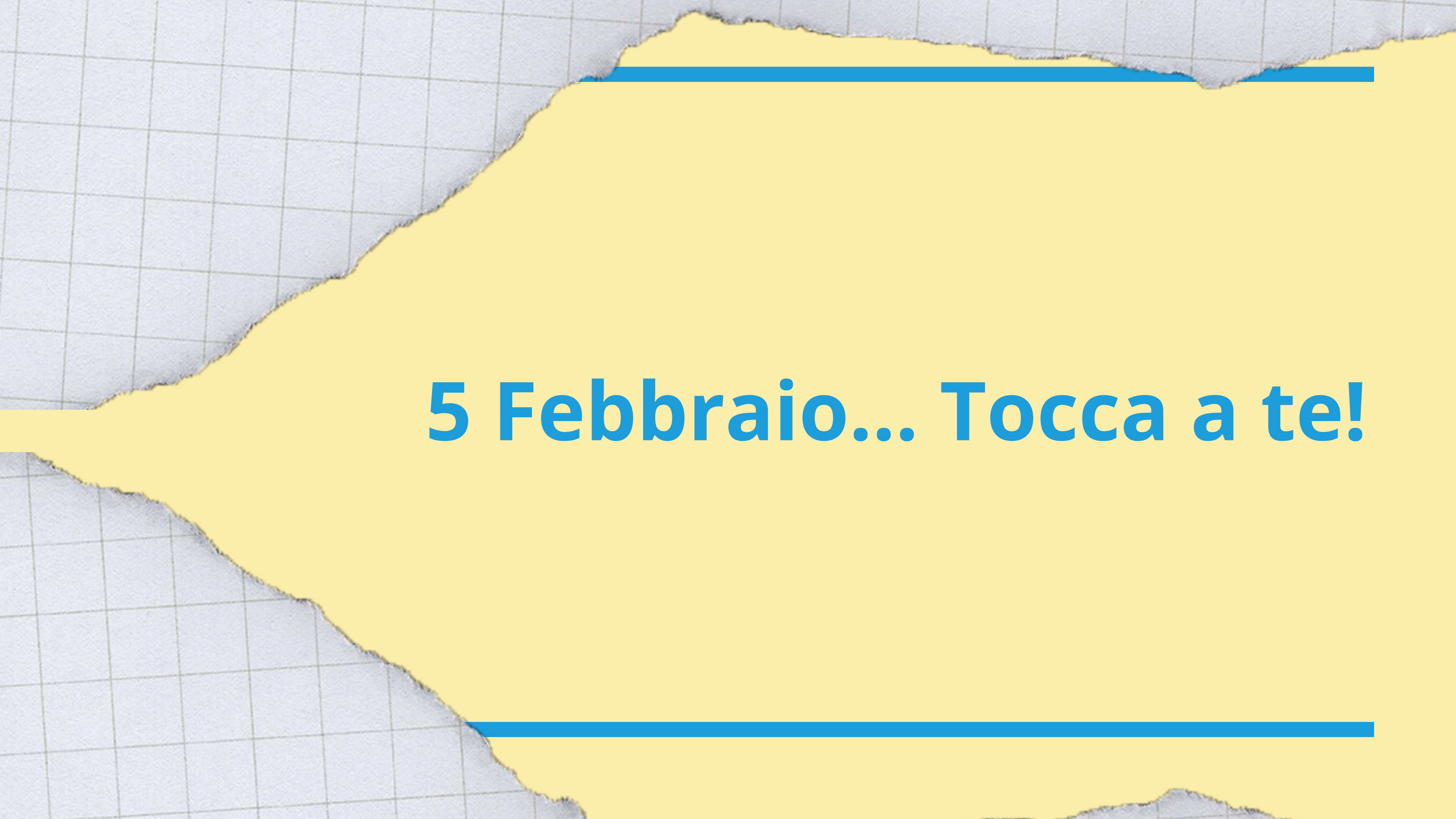




**La polpetta deve arrivare dritta al cuore,
non dritta nel cestino perché è diventata
dura come una piastrella del bagno, dal
momento che non riesco a mangiarle tutte!**

**Perché quando di una cosa ne hai in
abbondanza e non la usi, si chiama in un
solo modo: S-P-R-E-C-O! S-P-R-E-C-O!
S-P-R-E-C-O!**

**Se hai in abbondanza una cosa e non la usi
si chiama spreco: un po' come i talenti.**

The background features a light blue grid pattern, resembling graph paper, which is torn at the top, bottom, and left edges. A solid yellow rectangular area is positioned in the center of the image. Two horizontal blue lines are present: one at the top edge of the yellow area and another at the bottom edge.

