

PERCORSO
SCUOLE SUPERIORI
TRIENNIO



SAPORI DI INCONTRO

QUANDO IL GUSTO SI UNISCE AL DONO

INDICE

INTRODUZIONE	pag. 3
INCONTRO 1 - riconoscere	pag. 5
Attività 1	pag. 5
Attività 2.....	pag. 6
INCONTRO 2 - interpretare	pag. 8
Attività 1	pag. 8
Attività 2	pag. 8-9
Attività 3	pag. 11
INCONTRO 3 - scegliere	pag. 13
Attività 1	pag. 14
Attività 2	pag. 16
Attività 3	pag. 17
Attività 4	pag. 18
Attività 5	pag. 19
MATERIALE AGGIUNTIVO	pag. 20

INTRODUZIONE

Questo progetto nasce dal desiderio di Caritas di approfondire insieme agli studenti delle scuole una tematica sempre attuale e di primaria importanza: quella della fame nel mondo e dello spreco alimentare.

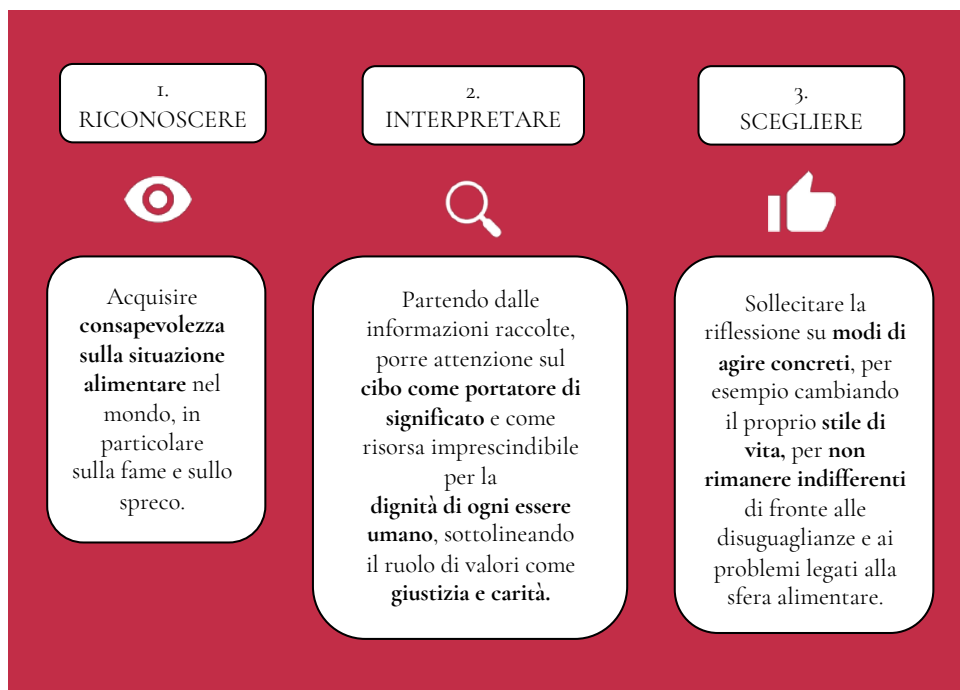
Nonostante un primo avvicinamento degli studenti alla questione avvenga già da diversi anni con l'iniziativa del *Donacibo*, abbiamo pensato di creare un percorso che possa integrarsi a questa e accompagnare gli studenti verso una riflessione sull'insicurezza alimentare nel mondo e una maggiore consapevolezza nell'agire.

Dedicando più tempo e attenzione a questa dimensione formativa pensiamo che si possa valorizzare meglio questo gesto di raccolta degli alimenti nelle scuole. Inoltre, questa può anche rivelarsi l'occasione per stimolare gli studenti ad impegnarsi attivamente nel loro piccolo per cambiare le cose: trovare una soluzione alla fame del mondo spetta sicuramente alle grandi organizzazioni e iniziative internazionali, ma ciascuno di noi può fare la propria parte per non lasciarsi "*contagiare dall'indifferenza*", come dice Papa Francesco.

Oltre alla sensibilizzazione su questi temi della fame e dello spreco alimentare e alla riflessione su come contrastarli, l'obiettivo finale del progetto è quello di sottolineare come il vero aiuto passi sempre attraverso l'incontro con l'altro. Solamente ascoltandolo e scoprendo la sua storia gli si può offrire un aiuto sincero e orientato veramente al suo bene.

