



ISTRUZIONI PER L'INSEGNANTE

La scheda didattica

Secondo la FAO, oltre un terzo del cibo prodotto ogni anno per il consumo umano, cioè circa 1,3 miliardi di tonnellate, va perduto o sprecato: un fenomeno che pone grossi interrogativi, anche alla luce della disparità tra chi di cibo non ne ha a sufficienza e chi ne ha troppo. Molte sono le cause di questo spreco, alcune sono riferite ai momenti della produzione e della distribuzione, ma una grossa importanza rivestono anche le cattive abitudini domestiche: una conservazione inadeguata dei prodotti, il mancato controllo delle date di scadenza, e anche gli acquisti eccessivi, complici le promozioni che spingono a comprare più cibo del necessario.

Per ridurre il gravissimo fenomeno dello spreco alimentare occorre per prima cosa ridare valore al cibo, un obiettivo fondamentale nell'ambito di un'efficace educazione alimentare e ambientale. Per questo motivo il percorso della scheda parte proprio dalla valorizzazione della produzione alimentare, per portare poi la riflessione a livello personale e condurre lo studente a interrogarsi sul contributo che può dare nella lotta allo spreco. Un'attenzione particolare si è data anche nel mettere l'accento sulla differenza che esiste tra rifiuto e risorsa, collocando la problematica dello spreco alimentare in un contesto più ampio che coinvolge anche l'ambiente.

Attività 1 - Il cibo: non una merce qualsiasi

La prima caratteristica che differenzia il cibo da qualsiasi altra merce è il livello di intimità che realizza con il nostro essere nel momento del consumo: siamo ciò che mangiamo. Peraltro il valore del cibo non si limita a questo, ma comprende anche la considerazione dell'enorme contributo di lavoro umano necessario alla sua produzione. La prima attività di questa scheda vuole proprio enfatizzare questo aspetto, che emergerà in modo imponente, anche visivamente, dalla rete dei numerosi diagrammi a blocchi rappresentativi delle diverse filiere. L'attività potrà poi essere ulteriormente ampliata indagando e analizzando, sotto la guida dell'insegnante, quelle fasi produttive che più di altre possono dar luogo a sprechi o eventualmente rivelarsi come possibili risorse.

È un triste paradosso: nel mondo in cui viviamo ci sono intere popolazioni che non hanno "accesso al cibo" e molte altre che hanno "eccesso di cibo"... e lo sprecano! Come se fosse qualcosa di scarso valore e non un elemento essenziale per la nostra vita, la cui produzione è il frutto del lavoro di molti e ha grossa influenza sull'organizzazione della società e sull'ambiente. Ecco allora che il primo passo per combattere lo spreco è imparare a rispettare il cibo e riconoscerne il valore.

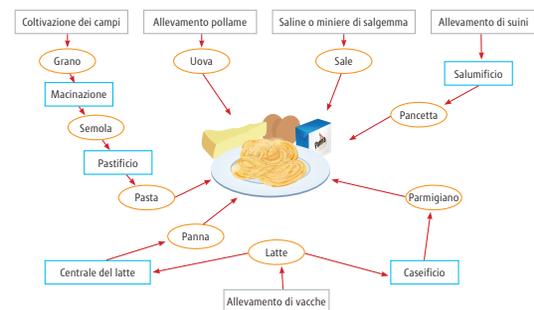
Il cibo: non una merce qualsiasi

Ti proponiamo di preparare un cartellone con la "mappa" delle filiere riferite al piatto che preferisci (l'esempio della pasta alla carbonara riportato qui sotto ha solo carattere indicativo):

- 1) Decidi quale piatto vuoi "mappare" e procuratene la ricetta.
- 2) Per ogni ingrediente, risalì alle materie prime di partenza necessarie per ottenerlo e compila un diagramma a blocchi con tutte le fasi necessarie per la sua produzione.
- 3) Ricerca immagini delle materie prime, degli ingredienti e di alcuni passaggi di lavorazione.
- 4) Organizza il materiale su un cartellone ponendo al centro il piatto finito, verso il quale convergono gli ingredienti, indicando per ciascuno il relativo percorso produttivo.
- 5) Arricchisci il cartellone con le immagini che hai raccolto.

Osserva il lavoro finito: non ti colpisce la quantità di persone, lavoro e risorse che si nasconde dietro a ciò che porti in tavola?

Pasta alla carbonara
 Ingredienti: pasta, uova, pancetta, panna, parmigiano.





ISTRUZIONI PER L'INSEGNANTE

Attività 2 - Quanto si spreca in mensa?

Coinvolgere direttamente gli studenti nella misurazione degli scarti in mensa è un'occasione imperdibile per sensibilizzarli sul problema dello spreco alimentare e responsabilizzarli sulla sua presa in carico. Il passo successivo alla raccolta e all'analisi dei dati, potrà infatti essere quello di coinvolgere gli studenti nell'ipotizzare delle soluzioni e mettere in pratica una serie di azioni atte a ridurre e contrastare lo spreco in mensa.

Attività 3 - A caccia dello spreco in casa... leggere l'etichetta

La costruzione del cammino antispreco intrapreso con le attività precedenti approda in un'attività che vuole coinvolgere anche la realtà domestica: ambito in cui è possibile attuare una serie di attenzioni quotidiane volte a ridurre gli sprechi di cibo. L'attività proposta sarebbe idealmente da svolgere insieme agli adulti che in casa si occupano degli acquisti e della gestione delle scorte alimentari. È imbarazzante e triste al tempo stesso, infatti, che una percentuale significativa del cibo che viene acquistato finisca in pattumiera direttamente senza nemmeno aver aperto le confezioni, perché decorrono i tempi utili per il suo consumo.