5 Febbraio... Tocca a te!

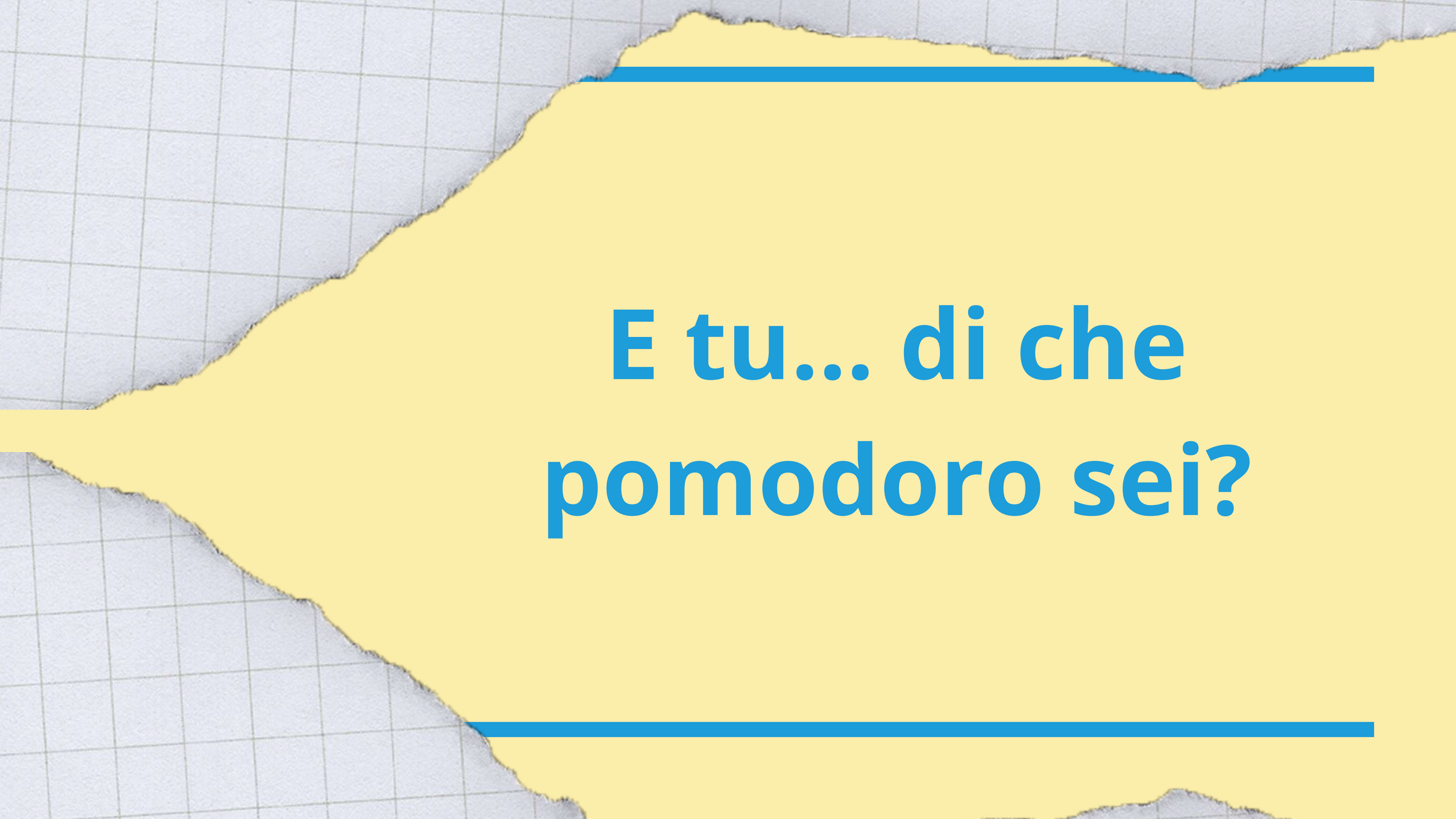


**Come sempre....saranno le classi
a fare la differenza anche nella
campagna contro lo spreco
alimentare, vero o no?
"Non abbandonate gli avanzi!"
Potete ideare il ricettario degli
avanzi , dalle mitiche polpette
alla cheesecake con le briciole di
biscotti , il latte e la frutta
avanzati ed il fondo di
marmellata nel barattolo.**

Scatenatevi

E potete anche segnare sul calendario che 1 giorno alla settimana si mangia solo con gli avanzi e raccontarci la vostra esperienza a casa e a scuola in un video o sul giornalino di classe o sulla pagina social della scuola.