Da qui nasce il titolo del progetto "*Sapori di incontro*", che richiama il gusto unico della relazione con l'altro e il ruolo del cibo nel garantirgli quella dignità che ha in quanto essere umano.

Il percorso è strutturato su tre parole chiave - riconoscere, interpretare, scegliere - che rappresentano i tre stadi di confronto degli studenti con le tematiche trattate. Nello schema sottostante sono riassunti i punti principali toccati da queste tre parole.



Ci auguriamo che questo progetto possa essere una valida risorsa nell'accompagnare i propri studenti verso un'accresciuta sensibilità nei confronti del problema dell'insicurezza alimentare nel mondo e verso un'apertura al dialogo con l'altro.

Luca, Umberto e Gabriella

INCONTRO 1

Parola chiave:



RICONOSCERE

Questa prima ora di lavoro è focalizzata sull'acquisire consapevolezza rispetto alla situazione alimentare mondiale attraverso il supporto di dati, in particolare relativi a fame e spreco.

Attività 1	«Se andassi su un'isola deserta...»
Tempistiche	15 min
Materiali	-
Descrizione	L'attività consiste nel rivolgere agli studenti la seguente domanda: «Se dovessi andare su un'isola deserta, quali alimenti/cibi porteresti con te? Nominane 3».

Spunti di riflessione

- La dinamica che potrebbe emergere è che gli studenti scelgano cibi gustosi e buoni al palato, ma non adatti a una lunga sopravvivenza sull'isola. Al contrario, altri potrebbero invece optare per alimenti più longevi – o che si potrebbero addirittura piantare e coltivare – in modo da sopravvivere.

La domanda chiave è:

C'è differenza tra:

- *ciò che viene messo in moto dentro di noi quando gustiamo un sapore buono e piacevole;*
- *ciò che invece ingeriremmo semplicemente per sopravvivere?*

Attività 2	Quiz – Fame e spreco nel mondo
Tempistiche	35/40 min
Materiali	<p>A seconda delle modalità:</p> <ol style="list-style-type: none"> Computer; connessione a Internet; LIM (o proiettore); smartphones degli alunni. Computer; LIM (o proiettore o televisore). Fotocopie del quiz <p>Inoltre, viene fornita una guida (allegato M01) che spiega i passaggi da fare per utilizzare il quiz online.</p>
Descrizione	<p>È disponibile un quiz per approcciare in maniera interattiva la discussione sulla fame e lo spreco nel mondo.</p> <p>Il quiz si compone di:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 6 domande a risposta multipla e 2 aperte; - slides informative e di supporto alla spiegazione. <p>Suggeriamo 3 modalità differenti per svolgere il quiz:</p> <ol style="list-style-type: none"> Collegarsi da computer-LIM al link indicato e avviare il quiz. Far collegare gli studenti coi loro smartphones, in modo che possano utilizzare il dispositivo per rispondere alle domande – come se fosse un telecomando con 4 bottoni di risposta. Fatto questo, lanciare il quiz. Utilizzare il file powerpoint A03 (o pdf A02) del quiz proiettandolo, senza ausilio dello smartphone da parte dei ragazzi. Per rispondere alle domande, gli studenti possono votare per alzata di mano. Stampare copie cartacee del quiz (allegato A01) e farlo svolgere ai ragazzi singolarmente o a gruppi.

Link per il quiz online:



https://quizizz.com/admin/presentation/631859fe6d3abb001ea39bad?source=lesson_share

Spunti di riflessione

- Sviluppare uno sguardo più completo e realistico sul mondo.
- Identificare la visione di partenza dei ragazzi e le loro conoscenze pregresse su questo tema.
- Attraverso dati e percentuali, comprendere quanto siano incisive le problematiche della fame e dello spreco alimentare.
- Acquisire una terminologia più specifica per quanto riguarda questi argomenti.
- Riflettere sull'ingiustizia di fondo nel sistema di produzione alimentare mondiale, che si rispecchia nella mancata equità di accesso alle risorse.

