



L'impegno della cooperativa sociale Pocopoco per il miglioramento delle abitudini alimentari continua e lo fa di nuovo grazie al prezioso contributo dei fondi dell'8 per mille della Chiesa Valdese che ha permesso di dare il via a "La Felicità ha mille sapori". Ad un anno di distanza dalla conclusione del progetto "[UNA TERRA PER CRESCERE](#)" questa fruttuosa collaborazione avvia un nuovo capitolo entrando dentro nuove scuole e nuove classi. "La felicità ha mille sapori" è un progetto per la prevenzione dei disturbi alimentari nei ragazzi attraverso percorsi didattici sull'educazione alla salute e sulla scoperta dei prodotti tipici della campagna sarda.

Il valore del cibo non si può spiegare ai ragazzi con un manuale per perfetti genitori, né a scuola con il libro di scienze, di storia, di geografia, di psicologia, di nutrizione, di economia se prima non lo abbiamo raccolto, preparato e assaggiato. Il cibo è una pozione magica di elementi chimici che costruisce e dà energia al nostro fisico, ma che sa anche cambiare i nostri stati d'animo. Il nostro benessere passa attraverso le relazioni e le sensazioni che anche il cibo aiuta costruire.



Il Progetto

“La Felicità ha mille sapori” accompagnerà otto classi differenti, di Cagliari e hinterland, durante un periodo di circa un anno durante il quale si alterneranno attività in aula e all’aperto, il tutto all’insegna di un approccio attivo e partecipativo alla scoperta del cibo attraverso i sensi.

Che ci si trovi in aperta campagna o tra le familiari mura di un’aula non ci sarà incontro senza la possibilità di scoprire coi diversi sensi, a partire dal gusto, i cibi della campagna sarda e quelli delle nostre abitudini quotidiane.

Il percorso prevede per ogni gruppo dodici incontri, di cui tre all’aperto che, partendo dalla scoperta delle proprietà del cibo, arriverà a far confrontare i ragazzi con la necessità di un consumo consapevole sotto l’aspetto nutritivo ma soprattutto quello ambientale e sociale, dando loro gli strumenti per valutare in maniera autonoma il valore dell’alimentazione nell’era della comunicazione.

Viviamo anni nei quali il rischio di un approccio virtuale alla realtà, mediato dalla tecnologia, rischia concretamente di allontanare i ragazzi dalla scoperta del mondo e dunque di sé stessi. Quale miglior palestra possono avere le nuove generazioni se non il cibo per allenarsi alle sensazioni e alle emozioni?



I Primi incontri

Quello che vi raccontiamo è un progetto nuovo ma già cominciato, abbiamo infatti conosciuto i 150 ragazzi che compiranno con noi questo cammino. La grande curiosità dei ragazzi ed un approccio basato sul fare e sul gioco hanno da subito demolito le barriere della routine e del dovere risvegliando nei ragazzi il piacere della scoperta. Ogni incontro è un'esperienza in 3D, come nella vita reale! Queste le nostre dimensioni:

- **Dialogo** sul tema da trattare;
- **Didattica** interattiva con attività pratiche;
- **Degustazione** per scoprire alimenti diversi e modi diversi di mangiare.



