



CIBO E SALUTE

FUTURI CHEF A CONFRONTO PER LA PREVENZIONE ALIMENTARE

PRIMA ANNUALITA'

Il progetto *"Cibo e Salute: futuri chef a confronto per la prevenzione alimentare"* è un progetto dedicato alle Scuole Secondarie di Secondo Grado che hanno come finalità la Promozione del Benessere in una scuola che Promuove Salute con la LILT.

Il coinvolgimento degli Istituti Alberghieri ha l'obiettivo di diffondere nella cultura di questi Istituti la necessità di coniugare la preparazione di cibi di qualità con attenzione a: sapori, stagionalità e salute.

Obiettivo comune è creare un corso professionalizzante sui temi della Prevenzione Oncologica in relazione alla corretta alimentazione.

Attualmente è terminata la prima annualità del "progetto in rete" nel quale la LILT di Lecco è risultata la capofila, coordinando il lavoro delle LILT di Como, Brescia, Pavia e Milano Monza Brianza.

Ogni Lilt ha proposto la formazione alle classi degli istituti alberghieri coinvolti, attivando la curiosità e approfondendo le conoscenze di alcuni argomenti specifici ovvero:

- IGIENE
- ALIMENTAZIONE PREVENTIVA
- CIBI TOSSICI
- GLOBALIZZAZIONE ALIMENTAZION
- ALIMENTAZIONE e TERRITORIALITA'

In totale sono state coinvolte 12 scuole e 50 classi. Gli alunni coinvolti sono stati 1257 e i professori 128.

Ecco il dettaglio:

LILT	N° SCUOLE	N° CLASSI	Nominativi scuole
LECCO (capofila)	2	15 classi	ISTITUTO "Graziella Fumagalli" Casatenovo CFPA Casargo
BRESCIA	2	6 classi	Istituto alberghiero "Caterina de Medici" Desenzano Centro Bonsignori-Remedello
MILANO MONZA BRIANZA	4	15 classi	IPSAR A. Vespucci IPSSEC A. Olivetti IIS Giuseppe Luigi Lagrange Galdus
PAVIA	4	7 classi	Ciro Pollini - Mortara Apolf- Pavia Cossa - Pavia Santa Chiara - Voghera
COMO	2	7	Istituto Alberghiero "Romagnosi"- Erba Scuola Superiori "Ezio Vanoni" di Polezza

Nei mesi di gennaio e febbraio 2024, ogni LILT si è impegnata a:

- Scegliere una ricetta sana
- Creare video (durata massima 20 min) indicando:
 - Motivi della scelta della ricetta

- Ingredienti
- Fasi esecuzione
- Particolari trucchi o modalità di cottura
- Impiattamento e risultato finale
- Utilizzo prodotti locale
- La ricetta deve contenere quel prodotto

Tutti i lavori delle scuole sono contenuti nel drive:

https://drive.google.com/drive/folders/1Tcqd0w1phYXKp_Yk05W6Ewh5rFwN4sSB

In occasione della "Settimana Nazionale della Prevenzione Oncologica" ogni LILT ha organizzato una sfida culinaria tra gli studenti delle scuole alberghiere del territorio. Questa iniziativa ha avuto lo scopo di proporre un focus sull' *alimentazione sana* in modo che questi futuri chef possano a loro volta acquisire e promuovere corrette abitudini alimentari, valorizzando nello stesso tempo prodotti tipici del territorio. Ogni LILT ne ha scelto e approfondito uno: Lecco e Como hanno scelto il formaggio locale, Milano il prezzemolo, Brescia la rosa camuna e Pavia il riso.

L'evento si è svolto a marzo 2024 in ognuna delle cinque scuole ospitanti (una per provincia); è stato un momento molto bello perché gli studenti delle diverse scuole hanno potuto conoscersi nella sfida proposta e nello stesso tempo, attraverso la preparazione e spiegazione dei piatti alla giuria, hanno potuto informarsi e trasmettersi a vicenda l'importanza dell'alimentazione per il mantenimento della salute, conoscere meglio la cultura della prevenzione a tavola tenendo conto del bilanciamento degli ingredienti, del controllo delle porzioni, della ricerca dei prodotti migliori e rispettosi della stagionalità e territorialità, condividere l'uso di prodotti più salutari senza rinunciare alle bontà dei piatti, promuovere l'acquisizione di corrette abitudini alimentari e infine stimolare un approccio critico verso i diversi cibi.

Ogni LILT ha incaricato tre o cinque giudici che avevano il compito di assaggiare e valutare i piatti proposti.

Le Lilt hanno collaborato con l'"*accademia italiana della cucina*", associazione che ha lo scopo di tutelare le tradizioni della cucina italiana e al punto 2 del suo manifesto sostiene la sicurezza alimentare intesa come salute attraverso il cibo. Attraverso questa associazione abbiamo potuto coinvolgere giurati competenti che hanno saputo giudicare in modo adeguato i ragazzi.

Per la LILT di Lecco un giurato è stato uno dei più famosi cuochi italiani, l'executive chef Enrico Derflinger, presidente di Euro- Toques Italia ed Euro Toques international, associazione dei migliori cuochi italiani ed europei, , ufficialmente riconosciuta dalla Comunità Europea, che condivide l'importante

missione per quanto riguarda l'educazione alimentare nelle scuole,
l'alimentazione equilibrata e il benessere fisico legato all'alimentazione.

Gli eventi hanno avuto grande successo divulgativo sui giornali e sulle TV
locali. Tutti i materiali sono presenti nel drive sopra indicato.

Merate, 10 agosto 2024

LILT - Lega Italiana per la lotta contro i tumori
Associazione Provinciale di Lecco - A.P.S.
P.zza Vittorio Veneto, 1 - 23807 MERATE (LC)
Tel./Fax 039/599623

Codice Fiscale 94023460135

La referente del progetto

Dott.ssa Valsecchi Laura

Laura Valsecchi