Sitografia utilizzata per il quiz

- Fame nel mondo:
<https://it.wfp.org/comunicati-stampa/rapporto-delle-nazioni-unite-cresce-il-numero-di-quant-hanno-fame-nel-mondo-828>
- Spreco nel mondo:
https://www.ansa.it/canale_terraegusto/notizie/istituzioni/2021/03/04/spreco-alimentare-viene-gettato-il-17-di-cibo-del-mondo_a16d306c-b816-473f-9aea-2f76d55a1c39.html
- Fame in Italia:
https://www.istat.it/it/files/2022/06/Report_Poverta_2021_14-06.pdf
- Spreco in Italia:
<https://www.sprecozero.it/waste-watcher/>

INCONTRO 2

Parola chiave:



INTERPRETARE

Alla luce delle informazioni raccolte nello scorso incontro, portiamo ora l'attenzione sul tema del cibo come *portatore di significato* e come risorsa imprescindibile per la dignità di ogni essere umano. Vogliamo sottolineare in modo particolare il ruolo di valori come giustizia e carità.

Attività 1	Brainstorming con parola centrale "CIBO"
Tempistiche	5 min
Materiali	- Lavagna - Gesso
Descrizione	L'attività proposta serve a riprendere le idee e le parole chiave che sono emerse l'incontro precedente.

Attività 2	Quattro angoli
Tempistiche	Dai 15 ai 25 min (in base a quanto si vuole far discutere i ragazzi).
Materiali	- Cartelli per gli angoli - Affermazioni da leggere
Descrizione	L'attività serve per comprendere la posizione dei ragazzi nei confronti di alcune affermazioni a tema insicurezza alimentare e povertà.

Descrizione	<p>Ai 4 angoli della classe si affiggono dei cartelli che indicano un determinato livello di accordo o disaccordo:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Completamente d'accordo2. Abbastanza d'accordo3. Non molto convinto4. Per niente d'accordo <p>Il professore leggerà le affermazioni e dopo ognuna gli studenti dovranno spostarsi nell'angolo che corrisponde alla loro opinione. Si può cogliere l'occasione per far confrontare gli studenti circa le motivazioni della loro scelta. Al professore spetterà il compito di mantenere la guida della discussione e di scrivere alla lavagna le parole chiave che emergono.</p>
-------------	---

Affermazioni per l'attività "Quattro angoli":

1. Nel mondo di oggi, stiamo facendo tutto il possibile perché tutte le persone possano avere accesso alle risorse alimentari.
2. Se le persone povere non riescono a provvedere da sole ai propri bisogni (per es. mangiare...) è solo una loro responsabilità.
3. Disuguaglianza e povertà sono la stessa cosa.
4. Visto che ogni anno viene prodotto addirittura più cibo di quello che serve per sfamare tutto il pianeta, risolvere il problema della fame nel mondo è possibile.
5. Se un affamato bussa alla tua porta, qualsiasi cosa tu gli offra da mangiare va bene.
6. Se un paese investe dei soldi per aiutare chi è in difficoltà, lo fa senza aspettarsi nulla in cambio.
7. (in riferimento alla frase precedente): e tu? Se io aiuto qualcuno, lo faccio con totale gratuità. Ti sposteresti dall'angolo in cui sei o resteresti lì?

Spunti di riflessione per l'attività 2:

Le tematiche da far emergere sono le seguenti:

- **ingiustizia**
 - situazione alimentare globale: paesi ricchi sempre più ricchi, paesi poveri sempre più sfruttati.
 - disuguaglianza che è presente sin dall'inizio della nostra vita: non dipende da noi dove nasciamo e le possibilità che ci vengono fornite.
- **dignità**
 - cibo come fonte di sostentamento neutra, che serve solo per dare energia al nostro corpo, oppure come mezzo per riconoscere l'essere umano in quanto tale, con la sua inalienabile dignità?
- **aiuto/solidarietà**
 - mettersi a disposizione dell'altro e aiutarlo ad uscire da una situazione di difficoltà perché mi convincono queste parole del Vangelo: «Tutto quanto volete che gli uomini facciano a voi, anche voi fatelo a loro» (Mt 7, 12)
 - il fatto di essere nati in una situazione vantaggiosa è una fortuna: è opportuno aiutare gli altri per ringraziare oppure no?

