

166° Circolo Didattico  
Scuola elementare Statale "A. Tagliacozzo"  
a. s. 2001\2002  
Classi V A – B – D



**Nutrire la mente,  
combattere la fame**



[avanti](#)

# " NUTRIRE LA MENTE, COMBATTERE LA FAME "

Noi bambini delle classi V della scuola elementare "A. Tagliacozzo" presentiamo in queste pagine il grave e persistente problema della fame del mondo.

Ogni anno il 16 ottobre la FAO organizza "La giornata mondiale dell'alimentazione" cui partecipano più di 150 Paesi. Sollecitiamo tutti a riflettere su questo dilemma non solo in questa data ma sempre. I temi che abbiamo affrontato sono:

**\* che cos'è la fame e chi sono gli affamati?**

La difesa della nostra salute .....pagina 3

La fame in cifre.....pagina 4

Le nostre riflessioni .....pagine 5- 6

**\* perché ci sono persone che sono affamate e malnutrite**

Analisi di un continente in via di sviluppo.....pagina 7

L'Africa e i suoi problemi.....pagina 8

Cartina dell'Africa.....pagina 9

**\* che cosa possiamo fare per aiutare ad eliminare la fame?**

I vari passaggi nel sistema alimentare.....pagina 10

La storia dei pomodori di Miguel.....pagina 11

Poesia di "Gianni Rodari".....pagina 12

Le nostre poesie.....pagina 13

Il progetto "Nutrire la mente, combattere la fame" è sul sito

[www.feedingminds.org/default\\_it.htm](http://www.feedingminds.org/default_it.htm)

Noi, a scuola, lo abbiamo visitato e sicuramente... contemporaneamente ad altri bambini di tutto il mondo.



# La difesa della salute



È importante nutrirsi perché i cibi contengono principi nutritivi che permettono al nostro corpo di crescere, muoversi, rinnovare tessuti.

Le principali funzioni dei cibi sono: plastica, energetica, regolatrice. La funzione plastica è svolta principalmente dalle proteine, quella energetica dagli zuccheri e dai grassi, quella regolatrice dalle vitamine e dai sali minerali.

Tutti gli alimenti sono stati raggruppati in sette gruppi che contengono tutti i principi nutritivi.

Per poter vivere sani è necessario variare i cibi e seguire poche regole che permettono di avere un'alimentazione equilibrata:

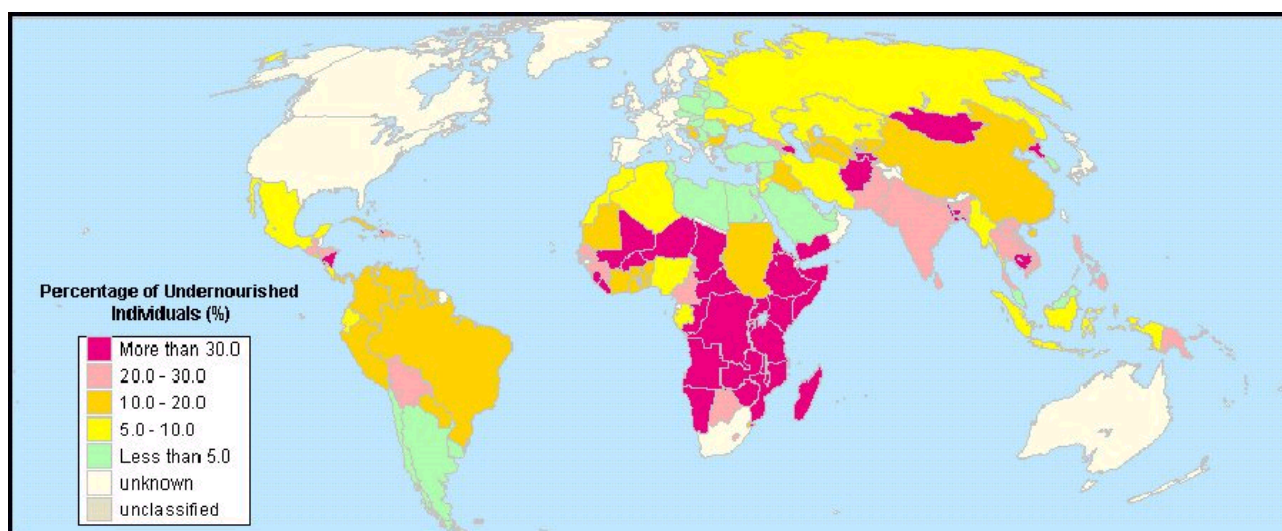
- ❖ Non eccedere nei condimenti
- ❖ Moderare il consumo di carne e salumi
- ❖ Mangiare molta verdura e frutta
- ❖ Consumare cereali e derivati (non dimenticare una certa dose di latte).

