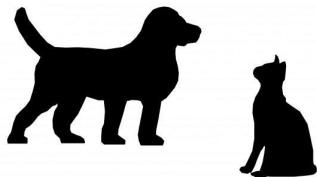


# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



CIAO, NOI SIAMO I SUPEREROI NUTRIENTI!  
VI ACCOMPAGNEREMO IN QUESTO VIAGGIO NEL MONDO DEL CIBO.  
SEGUITECI, PERCHÉ SCOPRIRETE TANTE COSE INTERESSANTI SU CIÒ CHE MANGIAMO!



# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



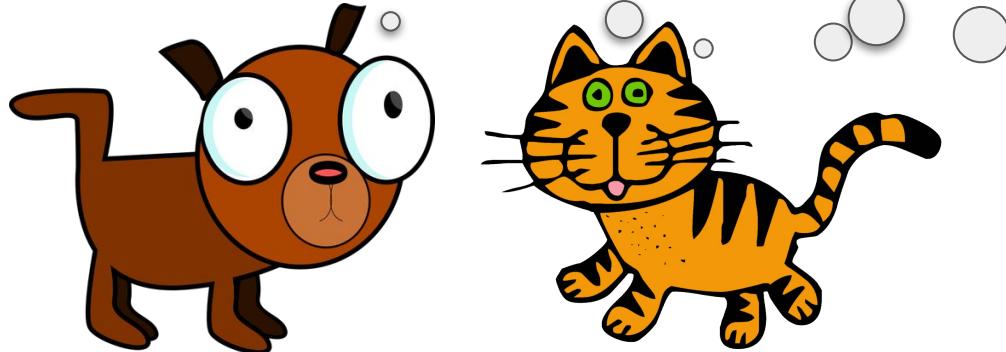
COMINCIAMO CON UNA  
DOMANDA:  
*PERCHÉ SI MANGIA?*



# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



- ❖ SI MANGIA PER POTER VIVERE
- ❖ SI MANGIA PER POTER CRESCERE
- ❖ SI MANGIA PERCHÉ IL NOSTRO CORPO HA BISOGNO DI ENERGIA!

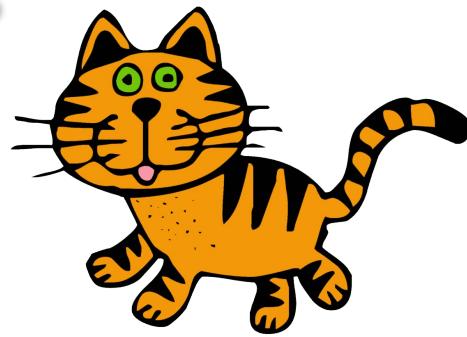


# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



MA DOVE  
PRENDIAMO  
L'ENERGIA??

DAGLI  
ALIMENTI!!!



# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



GLI ALIMENTI, INFATTI,  
CONTENGONO MOLTE SOSTANZE  
NUTRIENTI IMPORTANTI PER LA  
NOSTRA SALUTE,

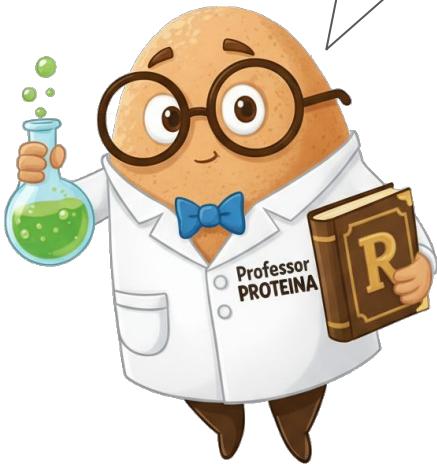
MA...

ATTENZIONE!!!  
DOVETE IMPARARE QUALI CIBI  
SONO IMPORTANTI E SALUTARI E  
QUALI NO!

# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



OSSERVATE BENE  
LA PIRAMIDE  
ALIMENTARE!



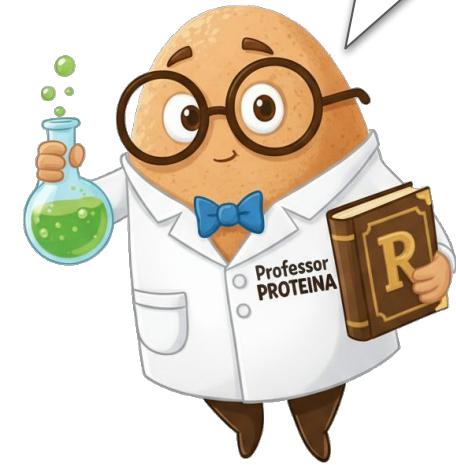
Professor  
**PROTEINA**



# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



ECCO UN BEL  
DOCUMENTARIO  
SCIENTIFICO!



