

Cronisti in classe 2026

QN il Resto del Carlino

CAMERA DI COMMERCIO
DELLE MARCHE



LABIRINTO
cooperativa sociale

XANIPRO
DISTRIBUTION

RIVIERABANCA
Gruppo Bancario Cooperativo Italiano

MARCHE
MULTISERVIZI



Provincia
di Pesaro e Urbino



Comune di
Isola del Piano

La Bottega e i Fornelli Resistenti Se il cibo alimenta la solidarietà

Scuola Secondaria Manzoni, Pesaro Due le iniziative che hanno coinvolto i ragazzi della 3ª B «Comprare equo è fare un regalo a uno sconosciuto». L'adesione al progetto Caritas di Trieste

Il nostro istituto scolastico come ogni anno ha deciso di prendere parte ad alcune iniziative con l'obiettivo di sensibilizzare noi ragazzi al senso civico. In particolar modo ci sono stati proposti due progetti, Bottega Equo e Solidale e Fornelli resistenti.

La Bottega Equo e Solidale è stata creata dalla Cooperativa sociale il Labirinto. Il martedì tra gennaio e febbraio alcuni volontari hanno allestito nell'atrio della nostra scuola delle bancarelle, proponendoci prodotti realizzati con materie prime e sostenibili, diverse quindi dai cibi dei supermercati dove vengono venduti alimenti chimici a prezzo elevato, mentre lo stand offre articoli di ottima qualità a costi accessibili. Noi ragazzi abbiamo potuto acquistare e consumare merende genuine, facendo allo stesso tempo beneficenza in quanto i proventi erano destinati a persone bisognose di altre parti del mondo. Abbiamo partecipato con entusiasmo all'iniziativa, cercando di coinvolgere anche i ragazzi con disabilità. Molti pensano che Equo e Solidale consista solo nel dare denaro, ma beneficenza vuol dire donare senza pretendere nulla in cambio; comprare equo, è come fare un regalo ad una persona sconosciuta.

Un'altra iniziativa alla quale la nostra scuola ha aderito, ha il nome di Fornelli Resistenti. Si tratta di un'associazione con l'obiettivo di coinvolgere famiglie e ragazzi portando cibo, e soprattutto farmaci senza prescrizione, per la Caritas. Essa ha sede a Trieste, crocevia di



Un disegno dei ragazzi della 3ª B sul mercatino equo e solidale

persone fuggite da paesi in guerra in cerca di nuove mete dove poter condurre una vita migliore. Il compito della nostra scuola è stato quello di donare, ciascuno secondo le proprie possibilità, cibo che poi è stato raccolto, immagazzinato e consegnato ai responsabili dell'iniziativa. In tal modo noi ragazzi abbiamo potuto dare valore alla solidarietà e riflettere sul fatto che chi è più fortunato non deve voltare le spalle a chi si trova in difficoltà.

All'interno dell'organizzazione, una sezione specifica dell'associazione si occupa della preparazione dei pasti, garantendo il rifornimento necessario. Il presidio sanitario è assicurato da un'infermiera

specializzata, la quale dedica particolare attenzione alla cura dei piedi; la sua opera è fondamentale per trattare infezioni e ferite gravi causate dalla condizione di nudità dei piedi. L'accoglienza offre inoltre l'opportunità di approfondire la conoscenza della lingua italiana. Un docente di scuola superiore cura lo svolgimento di lezioni mirate per supportare chi riscontra maggiori difficoltà linguistiche. L'impegno culmina nell'ultimo fine settimana del mese, quando i volontari si recano a Trieste, provvedendo alla distribuzione di viveri e coperte preparati prima della partenza.

Martina M. Maria M. Gloria P.
Gemma M.

E OCCHIO AL FRIGO

Consumare e sprecare di meno

Il cibo è una risorsa essenziale per la nostra vita.

Ci poniamo quotidianamente la domanda: "Cosa mangiamo oggi?". Sapevate che gli alberi vengono abbattuti per dare spazio ai campi? Il peso della produzione di cibo è enorme. Bisogna consumare infatti meno cibo, diminuire gli sprechi e preferire le proteine vegetali rispetto a quelle animali. Per fare in modo di non sprecare cibo, possiamo già da ora impegnarci e adottare alcuni semplici accorgimenti come fare una lista della spesa precisa, evitando degli sprechi oppure fare attenzione alla temperatura del frigo, che deve rimanere tra 1 e 5 gradi, congelando i cibi che deperiscono velocemente.

Jennifer A. Ziqi Z. Giulia R.

Come riconoscere gli alimenti a rischio salute e quelli spazzatura

Ultra-processato? Basta contare gli ingredienti

Prima di consumare una merenda avete mai pensato di leggerne l'etichetta? Avete sentito parlare di cibi ultraprocesati?

Da un'intervista rivolta a un gruppo di ragazzi del nostro istituto è emerso che fanno grande uso di cibo-spazzatura inconsapevolmente. Se un prodotto contiene più di cinque ingredienti significa che è ultraprocesato. In un pacco di tortellini industriali sono presenti trenta ingredienti, in uno snack da aperitivo se ne contano più di qua-

ranta e non solo spezie, ma additivi, amidi modificati, grassi idrogenati, edulcoranti, emulsionanti, coloranti e le sostanze chimiche aggiunte per rendere un prodotto più appetibile in termini di gusto, odore e consistenza. I cibi ultraprocesati sono prodotti che hanno subito trasformazioni da essere completamente cambiati rispetto al prodotto originale.

Uno studio sugli effetti degli alimenti ultraprocesati sulla nostra salute rivela che aumenta

del 50% il rischio di obesità e il loro consumo si associa a diabete, ipertensione, infarto, disturbi depressivi. Per molti epidemiologi si tratta di una forma di inquinamento nel piatto. E mentre le evidenze scientifiche aumentano, l'industria inonda i consumatori di pubblicità e funziona: circa l'85% dei prodotti che troviamo sugli scaffali dei supermercati è ultraprocesato.

Alejandro M. Andrea C. Emanuele C.



Un altro disegno fatto dai ragazzi della 3ª B