

Come si struttura il progetto?

Per tre giorni a settimana i bambini e i ragazzi si impegneranno a portare a scuola la merenda "My Ideal Break", secondo un calendario così suggerito per incentivare la condivisione della pausa scolastica:

Lunedì

Merenda creativa e multiculturale, preparata in casa sulla base del ricettario fornito o comunque priva di packaging

Mercoledì

Un panino fresco: alle olive, al pomodoro, alle gocce di cioccolato o altri gusti o comunque una merenda priva di packaging

Venerdì

La tipologia di frutta di stagione più gradita o comunque una merenda priva di packaging

Nel caso in cui la scuola effettui due intervalli, si invita a portare oltre al pane fresco e alla frutta un'altra merenda priva di packaging nelle giornate prestabilite.

Si potranno sviluppare delle **partnership** con i panificatori e fruttivendoli del territorio per creare **promozioni** o **abbonamenti** sull'acquisto e la consegna dei loro prodotti.



Le dietiste del Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione AULSS 2 MARCA TREVIGIANA

Dr.ssa De Angelis Laura
laura.deangelis@aulss2.veneto.it

Dr.ssa Bottecchia Elena
elena.bottecchia@aulss2.veneto.it

Tel. 0422/323763

in collaborazione con
URP Ufficio Relazioni con il Pubblico ULSS 2
U.O.S. Promozione della Salute
U.O.C. Servizio Prevenzione e Controllo delle Malattie Croniche

L'elenco degli esercenti disposti a fare sconti e abbonamenti alle famiglie, sarà aggiornato nel sito dell'ULSS 2.
Scansiona il Qr code.



MY IDEAL BREAK A SCUOLA!



Quali sono i vantaggi della rete "My Ideal Break"?

Per i genitori

Il progetto facilita la pianificazione delle merende alle famiglie. Grazie al **calendario stabilito** e al **ricettario fornito**, i genitori potranno organizzare con più semplicità le merende dei propri figli, risparmiando tempo e denaro.

Per i ragazzi e le ragazze

Diffondendo senza imposizione importanti concetti di **educazione alimentare**, "My Ideal Break" aiuta a prevenire nei ragazzi e nelle ragazze pensieri negativi sul cibo, guidandoli gradualmente a comprendere che non esistono cibi buoni o cattivi per definizione, ma che tutto può essere assunto nelle giuste frequenze.

La merenda MIB è un approccio educativo sereno, neutro e inclusivo all'alimentazione.

Come variare le merende?

Grazie al Progetto "My Ideal Break", la merenda a scuola potrà finalmente diventare.....ideale!

Nato per coinvolgere i bambini e i ragazzi, le famiglie, la scuola, i comuni, i servizi ambientali, i panificatori e gli ortofrutta del territorio, il Progetto MIB ha l'obiettivo di:

- facilitare la scelta di merende fresche, stagionali, gustose e multiculturali;
- **limitare i packaging** riducendo i rifiuti che vengono prodotti durante l'intervallo a scuola.

A questo scopo sarà disponibile un ricettario a uso delle famiglie con tante idee di merende prive di imballaggi, facili e veloci da preparare, multietniche e trasformabili anche in versione senza glutine per i ragazzi celiaci.



Per la scuola

L'iniziativa permette alla scuola di monitorare la **riduzione dei rifiuti** prodotti, sensibilizzando gli studenti sulle tematiche del rispetto dell'ambiente.

Per il territorio

Il progetto promuove le piccole realtà locali, favorendo lo sviluppo della **rete territoriale** e l'interazione tra le diverse generazioni, in un'ottica di condivisione della stessa mission.