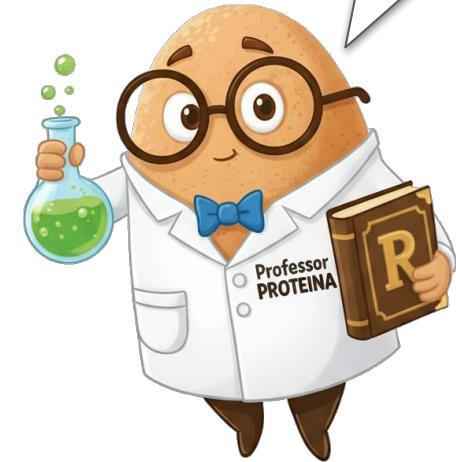
Professor  
**PROTEINA**



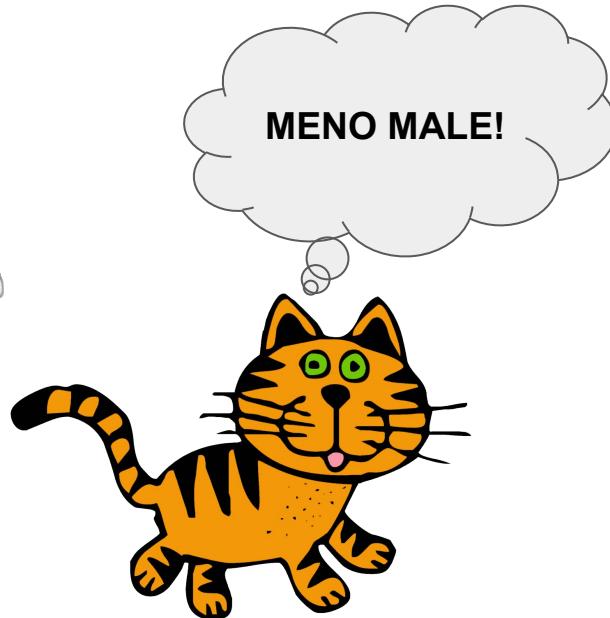
# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



E ORA SI GIOCA  
CON LA SCIENZA!



Professor  
**PROTEINA**



MENO MALE!

PIRAMIDE INTERATTIVA



# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



CHE PASTICCIO!  
RAGGRUPPA LE  
PAROLE IN BASE AI  
TRE COLORI



**noci cereali frutta verdura latticini acqua snack  
riso formaggi olio rosso caramelle verde  
zucchero yogurt mandorle pesce  
pane miele bevande pasta confezionati  
legumi fritti cioccolato zuccherate carne  
pizza uova giallo dolci salumi**



# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



E ORA UNA BELLA  
STORIA DA  
LEGGERE!



L'AVVENTURA DEI  
SUPEREROI NUTRIENTI  
CONTRO IL MOSTRO DELLA  
PIGRIZIA

# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



ECCO IL  
CRUCIVERBA  
DELLE PAROLE DEL  
CIBO!

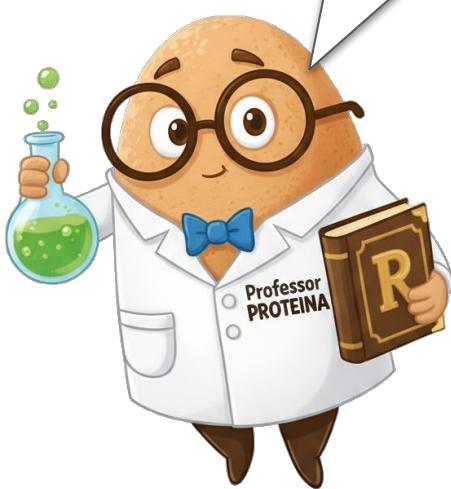


{ CRUCIVERBA DEL CIBO }

# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



GIOCHIAMO CON I  
TRE SUPEREROI  
NUTRIENTI!