**E tu... di che
pomodoro sei?**

ORTAGGI d'Italia un iniziativa con il patrocinio di **Confartigianato**

In occasione di Orticola a Milano **5-7 maggio 2017**

Un progetto HORTIVES
Ideazione: Giovanna Mazzoni, Marco Nigro e Patrizia Lia
Comitato scientifico Hortives: Agostino Falavigna, Marco Nigro, Elisabetta Lupotto, Barbara Ruffoni, Manuela Masserelli, Marco Damele, Giovanna Mazzoni
Selezione e ricerca piante: Gaia Dorigo, Maria Luisa Quintabà, Giuseppe Batocchio, Giuseppe Bene
Coltivazione e allestimento: Anna Sgarrella, Ulderico Bazzan e Vincenzo Di Michele
Sponsor tecnici: Meraviglia Modelli - Legnano, Colorificio De Vanna - Legnano, Seminami - Hobby & papers - Monza
Logistica: Alessandro Peri

ORTICOLA
 Giardini Pubblici
 Indro Montanelli - Milano
 Ingresso Piazza Cavour
 9.30 - 19.30
www.orticola.org

Si ringrazia
 • Michelangelo Rotondi • Rita Dardi • Paolo Versari • Filippo Pizzoni • Luca Leporati
 • Giovanna De Michelis • Lydia Paone • Angela Brivio
 • Enrico Meraviglia • Jessica De Vanna • Dario Nutini
 • Walter Sgarrella • Antonio Nigro • Gabriella Pianezzola
 • Massimo Schiavi • Giuseppe Rotino • Angelica Barletta
 • Luca Lavezzo • Alessandro Genoni • Emanuele Concas •

