



Consapevol-MENTE: attività su corretti stili di vita, salute e ricerca

Fondazione Golinelli e AIRC dedicano una settimana di incontri, attività interattive e workshop sui temi delle scoperte scientifiche e tecnologiche, della prevenzione, della ricerca oncologica e della corretta informazione. Da lunedì 25 febbraio a venerdì 1 marzo 2019, dalle ore 9 alle ore 16: attività didattiche gratuite per scuole di ogni ordine e grado.

Le attività sono gratuite grazie al contributo di Marino e Paola Golinelli.

PROPOSTE DIDATTICHE

Infanzia e primo anno primaria

ASSAGGI DI STAGIONE

durata 1h30'

Un percorso sensoriale attraverso cui il bambino viene introdotto al mondo del cibo: Perché mangiamo? Quale viaggio fa il cibo all'interno del nostro corpo? Ogni stagione ha i suoi frutti? Attraverso la sperimentazione i partecipanti scoprono i principi di base per una corretta e sana alimentazione.

Infanzia e primo anno primaria

ENERGIA IN MOVIMENTO

durata 1h30'

Correndo, giocando, saltando i bambini consumano molte energie, ma non solo! Anche dormendo, mangiando o digerendo il loro organismo ha bisogno di risorse. Da dove proviene l'energia che utilizza il corpo? A cosa serve? Attività diverse ne richiedono quantità differenti? Scoprendo che anche organi interni come cuore, polmoni, muscoli e stomaco utilizzano energia, i partecipanti si avvicinano al concetto di metabolismo basale. I temi proposti vengono esplorati attraverso percorsi sensoriali, motori e ludici.

Primaria di primo e secondo ciclo (dalla seconda)

ALLA SCOPERTA DEL CIBO

durata 2h

In età scolare si impostano e si consolidano le abitudini alimentari che accompagneranno il bambino per tutta la vita. Educare ad una corretta ed equilibrata alimentazione non significa addestrare i bambini, ma accompagnarli nella conquista di un atteggiamento consapevole e necessariamente personalizzato nei confronti del cibo. Sfruttando l'innata curiosità dei bambini è possibile trasmettere informazioni: semplici esperimenti portano il bambino a scoprire alcune interessanti proprietà del cibo che gli permettono di capire, di scegliere, di trovare la propria strada e il proprio benessere a tavola.

Primaria di primo e secondo ciclo (dalla seconda)

SCOPRENDO LE SPEZIE

durata 2h

Profumi avvolgenti, sapori intensi, aromi capaci di condurre la nostra fantasia in luoghi esotici e lontani. Durante il laboratorio i partecipanti attivano tutti i loro sensi, scoprendo e analizzando una grande varietà di spezie colorate e profumate. Lo stereomicroscopio permette di cogliere particolari non visibili ad occhio nudo. Le attività proposte svelano inoltre le numerose proprietà benefiche attribuite alle spezie.



Secondaria di primo grado **MANGIARE IN EQUILIBRIO**

durata 2h

Mangiare è un gesto naturale e istintivo, ma conosciamo realmente quello che ogni giorno troviamo sulle nostre tavole? Attraverso attività interattive i ragazzi sono guidati in un viaggio alla scoperta del cibo e stimolati a riflettere sul ruolo che l'alimentazione ha sulla loro salute e su quella dell'ambiente. Dalla piramide alimentare alla piramide ecologica, si conducono i ragazzi a comprendere qual è il "costo ambientale" relativo alla produzione di cibo. Il percorso fornisce, inoltre, una serie di spunti per consentire una scelta consapevole degli alimenti e orientata alla qualità e all'eco-sostenibilità.

Secondaria di secondo grado **LE SOFISTICAZIONI ALIMENTARI: IL CASO DEI SOLFITI**

durata 2h

Cibo sicuro e per tutti, come? Come fanno i ricercatori a capire se ciò che mangiamo a casa, a scuola, al ristorante e in mensa sia un prodotto sicuro? Come vengono condotte le analisi necessarie per valutare eventuali rischi, per la salute del consumatore, dovuti ai cibi che si stanno consumando? Il laboratorio ha l'obiettivo di far eseguire agli studenti una delle procedure utilizzate dalle aziende nel controllo di qualità di alcuni alimenti che contengono solfiti, come il vino.

Secondaria di primo e secondo grado **CambiaMente!**

durata 1h30'

Laboratorio sulle fake news/giornalismo scientifico per scuole medie e superiori
a cura AIRC

Dubbi, domande e perplessità: come capire quali informazioni sono davvero attendibili nell'epoca di internet? Siamo ogni giorno bombardati da news che sbucano da ogni angolo del web. Scie chimiche, alieni, terrapiattisti ma non solo: queste sono solo alcune delle storie fasulle diffuse in internet e che stanno prendendo sempre più piede, ma che purtroppo non hanno alcun fondamento scientifico. Per il benessere della vita di tutti i giorni, poco importa in fondo se gli alieni esistono o meno, quando si tratta della nostra salute però, le cose si fanno più serie.

La dieta alcalina cura il cancro? Quale cibo fa davvero bene alla nostra salute e quale è meglio limitare? Il deodorante è cancerogeno? E il borotalco? Queste sono solo alcune delle domande a cui cercheremo di dare una risposta chiedendo aiuto al metodo scientifico.

Grazie ad un laboratorio interattivo ed esperienziale gli studenti imparano a capire quali fonti sono attendibili e quali no, acquisendo strumenti di giudizio da utilizzare nella vita di tutti i giorni.