

## Progetto di educazione alimentare/ambientale sostenibile

per Scuole e nidi d'infanzia di Milano e Scuole Primarie e Secondarie Statali .  
Promosso e finanziato da **Rotary Club San Siro – Distretto 2040**, con il Partenariato del Comune di Milano  
e la collaborazione della Cascina Rosa, dell'Auser Milano e dell'Istituto Sperimentale Rinascita Livi.



# Cibo e pregiudizio alla riscoperta dei sensi

laboratorio rivolto ai genitori/nonni  
condotto dalla dott.ssa Nicoletta Schiaffino

## PRESENTAZIONE

### Finalità dell'analisi sensoriale:

Concentrarsi sui propri sensi; analizzare ed interpretare le sensazioni che vengono percepite dalla vista, dall'olfatto, dal tatto, dal gusto e dall'udito, prima isolatamente poi in modo integrato, cercando di giungere ad una valutazione degli alimenti il più oggettiva possibile.

Distinguere le caratteristiche sensoriali degli alimenti come il colore, l'aspetto, l'aroma, il sapore e la consistenza.

Soffermarsi sui termini usati per definire gli attributi di un alimento, al fine di acquisire un corretto vocabolario sensoriale così da evitare espressioni edonistiche o soggettive.

### Obiettivi del laboratorio:

Stimolare l'utilizzo consapevole delle proprie capacità sensoriali per esprimere giudizi critici sugli alimenti, così da favorire l'acquisizione di abitudini alimentari sane e sostenibili.

Riflettere sui pregiudizi che condizionano le valutazioni sul cibo anche in relazione alle differenti età ed esperienze dei soggetti partecipanti.

Favorire una maggiore disponibilità all'assaggio aumentando in particolare il gradimento di frutta e verdura.

### Metodologia:

- Creazione di un luogo di apprendimento e scambio che favorisca la concentrazione e la comunicazione tra i soggetti partecipanti.
- Presentazione del test (illustrazione dei campioni da analizzare e della scheda di valutazione da compilare).
- Esecuzione test.
- Elaborazione collettiva delle schede di valutazione.
- Interpretazione e sintesi