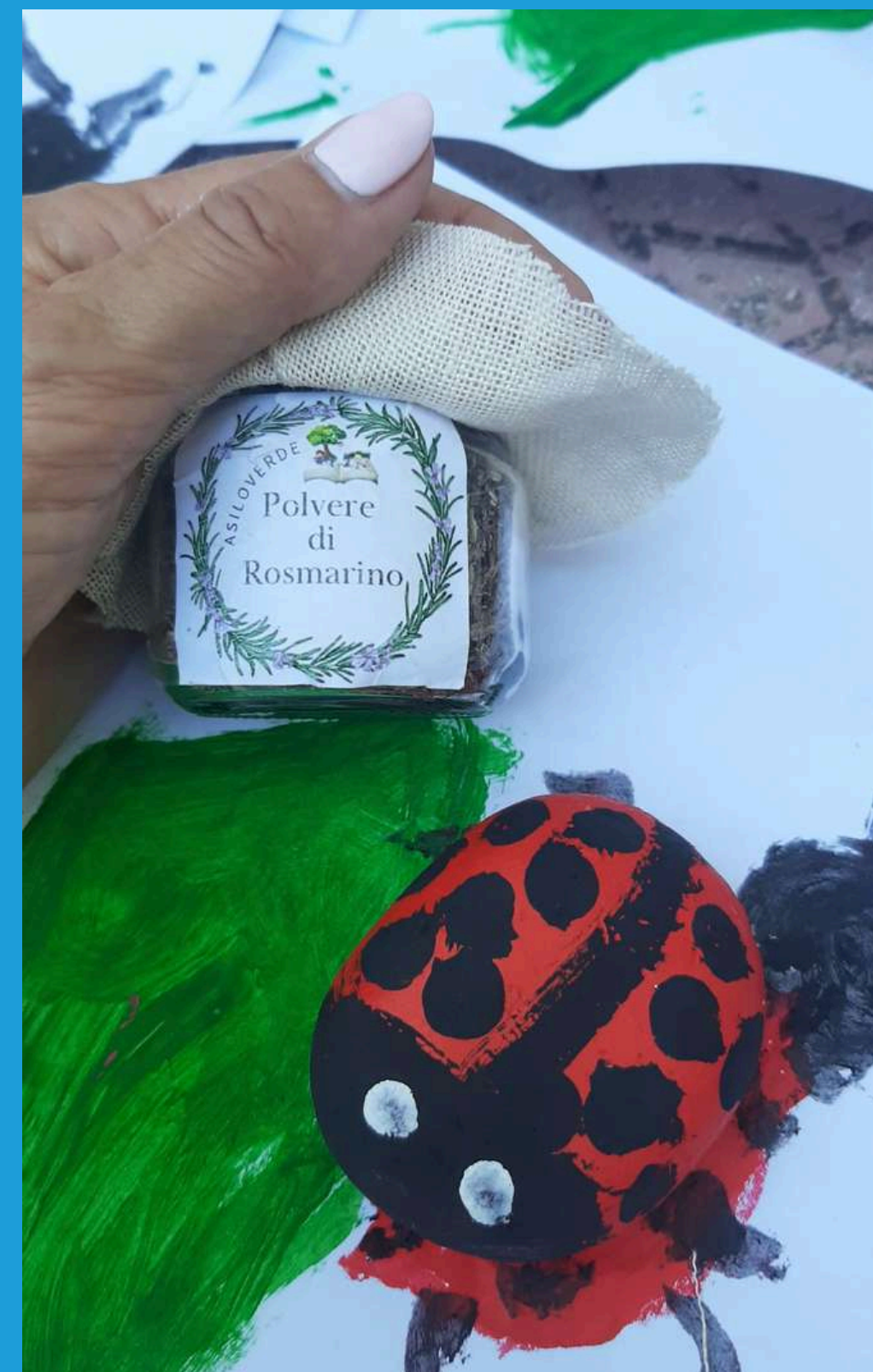
www.ortolaisaporiantichi.org

HORTIVES per il patrimonio di **crea** **ANCOS** **Consorzio Nazionale per la Tutela dell'Orto** **ADNPA** **RAA AGRICOLTURA** media partner **urban GARDEN** **EXCALIBUR**

Nel tuo territorio ci sono molti prodotti tipici e a km 0, frutta e verdura soprattutto, che vanno consumate in ogni stagione dell'anno per proteggere la nostra salute, e sono pure buonissime.

Prepariamo la mappa dei NOSTRI prodotti tipici includendo anche le erbe aromatiche, sai che possono sostituire il sale e proteggere il nostro organismo.

Dal Natale alla Festa della Mamma avete già intuito che potete preparare come regalo dei barattolini ovviamente di packaging riutilizzato con le erbe o gli spicchi di frutta essiccata, comporre una bella etichetta creativa, con dedica!