Professor  
**PROTEINA**

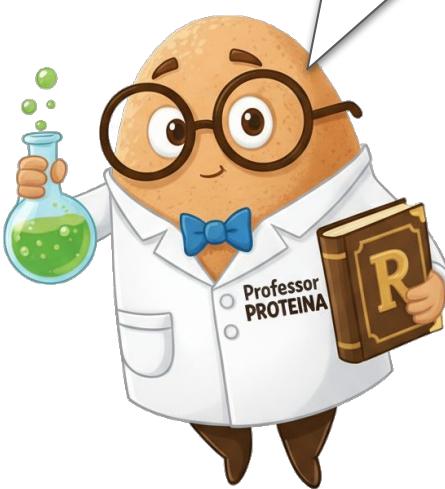
I TRE SUPEREROI  
NUTRIENTI



# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



SAI RICONOSCERE I  
NUTRIENTI  
PRESENTI NEI CIBI?



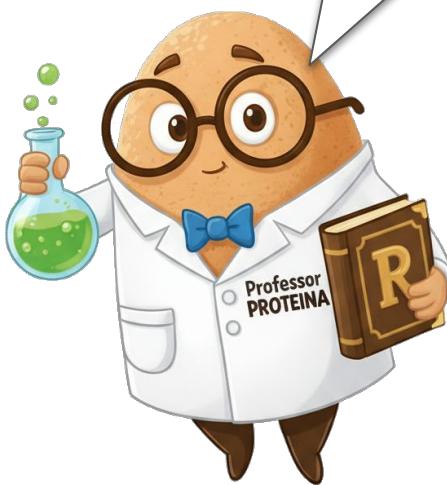
Professor  
**PROTEINA**

{ CIBI E NUTRIENTI }

# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta

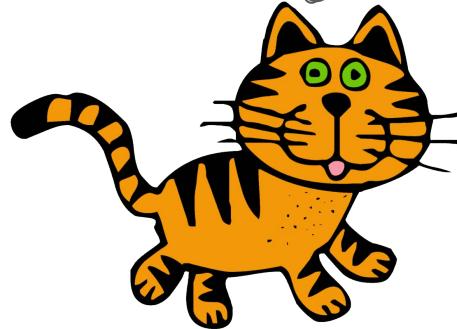


ADESSO DISEGNA  
TU L'IDENTIKIT DEI  
TRE NUTRIENTI!

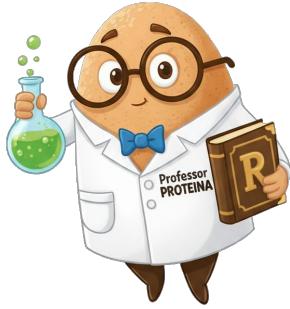


Professor  
**PROTEINA**

VAI AVANTI  
PER  
SCOPRIRE  
COME FARE!



# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



Professor  
**PROTEINA**



Wonder Vitamina



Sono presente in:

Sono presente in:

Sono presente in:

# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



SAI RISONDERE  
AL QUIZ SUL CIBO?



Wonder Vitamina

CIBO SANO E NUTRIENTI

# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



COSA TI SERVE  
OGGI?



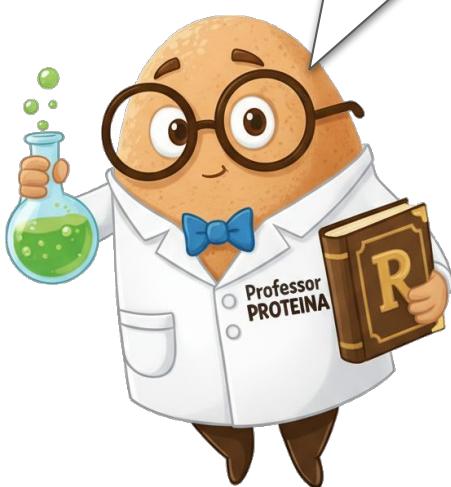
Wonder Vitamina

1. Hai una partita di calcio (energia) o devi studiare (concentrazione)? Quale cibo supereroe ti aiuta di più? Perché?
2. È autunno, inizia a fare freddo. Non vuoi ammalarti (difese). Quale cibo ti aiuta di più? Perchè?

# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



CONOSCI I PASTI  
DELLA GIORNATA?