Attività 3	Relazione a catena
Tempistiche	20 min
Materiali	<ul style="list-style-type: none"> - LIM o proiettore - Computer - Diagramma fornito in allegato A04
Descrizione	<p>L'attività suggerita si basa su un diagramma di flusso che presenta i vari passaggi di una situazione di aiuto a un bisognoso.</p> <p>Svolgimento consigliato:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ogni slide rappresenta un passaggio del processo - il professore legge la domanda (o lo spunto) al centro della slide, soffermandosi su ogni slide una per volta - gli alunni della classe propongono il loro punto di vista sotto forma o di soluzioni o di considerazioni per ogni slide. <p>Nota: nella slide con la domanda: «Sa cucinare con questi ingredienti?» si può far conoscere agli studenti un progetto realizzato da Caritas legato a un corso di cucina. Si veda l'allegato A12 «Scatolame... che sorpresa!»</p>

Spunti di riflessione per l'attività 3:

1. Inizialmente, si potrebbe pensare che la soluzione al problema della persona si riduca al dargli una semplice borsa della spesa. Dunque qui la relazione che emerge è quella persona > cibo, dove il cibo rappresenta il traguardo finale per risolvere i bisogni della persona
2. Ma in realtà si vuole sottolineare la complessità che può sottostare a una situazione di bisogno > una persona che viene a chiedere la borsa della spesa magari presenta anche altre tipologie di bisogno
3. Qual è il mio obiettivo finale, a lungo termine? Sfamarlo in quel momento o aiutarlo a diventare indipendente?
4. Se la risposta è "entrambe", significa che l'idea di fondo è che io voglia aiutare chi è nel bisogno considerandolo a 360° con tutte le sue necessità ma anche diversità (legate a cultura, identità...). In questo modo si riconosce la **P**ersona con l'unicità del suo volto e della sua storia e la si supporta nel raggiungere e concretizzare la dignità con la quale è stata creata.

INCONTRO 3

Parola chiave:



SCEGLIERE

L'obiettivo di quest'attività è quello di sollecitare la riflessione su modi di agire concreti, per esempio cambiando il proprio stile di vita, per non rimanere indifferenti di fronte alle disuguaglianze e ai problemi legati alla sfera alimentare.

Per riprendere gli argomenti precedenti e collegarli all'incontro di oggi, proponiamo le seguenti domande:

1. Ad oggi, vi sta bene la situazione alimentare presente nel mondo?
2. Cosa posso fare io di concreto?
3. Come posso intervenire per fare la differenza nel mio piccolo?

LE 5 R

PER CAMBIARE IL
PROPRIO STILE DI
VITA

RIDURRE



RIPARARE



RALLENTARE



RIUTILIZZARE



RICICLARE

Attività 1	Le 5 “R”
Tempistiche	20 min
Materiali	- Foglietti stampati con spiegazione dei 5 verbi
Descrizione	<p>L'attività prevede una proposta di nuovi stili di vita. Come? Lasciandoci aiutare da Latouche, economista e filosofo francese, ci possono fare da guida cinque parole d'ordine</p> <p>che cominciano tutte per “R”: ridurre, riutilizzare, riparare, riciclare, rallentare.</p> <p>Svolgimento:</p> <p>i ragazzi vengono divisi in 5 gruppi (uno per ogni parola d'ordine)</p> <ul style="list-style-type: none"> - si consegna a ogni gruppo il foglietto con la spiegazione dettagliata del suo verbo - successivamente i ragazzi devono pensare ad alcune modalità concrete attraverso le quali si potrebbe cambiare il proprio stile di vita, in riferimento al proprio stile quotidiano, sulla base della parola di riferimento - condivisione di ciò che è emerso dai gruppi.

Spunti di riflessione

- L'obiettivo è quello di far riflettere i ragazzi su come possano tradurre tutte queste competenze acquisite nella pratica, nel proprio “piccolo” per fare la differenza in “grande”. Una risposta che ci siamo dati è quella di adottare nuovi stili di vita: basta essere semplici cittadini che cercano di fare scelte responsabili e solidali. La vita di tutti i giorni è fatta di tantissime azioni e spetta a noi decidere come e cosa scegliere: possiamo continuare con la solita routine oppure provare nuovi percorsi al fine di instaurare una nuova relazione con le persone, con le cose, con la natura.