The background features a yellow field with two pieces of torn graph paper. One piece is in the top-left corner, and another is in the bottom-left corner. Two horizontal blue lines are positioned above and below the text.

**Conservare i cibi
per non sprecare**



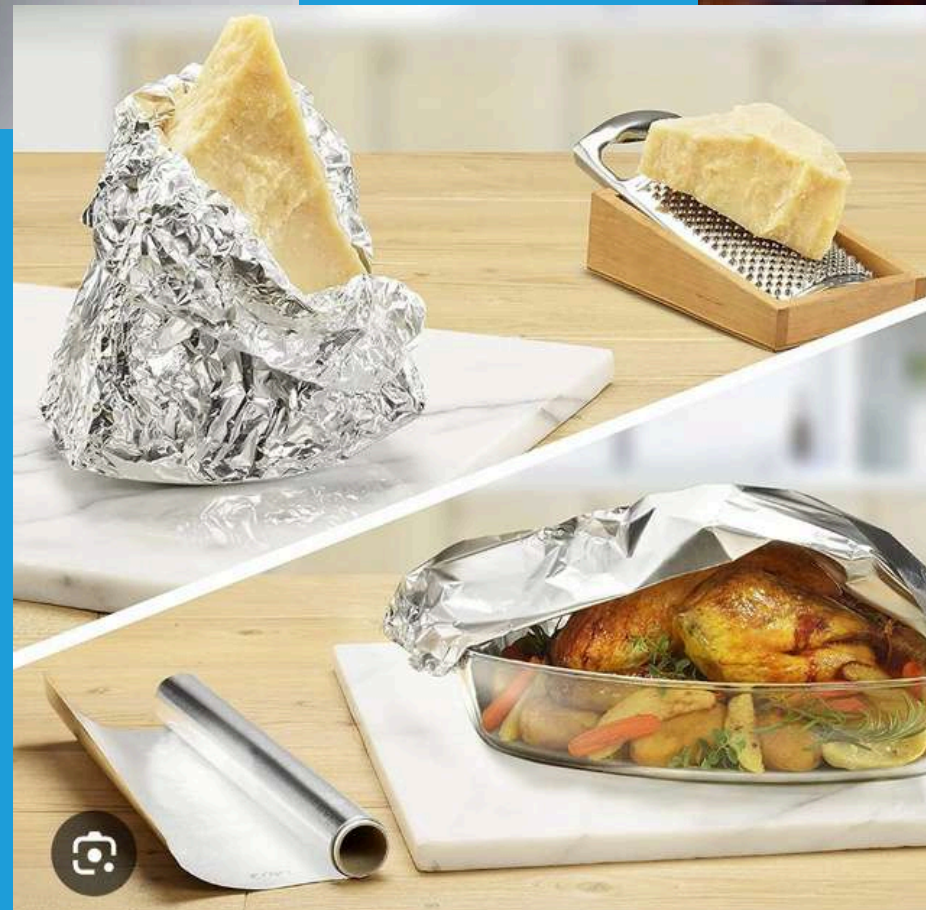
**Da sempre l'uomo, ma anche gli animali, cerca di allungare la vita degli alimenti, si chiama
SHELF - LIFE e deve non solo conservare il cibo, ma anche mantenere le sue proprietà nutrizionali e renderlo sicuro sotto l'aspetto microbiologico.
Impariamo allora a conoscere le tecniche di conservazione e i materiali del packaging adatto agli alimenti.**



