Centro di Esperienze Educative

Rifugio Jumarre

PROGETTO IL SAPERE DEI SAPORI

Impariamo da cosa mangiamo, scoprendo come mangiare bene per vivere meglio

La giusta attività fisica ed una sana alimentazione sono due punti fondamentali per la salute di grandi e piccoli. In questo percorso proveremo a giocare sul tema del cibo: cosa mangiamo, come viene prodotto ciò che mangiamo, cosa ci piace e perché. Le attività saranno funzionali a rivolgere l'attenzione dei partecipanti verso scelte mirati in generale al risparmio energetico e in particolare al consumo consapevole in ambito alimentare.

PREMESSA

Il Rifugio Jumarre, negli anni, ha sviluppato una grande attenzione ai pasti che offre (prodotti biologici, di prossimità e di stagione per quanto possibile), ai materiali che acquista (attenzione all'etica dei prodotti), alla pubblicità (poco materiale cartaceo ed in ogni caso tutta carta riciclata a basso impatto off-set) e al consumo energetico (pannelli solari e stufe ad alto rendimento).

Durante il soggiorno vi sarà quindi l'opportunità per gli educatori di proporre esempi di scelte alimentari e di consumi volte allo "sviluppo sostenibile" e alla riduzione dell'impronta ecologica.

La realizzazione di alcuni laboratori specifici ed esperienze dirette, avranno la finalità di far sperimentare agli alunni cibo buono, pulito e sano per un auspicabile miglioramento delle loro abitudini alimentari.

OBIETTIVI

- Suscitare interesse, apprezzamento e responsabilità nei confronti della terra;
- Responsabilizzare su nuovi stili di vita che siano in armonia con il pianeta;
- Comprendere i ritmi del mondo naturale;
- Insegnare a rispettare le varie forme di vita;
- Sperimentare l'autoproduzione del proprio cibo, rigorosamente biologico;
- Creare e aumentare la consapevolezza sul cibo che acquistiamo;
- Individuare soluzioni sostenibili per la nostra alimentazione;

METODOLOGIA

- Laboratori sensoriali (es. gusto);
- Laboratori di autoproduzione;
- Raccolta di erbe spontanee;
- Attività di immersione nella natura;
- Laboratori creativi (creazione pubblicità);
- Rielaborazione e discussione attraverso il “cerchio”;
- Esperienze di vita comune (ad es. condivisione degli spazi, autogestione dei tempi liberi etc);
- Approfondimenti sui concetti ecologici fondamentali;