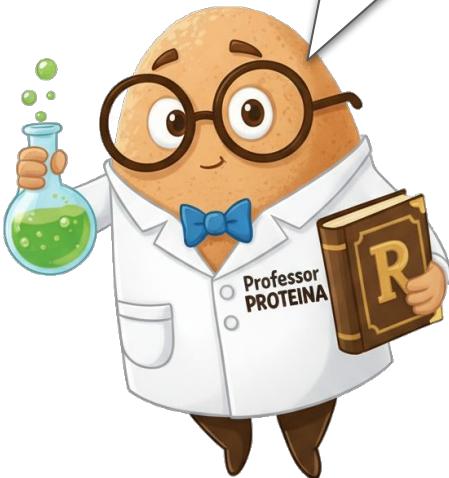
Professor  
**PROTEINA**

{ **OROLOGIO DEI PASTI** }

# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



SAI RISOLVERE  
QUESTO  
PROBLEMA?



Professor  
**PROTEINA**

Se a colazione mangio 1 tazza di latte (Proteine), 4 cucchiai di cereali (Carboidrati) e 1 frutto (Vitamine), ho rispettato la regola dei 3 Supereroi.  
**Quanti alimenti ho mangiato in tutto?**

# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



CONOSCI LE  
REGOLE DEI PASTI?



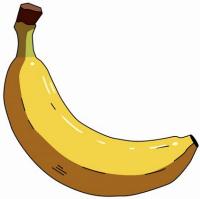
Wonder Vitamina

1. MANGIARE LENTAMENTE
2. NON DISTRARSI
3. BERE ACQUA
4. NON ESAGERARE CON IL ROSSO
5. ....

# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



SAI QUANTO  
VIAGGIA UNA  
BANANA?  
ASCOLTA QUESTA  
STORIA

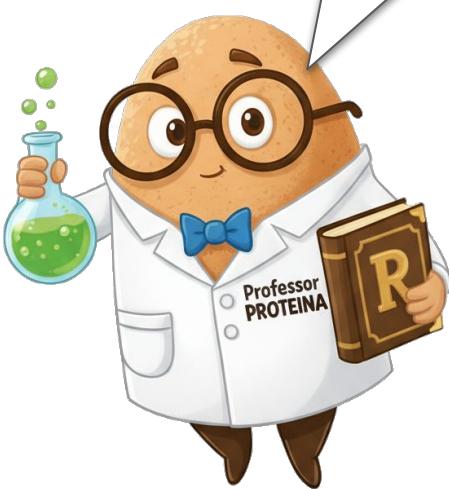


IL LUNGO VIAGGIO DELLA BANANA

# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



SAI RISOLVERE  
QUESTO  
PROBLEMA?



Professor  
**PROTEINA**

## Il Problema delle Banane Spaziali

**Capitan Carboidrato** ha portato 15 banane fresche sulla sua astronave per lo spuntino dei suoi 3 giovani cadetti.

Alla fine della giornata, i cadetti hanno mangiato solo 11 banane e le altre sono state dimenticate nel cestino.

**Quante banane sono state avanzate?**

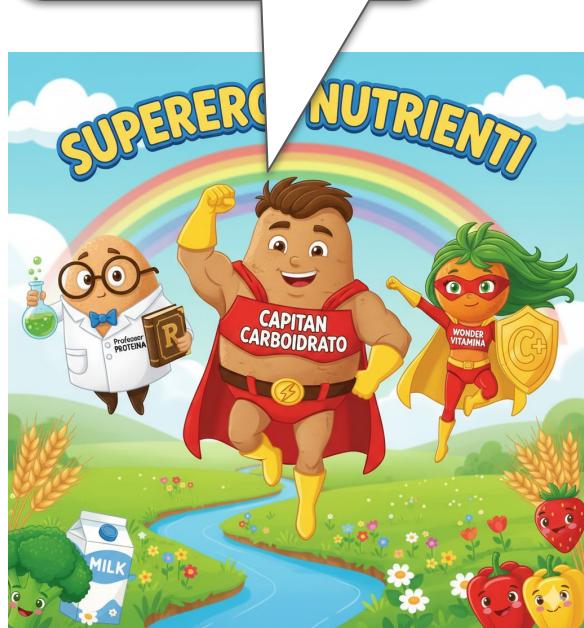
**Come possono essere utilizzate?**

**Se ogni banana sprecata fosse una moneta da 1 euro, quanti euro abbiamo buttato via oggi?**

# Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



ORA TOCCA A TE  
FARE UNA  
PROMESSA!



## Promessa per il Pianeta

1. MANGIO IL VERDE
2. MANGIO I 5 PASTI
3. EVITO LO SPRECO
4. SCELGO CIBI VICINI