**I materiali per conservare i cibi devono prima di tutto
NON trasferire agli alimenti
sostanze indesiderate.**

**Tra le tecniche più sicure e
adatte a tanti alimenti ci
sono la surgelazione,
l'essiccazione, il sottovuoto**





Le materie plastiche
Il vetro
L'alluminio

La carta e cartone
La ceramica
L'acciaio


The background features a light yellow surface with two torn pieces of white paper with a light blue grid pattern. One piece is in the top-left corner, and the other is in the bottom-left corner. Two horizontal blue lines are positioned above and below the main text.

Il laboratorio della nostra ricetta antispreco



**Dolce o salata? Con i
crackers o i biscotti rimasti
nello zaino per esempio...
ma sempre tenendo
presente che in questo
laboratorio vi chiediamo
anche di scegliere bene i
contenitori dove
conservare il cibo che
preparerete ed il metodo
di preparazione della
ricetta per esempio con
impasto a mano o senza
cottura, per risparmiare
energie e risorse.**



The background features a yellow field with two pieces of torn graph paper. One piece is in the top-left corner, and another is in the bottom-left corner. Two horizontal blue lines are positioned near the top and bottom of the yellow area.

E ora...

Ripassiamo e

capiamo come non

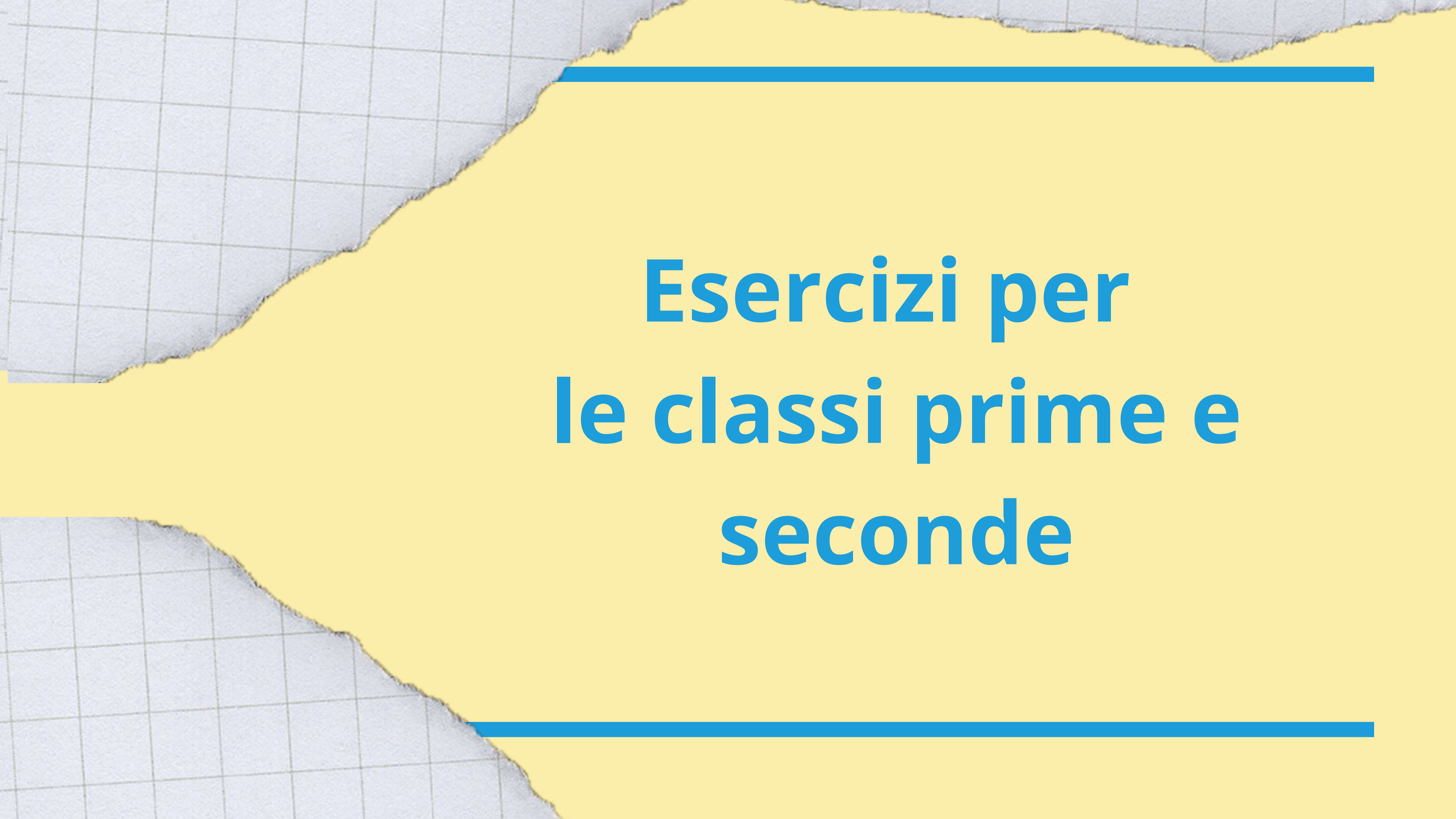
specare!

Perché è importante non sprecare il cibo

*Il cibo è prezioso.
Scarseggia in varie parti del mondo.
Sprecarlo vuol dire non capirne il
valore. Ma come evitare gli sprechi?*



*Con pochi gesti si può fare molto.
Comprando solo quello che serve e
imparando a conservarlo in
maniera corretta, affinché non si
debba buttare.*



Esercizi per le classi prime e seconde

Esercizi per la comprensione del testo classi 1° e 2°

1) Il gioco della spesa intelligente:

- **Materiali:** Carta, colori, riviste vecchie, forbici, colla.
- **Attività:**
 - 1. Chiedi ai bambini di disegnare un cestino della spesa su un foglio di carta.**
 - 2. Fornisci loro delle vecchie riviste e chiedi di ritagliare immagini di cibo.**
 - 3. Ogni bambino dovrà incollare solo gli alimenti che consumerebbe in una settimana senza sprecarli.**
 - 4. Alla fine, discuti con la classe su cosa hanno scelto e perché.**

