

COMUNICATO STAMPA

“E’ tutto apparecchiato, per il cuore e per il palato”

Nel 2018 prosegue “Cuore di Zuppa” il progetto milanese di educazione alimentare per bambini, ragazzi, scuole e famiglie, con particolare attenzione alla salute della mente e alle emozioni che la nutrizione suscita in noi

Con il 2018, la tavola imbandita dal progetto “Cuore di Zuppa” si arricchisce di nuovi ingredienti: le iniziative, realizzate da una cordata di *partner* e co-finanziate dal Comune di Milano *ex lege* 285 (Piano VI Infanzia e Adolescenza), si insaporiscono di cura e riguardo per le emozioni suscitate nei minori dalla nutrizione e dalle abitudini alimentari.

La chat psicologica attiva tutti i pomeriggi feriali su www.cuoredizuppa.it, curata da liberaMente Onlus, che nel 2017 ha generato 7 prese in carico tra consulenze e terapie *de visu*, esce dai confini digitali: tutti i lunedì pomeriggio, dalle ore 16.30 alle ore 18.30, nasce un presidio dedicato presso la Casa Pediatrica della convenzionata Azienda SocioSanitaria Fatebenefratelli-Sacco (ingresso via Fatebenesorelle 12), un luogo di ascolto e consulto psicologico per quanti riscontrano nel minore un disagio che si ripercuote sulla nutrizione. Anche gli *workshop* per le comunità scolastiche (scuole primarie e secondarie di I grado), incontri interattivi curati da Cuore e Parole Onlus e finalizzati alla diffusione della conoscenza e della cultura della salute, valorizzano la sfera psicologica, mettendo in campo un nuovo strumento visivo per bambini e per ragazzi: la “piramide delle emozioni” gioca *in tandem* con quella transculturale alimentare prodotta e veicolata dalla Società Italiana di Pediatria. Sentimenti e stati d’animo vengono analizzati e compresi insieme agli alimenti e alle loro proprietà nutritive, diffondendo consapevolezza del sé dal punto di vista sia delle personali abitudini alimentari e motorie sia delle variazioni del proprio stato d’animo e della frequenza con cui questo si modifica verso una dimensione di benessere o di malessere: come si genera attenzione su “come mangio” mediante la piramide alimentare, così si promuove un *focus* su “come sento” con la piramide delle emozioni. Gli spunti suggeriti dagli operatori di Cuore e Parole alle scolaresche mirano anche ad incentivare la partecipazione ad un *contest* creativo: il bando di selezione di scrittura, arti visive e multimediali targato “Cuore di Zuppa”, con la relativa Dispensa-Laboratorio di supporto ai docenti, mette all’opera la fantasia di alunni e studenti con la finalità di generare e condividere “ricette del benessere” con tutto l’universo educativo della città milanese.

L’attenzione all’altro e alla relazionalità, anche a tavola, è garantita dai percorsi interculturali per le scuole condotti dagli operatori di Farsi Prossimo Onlus, impegnati nella valorizzazione del multiculturalismo anche attraverso la conoscenza delle abitudini alimentari altre dalle nostre, portate nel nostro territorio dai compagni di classe provenienti da altri Paesi e contesti. Nelle varie municipalità, per le famiglie è altresì attivo un calendario di laboratori di cucine dal mondo con le stesse finalità integrative.

Sempre nella logica del superamento delle barriere tra pari, oltre che con l’obiettivo di promuovere l’esercizio sportivo e motorio ai fini del benessere, il progetto mette a disposizione fino a 60 campi sportivi organizzati da Società Canottieri nell’estate 2018 o offerti a quei bambini e ragazzi individuati dai Servizi Territoriali che non hanno la possibilità di trascorrere le vacanze estive fuori città né di praticare attività fisica all’aria aperta.

Tutte le informazioni e gli aggiornamenti, oltre ai canali di adesione e iscrizione per le scuole, sono disponibili sul sito www.cuoredizuppa.it, curato da Fondazione Politecnico di Milano.

Approfondimenti:

Andrea Petreni | a.petreni@cuoreparole.org

Ufficio Stampa

Gianluca Mattei | 3486573690 | glcmattei@gmail.com