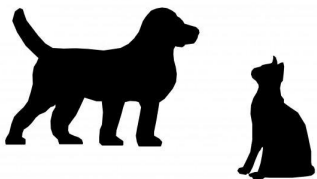


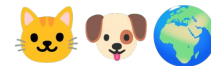
Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



**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



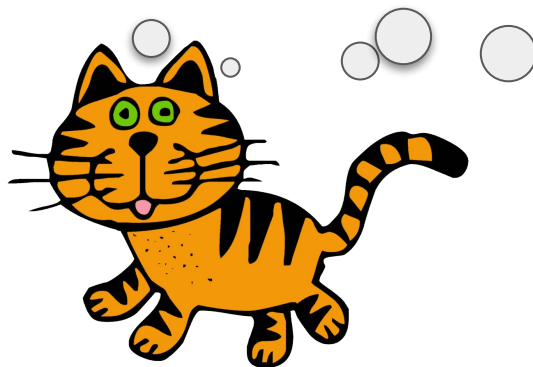
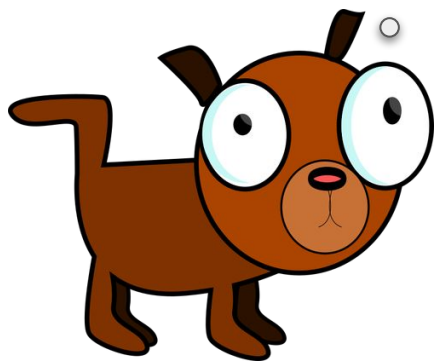
**COMINCIAMO CON UNA
DOMANDA:
PERCHÉ SI MANGIA?**



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!**

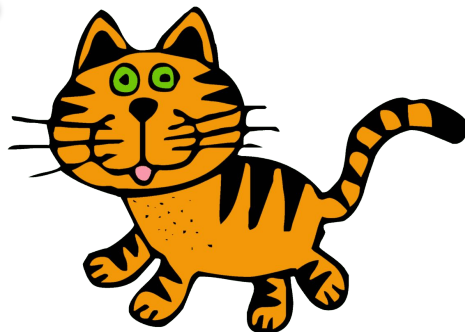
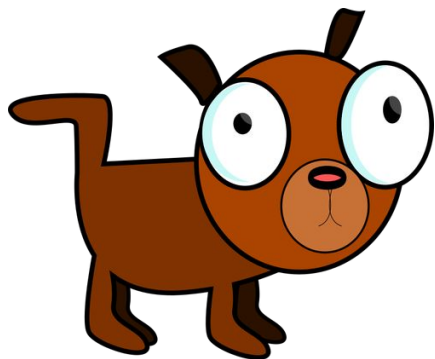


Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



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,

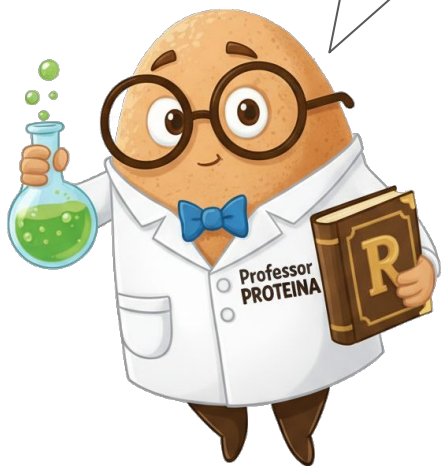
MA...