2) Indovina il cibo

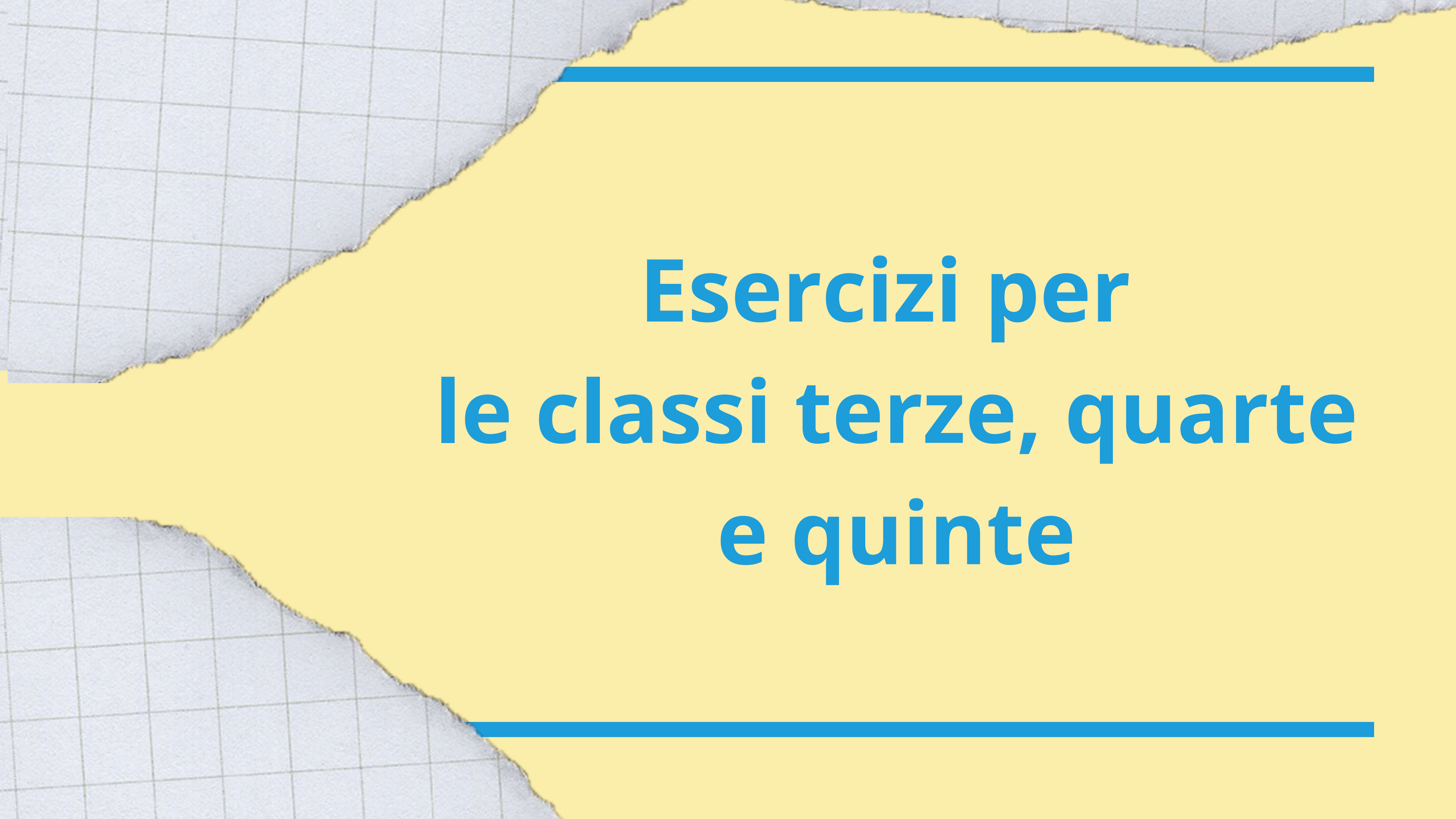
Materiali: Frutti o verdure fresche, un panno per bendare gli occhi.

Attività:

Benda un bambino e fagli toccare, annusare e assaggiare un pezzo di frutta o verdura.

Chiedi di indovinare cosa sta toccando/mangiando.

Discute con la classe sull'importanza di apprezzare ogni alimento e non sprecarlo.

The background features a light yellow surface with a torn paper effect on the left side, revealing a grey grid pattern. Two horizontal blue lines are positioned above and below the text.

Esercizi per le classi terze, quarte e quinte

Esercizi per la comprensione del testo classi 3°, 4°, 5°

Diario del cibo

- **Materiali:** Quaderno, penna/matite.
- **Attività:**
 - a. Chiedi ai bambini di tenere un diario per una settimana in cui annotano tutto il cibo che mangiano.**
 - b. Alla fine della settimana, confronta i diari in classe e discuti su eventualiavanzi o cibo sprecato.**
 - c. Fai domande del tipo: "Cosa avreste potuto fare per evitare di sprecare questo cibo?".**

Creiamo una ricetta anti-spreco

Materiali: Fogli, penne/matite, idee di ricette.

Attività:

Divide i bambini in piccoli gruppi. Ogni gruppo deve inventare una ricetta utilizzandoavanzi di cibo comuni (es. pane rafferma, verdure avanzate).

Una volta che i gruppi hanno creato la loro ricetta, chiedi a ciascuno di presentarla alla classe.

Discussione finale su come usare gliavanzi per creare nuovi piatti gustosi.