

Progetto per Bambini delle Elementari

Problema dei bambini: mentre un incontro di un paio d'ore è già sufficiente per la popolazione adulta, anziana o per i teen-agers, in quanto è possibile indurre un interesse per l'alimentazione (per la salute, per la bellezza, per la moda...), perché la cosa riesca in bambini così piccoli è necessario coinvolgerli nel gioco e creare un evento. Propongo questo estratto di progetto per bambini, sapendo che, per attuarlo con pieno successo, occorre una disponibilità non solo mia, ma anche di altre figure professionali e una certa organizzazione. Inoltre qui occorre andare per progetti specifici: olio d'oliva, frutta, verdura, pesce, la colazione, la merenda...

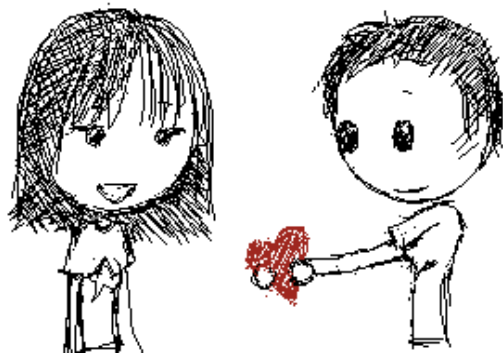
Coinvolgere le maestre

Prima di tutto occorre instaurare un rapporto paritetico con le insegnanti, chi propone l'iniziativa è un esperto, non un capo. Non c'è una gerarchia, ma due professionisti che si confrontano. Uno esprime le informazioni utili ad un corretto approccio alimentare, l'altro i modi e i tempi migliori per veicolare tali informazioni a quel particolare auditorio. Certo che il promotore dell'iniziativa, soprattutto se con molta esperienza, può avere idee molto chiare sia sui modi che sui tempi, ma non può in nessun modo interferire nel pre e post seduta, né può imporre un metodo ritenuto inidoneo alla maestra.



Per ricevere occorre prima dare

Il coinvolgimento è soprattutto un fatto emotivo, quindi non basta far leva sull'aspetto scientifico o pedagogico dell'incontro di educazione alimentare per ottenere subito un'entusiastica partecipazione all'iniziativa. Occorre preparare adeguatamente la partecipazione delle insegnanti. Per molte di loro potrebbe trattarsi dell'ennesima scocciatura, che se non si può proprio evitare che almeno passi in fretta!



Secondo me, un'iniziativa adeguata potrebbe essere un incontro preliminare con solo il personale della scuola, bidelle comprese, in cui si presenta il materiale che verrà illustrato ai bambini, ma in termini scientifici, usando cioè un vocabolario all'altezza della situazione. Il colesterolo è un non-argomento per i bimbi, ma prende molto ad una certa età. Ritengo utile anche distribuire gli atti della seduta di educazione alimentare, in cui, oltre alle *slides* e al programma generale, siano presenti una decina di *abstract* delle principali riviste scientifiche sull'argomento. L'articolo scientifico in inglese non è chiaramente ad uso dei bambini, per cui il messaggio che passa è: *questo è per te insegnante, solo per te, non per i bambini. Qui sto lavorando e ho lavorato per te.*

Coinvolgere i bambini

Senz'altro un valido aiuto sarà reso dalle insegnanti. L'esperienza di chi pratica questo lavoro da tanti anni suggerisce di aver fiducia.



Operazione bambini: fase 1

Nella prima, come al teatro o al cinema, i bambini guardano e ascoltano le slides di introduzione, in cui, per esempio è presentato l'olio, figlio dell'oliva, che deriva da un albero bello e molto resistente e con una storia antica che inizia almeno da Gesù e ancora prima. Dalla favola dell'olivo si giunge in breve tempo alla spremitura delle olive per farne un olio molto buono e che fa bene al cuore di mamma e papà e di tutti i bambini. Le *slides* ai bambini non interessano in quanto informazioni, ma in quanto spettacolo diremmo noi, per loro in quanto fiaba. L'informazione ne viene solo in conseguenza.

Operazione bambini: fase 2

E' senz'altro la più impegnativa e richiede trasporto, passione ed inventiva più che conoscenze. Si tratta di fissare con il gioco e la partecipazione attiva le informazioni teoriche ricevute dalle *slides*. In pratica, da spettatori ora i ragazzi devono fare gli attori. Recitare l'oliva, i suoi fiori, l'albero e il buon olio che ne deriva.

Unire dividendo

È apprezzata dai bimbi la suddivisione della classe in tribù, che crea una competizione gioiosa e rimanda la mente a gesta eroiche, oppure in squadre di cercatori d'oro e così via. Una striscia di stoffa in testa con una penna d'aquila di rigore, una casacca di carta tenuta assieme con una puntatrice e il nome sulla schiena e via all'avventura.