**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!

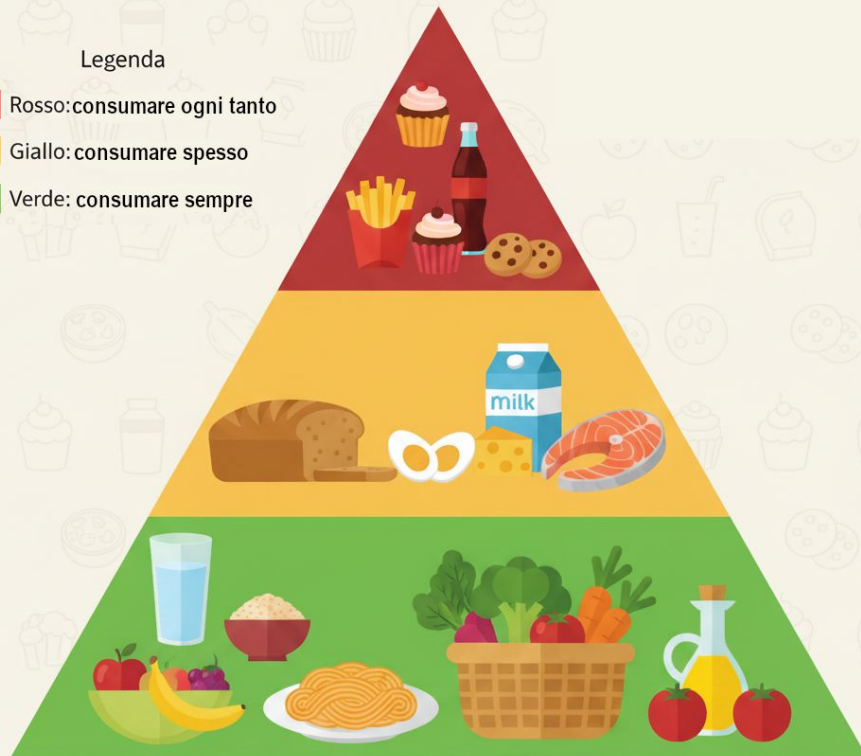


Professor
PROTEINA

LA PIRAMIDE ALIMENTARE

Legenda

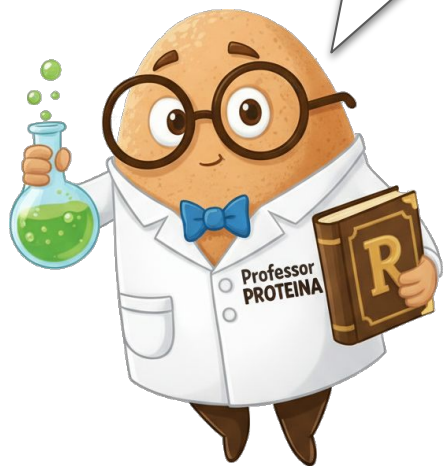
- Rosso: consumare ogni tanto
- Giallo: consumare spesso
- Verde: consumare sempre



Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta

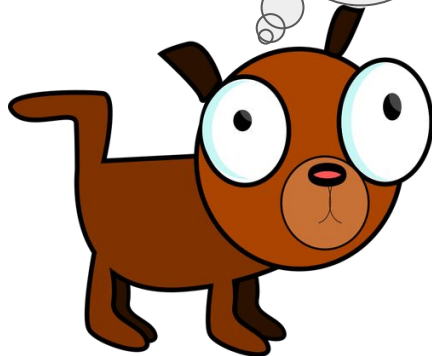


ECCO UN BEL
DOCUMENTARIO
SCIENTIFICO!



Professor
PROTEINA

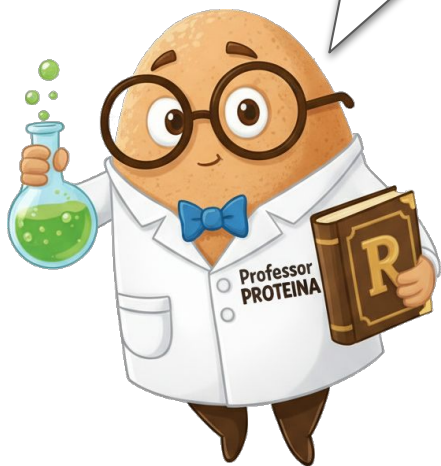
SCUSI PROF,
MA I GIOCHI?



Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta

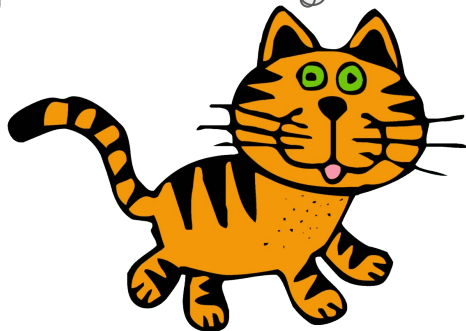


E ORA SI GIOCA
CON LA SCIENZA!



Professor
PROTEINA

MENO MALE!



PIRAMIDE INTERATTIVA

Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



CHE PASTICCIO!
RAGGRUPPA LE
PAROLE IN BASE AI
TRE COLORI



Wonder Vitamina

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!



Wonder Vitamina

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!



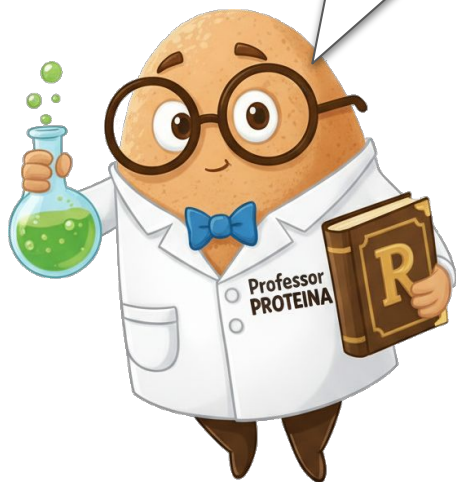
Wonder Vitamina

CRUCIVERBA DEL CIBO

Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



GIOCHIAMO CON I
TRE SUPEREROI
NUTRIENTI!



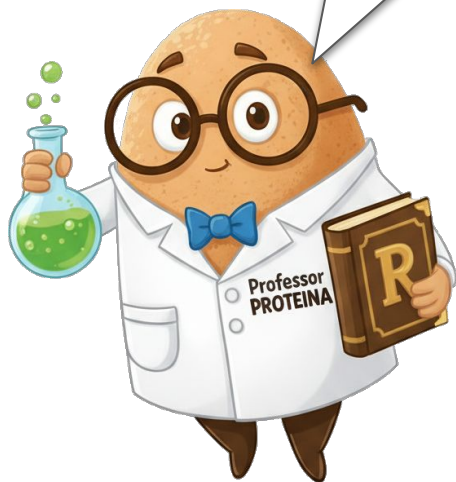
Professor
PROTEINA

I TRE SUPEREROI
NUTRIENTI

Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



SAI RICONOSCERE I
NUTRIENTI
PRESENTI NEI CIBI?