Le 5 R per cambiare il proprio stile di vita:

1. **Ridurre:** s'intende, innanzitutto, "riduzione dei consumi superflui" ovvero di tutto ciò che effettivamente non ci serve. Infine è importantissimo trattare bene gli oggetti affinché possano durare a lungo. La società dei consumi ci ha abituati a buttare via le cose quando sono ancora utilizzabili solo perché non sono più di moda o perché non più all'avanguardia tecnologica.
2. **Riutilizzare:** questa parola si traduce in due atteggiamenti: da un lato richiede fantasia e inventiva per capire come utilizzare qualcosa per uno scopo diverso da quello originario; dall'altro dobbiamo imparare a ricorrere di più allo scambio e al mercato dell'usato, perché quello che non è più utilizzabile per me può essere utilissimo per qualcun altro.
3. **Riparare:** oggi non è facile riparare perché gli oggetti vengono costruiti per essere sostituiti. Proprio per questo dobbiamo sforzarci di scegliere quei prodotti che possono essere riparati e, qualora si rompano, ripararli o farli riparare.
4. **Riciclare:** nella nostra società quando un oggetto non è più riparabile, diventa inesorabilmente rifiuto, ma con adeguati accorgimenti, può tornare a vivere in nuovi prodotti. L'efficienza vera è quella che ottiene il massimo servizio con il minore impiego di risorse e produzione di rifiuti.
5. **Rallentare:** nella vita di ogni giorno il cambiamento passa attraverso piccole scelte come quella di utilizzare meno auto e più bicicletta, meno cibi surgelati e più prodotti di stagione, meno acqua imbottigliata e più acqua del rubinetto, meno pasti ingrassanti e più correttezza alimentare... Si tratta di piccole scelte possibili e salutari non solo per il corpo e lo spirito ma anche per il portafogli, perché il passaggio dal consumismo alla sobrietà fa anche risparmiare.

Attività 2	Ma, queste realtà, cosa fanno in realtà?
Tempistiche	15 min
Materiali	<ul style="list-style-type: none"> - Allegato con realtà e parole chiave A05 - LIM o proiettore - Computer - Lavagna e gesso
Descrizione	<p>Per rendere più dinamica l'attività, abbiamo pensato di far indovinare le parole chiave con la modalità di gioco "l'impiccato". Le parole chiave mancano di alcune lettere che i ragazzi dovranno cercare di indovinare, completando così le parole chiave e desumendo che cosa nel concreto fanno queste realtà. Il docente può quindi fornire spiegazioni aggiuntive sulla base del materiale informativo che riportiamo nell'ultima slide del file. Si possono inoltre trovare video esplicativi correlati nel materiale facoltativo riportato in fondo all'opuscolo del progetto.</p>

Spunti di riflessione

- Scoprire che esistono delle iniziative che traducono nella pratica gli ideali e le riflessioni che sono stati trattati negli incontri precedenti: tutto quello che è stato detto non si ferma solo a un livello astratto, ma si può davvero concretizzare nella realtà.
- Riflettere sul ruolo essenziale che il volontariato riveste in queste iniziative: è grazie al tempo e alle competenze donate da persone che si vogliono mettere a servizio per aiutare il prossimo che gli ideali possono calarsi nella realtà sotto forma di azioni concrete e materiali.
- Sollecitare gli studenti ad avere più consapevolezza delle organizzazioni che operano concretamente sul loro territorio

Attività 3	I progetti di Caritas sul territorio
Tempistiche	10 min
Materiali	<ul style="list-style-type: none"> - Allegato progetti Caritas - LIM o proiettore - Computer
Descrizione	<p>Basandosi sul report 2021/2022 dei fondi Caritas, si possono individuare i progetti finanziati e realizzati sul proprio territorio.</p> <p>Report: https://www.caritasdiocesinovara.it/risultati-assegnazioni/</p>

Spunti di riflessione

- Prendere coscienza di ciò che succede sul proprio territorio.
- Elaborare un'idea di quanto venga investito a livello economico nell'aiuto ai bisognosi.
- Conoscere meglio l'operato di Caritas e di come vengono amministrati i suoi fondi.

Attività 4	Papa Francesco e il suo messaggio per spronare i giovani
Tempistiche	3/5 min
Materiali	- Estratto del testo (volendo si può distribuirne una copia da lasciare agli studenti)
Descrizione	Proponiamo un estratto dall'esortazione apostolica <i>Christus Vivit</i> in cui Papa Francesco esorta i più giovani a essere loro per primi protagonisti di un cambiamento verso un mondo più giusto ed equo.