Quanto si spreca in mensa?

Troppo! Decisamente. E per rendersene conto è sufficiente fare un'indagine utilizzando per una settimana un semplice strumento di rilevazione degli scarti: una scheda realizzata sul modello di quella riportata qui a fianco. Puoi usare la "Scheda sondaggio" scaricabile dal sito.

La scheda riporta schematicamente le portate che tipicamente compongono il pranzo. Per valutare gli scarti come differenza tra il totale distribuito e ciò che viene effettivamente consumato, è sufficiente che per ogni portata ognuno colori la porzione di piatto che ha effettivamente mangiato.

Passata una settimana tabulate i dati e discutateli: quali sono le portate meno gradite? Qual è lo scarto medio per ciascun tipo di portata? Cosa si potrebbe fare per migliorare la situazione?..

NOME _____ DATA _____

Primo

Secondo

Verdura

Pane

Frutta

A caccia dello spreco in casa... leggere l'etichetta

Per limitare lo spreco di cibo è particolarmente importante comperarne quanto ne serve effettivamente. A volte infatti lo si getta semplicemente perché non è stato consumato entro i termini di scadenza. Verifica se capita anche a casa tua: controlla la dispensa e il frigo e compila la tabella qui sotto segnando tutto ciò che trovi di "scaduto", distinguendo tra ciò che è da buttare perché riporta una data di scadenza perentoria, e ciò che potrebbe essere ancora buono da consumare perché riporta il termine minimo di conservazione (TMC), lo riconosci per la presenza della parola "preferibilmente" prima della data.

	COSA HO TROVATO	DATA DI SCADENZA	TMC
In dispensa			
In frigorifero			



ISTRUZIONI PER L'INSEGNANTE

Attività 4 - Il compost: da rifiuto a risorsa

Il percorso si chiude con una proposta che vuole sottolineare la differenza che esiste tra spreco, scarto, rifiuto e risorsa. Gli studenti vengono infatti coinvolti in un'attività pratica che vuole proprio dimostrare come anche un rifiuto alimentare possa in realtà trasformarsi in una risorsa per l'ambiente e quindi per l'uomo.

L'attività può essere ulteriormente allargata anche a quelle forme di riciclo legate agli scarti alimentari prima delle preparazioni (bucce di patata, foglie di cavolfiori, scarti dei finocchi...), interessando gli studenti alla ricerca in internet di ricette e libri a riguardo.

Ho imparato che

La scheda si conclude con uno spazio destinato alla metacognizione nel quale, attraverso la discussione sul lavoro fatto in classe, si evidenziano le nuove acquisizioni funzionali a migliorare la conoscenza e il rapporto con il cibo.

Il compost: da rifiuto a risorsa

Il compost è una sorta di fertilizzante naturale e la sua produzione è un buon esempio di come si possano riciclare gli avanzi vegetali di cucina. Puoi produrlo nel giardino della scuola e utilizzarlo anche come terriccio per piante da appartamento.

- 1) Scegli un angolo del giardino, sufficientemente spazioso e ben delimitato, in una zona in penombra, al sicuro dalle gelate e con la possibilità di prelievo d'acqua.
- 2) Costruisci un cumulo di materiale dandogli una forma di prisma trapezoidale seguendo questo ordine:
 - un primo strato di rami tagliati spesso 20 cm
 - un secondo strato con i resti vegetali della mensa per altri 20 cm (innaffia moderatamente)
 - un terzo strato leggero, di terra (3/4 cm di spessore)Ripeti l'operazione fino a raggiungere il volume di circa un metro cubo.
- 3) Esegui le operazioni di manutenzione.
Dopo 3-4 giorni l'azione dei microbi causerà un aumento della temperatura (al centro del cumulo si possono raggiungere 60-70°C).
Dopo 15-20 giorni, quando comincerà a diminuire, si potrà effettuare un rimescolamento del mucchio per estendere in modo omogeneo i processi in atto. Va tenuta sotto controllo anche l'umidità: è sufficiente prendere una manciata di materiale e strizzarla, se la mano resta umida tutto procede per il meglio, se rimane asciutta il materiale va moderatamente annaffiato, se cola del liquido si deve intervenire coprendo il cumulo, nei periodi piovosi, con un telo impermeabile o rimescolandolo per aumentare l'aerazione e l'evaporazione.
- 4) Lascia attivo il cumulo per questi tempi, a seconda di quello che vuoi ottenere:
 - 2-3 mesi per il compost fresco. I resti organici presentano una colorazione marrone, omogenea e sono riconoscibili. Fornisce un alto contenuto di sostanze nutritive alle piante, ma è sconsigliato per la semina;
 - 4-8 mesi per il compost pronto. Il materiale ha raggiunto tinte più scure ed è più omogeneo per l'azione di bioriduttori come i lombrichi. Ottimo come fertilizzante;
 - 12-20 mesi per il compost maturo.
La sostanza organica è perfettamente stabilizzata, molto omogenea e può essere usata come terriccio al posto della torba.



Ho imparato che...

Prova a riflettere e a discutere con i compagni e l'insegnante. Cosa hai imparato che prima non sapevi?