Tra giochi senza frontiere e rischiatutto

Il punteggio (altrimenti che gara è) può essere suddiviso tra prove *pratiche* (chi riesce a mettere più olive in bilico su un legno di traverso, chi porta più olive avanti e indietro tra una cesta raccoglitrice e il punto di raccolta usando un cucchiaino, chi da una certa distanza riesce a far centro infilando in un bussolotto...), e prove *teoriche*, come trovare le migliori qualità dell'olio d'oliva in sapore, odore, colore, salute, crudo, fritto, con il pane, la pasta, le patate, le carote, i fagiolini, tutte le cose dette durante la presentazione (prima fase) o raccontate dalla maestra nei giorni precedenti.



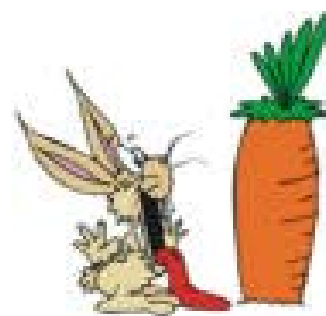
Operazione bambini: fase 3

Potendo organizzare una degustazione, il tutto finirebbe in gloria. Ma qui l'impegno si fa maggiore. Per alcuni alimenti ci potrebbe essere bisogno di uno sponsor che procuri le cibarie, oppure se la scuola non dispone di una cucina si potrebbero coinvolgere i genitori disponibili ed allestire il necessario magari in un centro parrocchiale (di solito sono ben attrezzati), o in una casa privata sfruttando un bel giardino ed il sole mariano. Soprattutto occorre organizzare la continuità della proposta!



Abbuffata educativa

Le cose migliori da provare sono i frutti tipici di ogni stagione, magari come gelato e frutta o macedonia, le verdure cotte si possono introdurre con la scusa di assaggiare l'olio (patate, carote, zucchini, fagiolini), quelle crude in abbinamento alla frutta. È opportuno evitare di esercitare pressioni sui loro gusti, quel che si ottiene dal gioco e dall'emulazione deve essere considerato sufficiente. Il troppo storpia anche qui. Ecco, magari è consigliabile scegliere un'ora adeguata per la degustazione. La fame condisce comunque meglio del miglior aceto balsamico!



Coinvolgere i genitori

È un altro scoglio notevole. Presi da mille impegni è difficile mettere su un numero sufficiente di partecipanti: lavorano spesso entrambi tutto il giorno (perché per noi è lavoro, ma per loro è un *in più*), se avanza un'ora c'è l'ICI da pagare, il bimbo da portare dal pediatra piuttosto che a nuoto o a inglese o a musica, l'automobile da riparare, la spesa, la bolletta, la lampadina fulminata, l'erba in giardino è oramai alta due metri e la barba è ancora da fare mentre la suocera continua ad assillare incessantemente. Una volta messa in piedi la cena, poi alla sera del lunedì c'è film alla TV, il martedì la lavatrice e il ferro da stiro, il mercoledì la piscina, il giovedì la palestra, il venerdì gli amici, il sabato la pizza e la domenica...



È opportuno, quindi, incentrare il tutto in un'unica serata di due ore o poco più, ma molto ben condotta e preparata. La sensibilizzazione può avvenire coinvolgendo i bambini e le maestre, sia verbalmente che con volantini. Il "piccolo spettacolo" offerto dalla presentazione multimediale dovrebbe fare il resto. Se la manifestazione riesce, cioè se i genitori richiedono un'altra serata, nulla vieta di ripetere l'esperienza a fine anno.

Volendo allargarci...

Invero un metodo c'è, ma presuppone l'utilizzo di uno sponsor tecnico e...alla rinuncia del *nostro* riposo settimanale. Organizziamo un visita guidata nel settore alimentare in obiettivo: un oleificio dei colli la domenica pomeriggio verso le ore 16:00, con tanto di assaggio gastronomico e bottiglietta ricordo di extravergine spremuto a freddo omaggio. Un volantino illustrativo A4 ai bambini da portare a casa e una trentina di A3 da affiggere nei negozi del quartiere, magari un articolo sul *Mattino* ed il gioco è fatto.

Infatti, se il divertimento funziona con i bambini perché mai non dovrebbe funzionare con gli adulti? Basta solo trovare quello giusto per l'età! Gratis + Gita. Al bambino cresciutello, di domenica pomeriggio non occorre altro. Lo sponsor si fa una pubblicità mica da poco e il messaggio, fissato dall'esperienza, comincerà a far parte del bagaglio culturale.

Ricordo quanto più sopra sottolineato: **occorre la continuità della proposta.** Abituati i bambini a consumare frutta o un panino al posto del cibo spazzatura, non si può dal giorno dopo fargli ritrovare unicamente merendine e aranciate nei distributori automatici!



Cordialmente