Estratto dall'esortazione apostolica *Christus Vivit* di Papa Francesco:

174. Voglio incoraggiarti ad assumere questo impegno, perché so che «il tuo cuore, cuore giovane, vuole costruire un mondo migliore. Seguo le notizie del mondo e vedo che tanti giovani in tante parti del mondo sono usciti per le strade per esprimere il desiderio di una civiltà più giusta e fraterna. I giovani nelle strade. Sono giovani che vogliono essere protagonisti del cambiamento. Per favore, non lasciate che altri siano protagonisti del cambiamento! Voi siete quelli che hanno il futuro! Attraverso di voi entra il futuro nel mondo. A voi chiedo anche di essere protagonisti di questo cambiamento. Continuate a superare l'apatia, offrendo una risposta cristiana alle inquietudini sociali e politiche, che si stanno presentando in varie parti del mondo. Vi chiedo di essere costruttori del mondo, di mettervi al lavoro per un mondo migliore. Cari giovani, per favore, non guardate la vita "dal balcone", ponetevi dentro di essa. Gesù non è rimasto sul balcone, si è messo dentro; non guardate la vita "dal balcone", entrate in essa come ha fatto Gesù». Ma soprattutto, in un modo o nell'altro, lottate per il bene comune, siate servitori dei poveri, siate protagonisti della rivoluzione della carità e del servizio, capaci di resistere alle patologie dell'individualismo consumista e superficiale.

Attività 5	Feedback finale
Tempistiche	10 min
Materiali	- Un foglio bianco e una penna per ogni studente
Descrizione	<p>Si propone questa modalità di verifica per comprendere cosa ha funzionato particolarmente bene nel percorso e cosa è rimasto impresso negli studenti.</p> <p>Svolgimento:</p> <p>ognuno traccia sul proprio foglio un quadrato suddiviso in quattro parti e ciascuno scrive, riflettendo sulle tematiche del percorso affrontato:</p> <ul style="list-style-type: none"> - in alto a destra: ciò che condivide e vuole applicare (o applica); - in alto a sinistra: ciò che condivide e non applica; - in basso a destra: ciò che non condivide e applica; - in basso a sinistra: ciò che non condivide e non applica.

MATERIALE AGGIUNTIVO

Incontro 1: RICONOSCERE

- WFP hunger map live: <https://hungermap.wfp.org>
- 2020 hunger map: <https://reliefweb.int/map/world/hunger-map-2020>
- “Puntidivista factory” – Cibo e dignità:
<http://www.puntidivistafactory.eu/cibo-e-dignita/>

Incontro 3: SCEGLIERE

- video TED prof Segrè (00:00 a 5:08):
<https://www.youtube.com/watch?v=vQmSX7BO-VU>
- video Caritas in Vaticano (da 43:00 a 48:00):
https://www.youtube.com/watch?v=K_YObpq3L-g&t=2873s
- video Caritas Roma 2018
<https://www.youtube.com/watch?v=Zxx9dORTfu8>
- Progetti Caritas Novara - localizzare su Maps, in base alla posizione della scuola, i progetti più vicini: <https://www.caritasdiocesisnovara.it/risultati-assegnazioni/>
- video FoodForSoul - cosa facciamo
https://www.youtube.com/watch?v=3T0_n-rlfow
- The spirit of Food for Soul inside Refettorio Ambrosiano:
<https://www.youtube.com/watch?v=E0CeJbH4-Kk>
- Massimo Bottura: il Refettorio, Food for Soul e la cucina del futuro dopo Expo: <https://www.youtube.com/watch?v=UvrSr4SPz7A>
- 18 bambini da tutto il mondo fotografati con ciò che mangiano in una settimana: <https://www.novabbe.com/alimentazione-bambini-dal-mondo/>

CARITAS DIOCESANA DI NOVARA

ente con prevalente funzione pedagogica

La "funzione pedagogica" che il Magistero della Chiesa ha assegnato alla Caritas è l'educazione delle comunità all'attenzione al bisogno nelle sue varie forme come un compito permanente e non episodico.

L'azione pastorale della Caritas, quale organismo ecclesiale, è opera impegnativa, perché non si tratta semplicemente di prendersi cura del debole, ma di educare alla cura del debole.

Questa proposta di testimonianza di cui gli operatori della carità sono portatori non è facile, ma è un momento essenziale nella crescita personale.