



▲ Ciak si sperimenta!

Prove di regia per divertenti menù

di Mariangela Simoncini

Un percorso interessante per coinvolgere le famiglie e **trovarsi a parlare di bambini, crescita e relazioni in un contesto nuovo**. È il corso di cucina per genitori "Che c'è di buono a cena" organizzato dalle scuole dell'infanzia di Susà e di Ischia del Circolo di Coordinamento "Alta Valsugana", che grazie alla **preziosa disponibilità dei cuochi** delle due scuole ha coinvolto mamme, papà e anche nonne che hanno potuto confrontarsi sui temi dell'educazione alimentare. Esso ha avuto, infatti, come obiettivo quello di offrire elementi teorici sugli abbinamenti delle pietanze offrendo indicazioni pratiche sul confezionamento di pasti completi.

L'iniziativa si è rivelata un successo. Da una timida proposta fatta alle scuole i corsi sono diventati quattro, per quattro incontri ciascuno per un totale di sedici serate trascorse piacevolmente a parlare di bambini e di alimentazione, cucinando e assaggiando i gustosi menù proposti dai cuochi esperti delle scuole, Carmen e Maurizio. Non solo parole, quindi, ma anche l'esperienza di veder realizzare e poter assaggiare.

Il corso si è collocato all'interno dei **percorsi di sostegno alla genitorialità da tempo organizzati dalla Federazione provinciale Scuole materne di Trento**, nella convinzione che incontrarsi tra famiglie per affrontare insieme tematiche educative aiuti i genitori ad aprirsi e a confrontarsi.

All'interno delle quattro serate sono stati proposti **menù completi e semplici** allo stesso tempo,



esperienze
e
progetti



ALCUNI DATI

- 4 corsi
- 4 incontri ciascuno
- 16 incontri complessivi
- 32 ore totali
- 48 genitori coinvolti

UNA RICETTA PER PROVARE ►

TORTINO AL CIOCCOLATO CON YOGURT



prestando **attenzione a valorizzare differenti gusti personali, puntando alla varietà** dei sapori, dei colori e dei modi di presentare i cibi.

Da alcuni dati di ricerca raccolti negli ultimi anni dalla Provincia Autonoma di Trento, il 99% dei bambini che frequentano la scuola dell'infanzia usufruisce del servizio di mensa scolastica.

L'Organizzazione Mondiale della Sanità ha ampiamente riconosciuto e confermato che per un buono stato di salute e benessere è fondamentale per il bambino un'alimentazione sana ed equilibrata.

Il pasto alla scuola dell'infanzia rappresenta inoltre per ogni bambino anche un momento con **forte valenza simbolica**. L'alimentazione in genere è una funzione essenziale per tutto l'arco dell'esistenza e per il bambino è una delle funzioni principali. Mangiare a scuola è un'importante occasione per offrire al bambino l'opportunità di crescere in autonomia, non tanto sul piano fisico quanto su quello psichico. Per queste ragioni la scuola accoglie il bambino al momento del pranzo con **gratualità e completa condivisione con la famiglia** e l'organizzazione di questo percorso con i genitori ha permesso di consolidare maggiormente le relazioni tra la scuola e il mondo familiare dei bambini.



Ingredienti

- 200 gr. di cioccolato fondente amaro
- 250 gr. zucchero
- 6 uova
- 100 gr. fecola
- 8 cucchiaini di latte
- 3 cucchiaini di yogurt naturale

Procedimento

Sciogliere il cioccolato nel latte a bagnomaria, amalgamare i rossi d'uovo con 1/3 dello zucchero. Aggiungere la bustina di vaniglia, unire la fecola e il cacao sciolto, le chiare montate a neve con i 2/3 dello zucchero.

Riempire a $\frac{3}{4}$ degli stampini di alluminio mono porzione in precedenza oleati e infarinati. Cuocere a 180° per 7-8 minuti. Disporre il tortino nel piatto accompagnandolo con 2-3 cucchiaini di yogurt.



Che c'è di buono a cena?

Dai profumati e saporiti piatti sperimentati durante il corso è nato il ricettario ricco di suggerimenti per rinnovare i pasti in famiglia, con molte idee per conquistare i bambini. Idee sia per utilizzare nuovi ingredienti e nuovi abbinamenti di cibi, sia per presentare le portate in modo creativo. È possibile richiedere il ricettario completo alle scuole equiparate dell'infanzia di Ischia e di Susà.



La parola ai genitori

"Una cosa semplice è diventata una cosa SPECIALE!"

"Sono state quattro piacevoli serate e i cuochi due persone carinissime. Complimenti!"

"Una bellissima esperienza. L'organizzazione perfetta. Molto disponibili i cuochi. Sicuramente da ripetere anche in futuro, in generale per tutti i genitori."

"Grazie per averci dato la possibilità di incontrarci, stare insieme socializzando in una forma diversa attraverso un "corso". Piacevole trovarsi a parlare dei figli in un modo diverso..."

"È stata una bella esperienza. Mi sono trovata bene insieme a questo gruppo di mamme simpatiche e interessate alla vita della scuola materna. Grazie ai cuochi e alle organizzatrici."