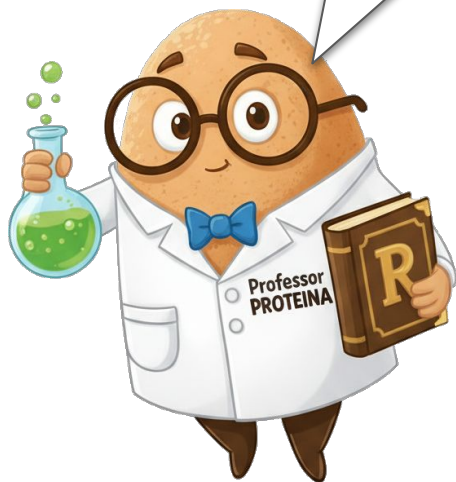
**Professor
PROTEINA**

CIBI E NUTRIENTI

Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta

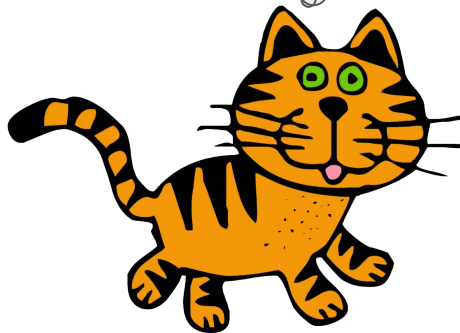


ADESSO DISEGNA
TU L'IDENTIKIT DEI
TRE NUTRIENTI!



**Professor
PROTEINA**

VAI AVANTI
PER
SCOPRIRE
COME FARE!



Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



 <p>Professor PROTEINA</p>	 <p>Wonder Vitamina</p>	
<p>Sono presente in:</p>	<p>Sono presente in:</p>	<p>Sono presente in:</p>

Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



SAI RISPONDERE
AL QUIZ SUL CIBO?



Wonder Vitamina

CIBO SANO E NUTRIENTI

Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



COSA TI SERVE
OGGI?



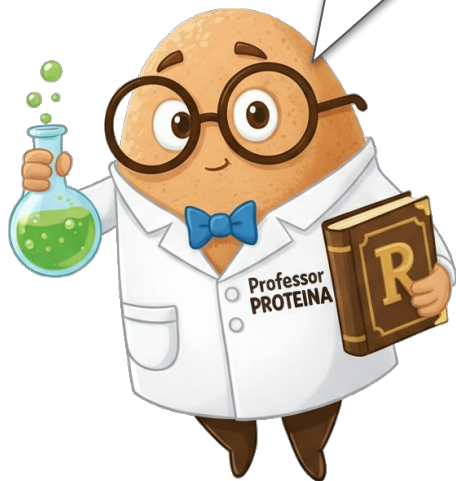
Wonder Vitamina

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? Perché?

Il Cibo, Amico della Salute e del Pianeta



CONOSCI I PASTI
DELLA GIORNATA?



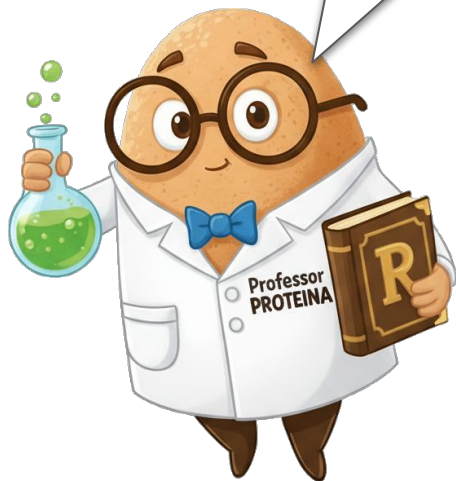
Professor
PROTEINA

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 cucchiaini 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?



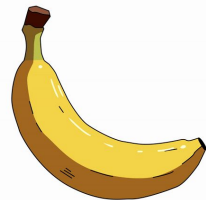
Wonder Vitamina

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



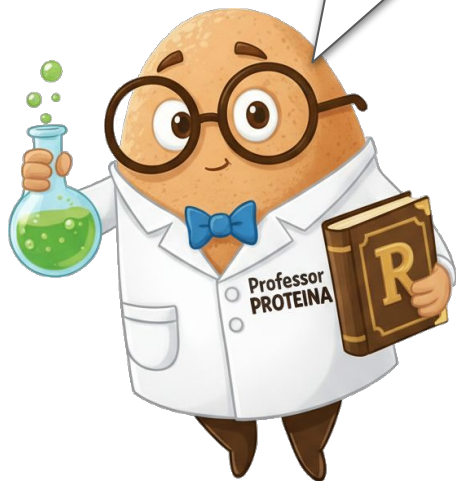
Wonder Vitamina

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**