Però non tutti mangiano la stessa quantità di cibo, si va da un estremo all'altro.

Nei paesi più industrializzati molti esagerano di conseguenza si sono diffuse alcune malattie come: obesità, arteriosclerosi e ipertensione, invece c'è chi soffre la fame e di conseguenza molti si ammalano ed hanno ritardo nello sviluppo fisico e mentale, che in molti casi porta alla morte.

[indietro](#)

# LA FAME NEL MONDO IN CIFRE



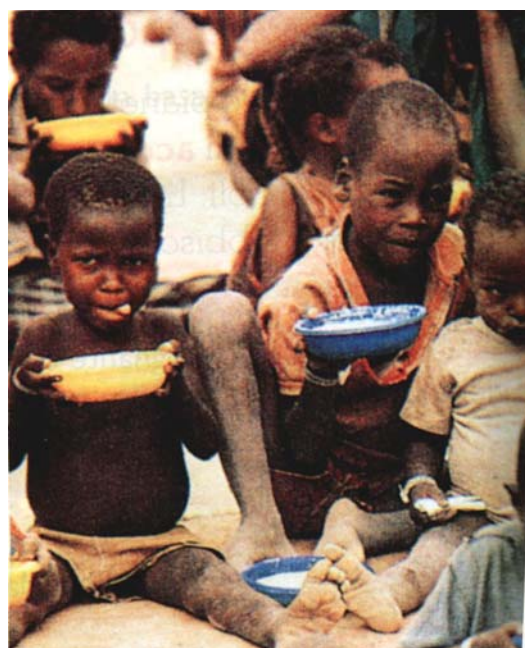
La cartina tematica mostra che la grande maggioranza delle persone sottoalimentate vive in Africa e in Asia.

Dalle statistiche degli organismi internazionali e della FAO, emerge che nel mondo l'alimentazione è:

- ❖ ottimale per il 22% della popolazione,
- ❖ mediocre per il 30% della popolazione,
- ❖ scarsa per il 48% della popolazione.

Ogni anno circa 800 milioni di persone sono sottoalimentate, di queste circa 200 milioni sono bambini al di sotto di 5 anni. Molti di loro, poiché la madre è denutrita, conoscono la fame prima ancora di nascere e vengono al mondo sottopeso; in seguito la scarsa alimentazione provoca danni irreparabili. Secondo alcune stime, la malnutrizione è un fattore determinante per i 13 milioni di bambini che muoiono, sotto i 5 anni, ogni anno a causa di malattie ed infezioni.

[indietro](#)



# Le nostre riflessioni

Noi sprechiamo chili e chili di cibo che non ci piace e che non mangiamo perché sazi: e pensare che più del 45% della popolazione mondiale non mangia che un misero pezzo di pane al giorno... Ci dobbiamo vergognare di ciò...

Mario

Io vorrei che gli stati sottosviluppati potessero avere scuole e ospedali come noi perché quando sento in TV che gli africani hanno fame, muoiono, non possono imparare mi viene da piangere. Spero che un giorno tutti gli stati del mondo si industrializzino e possano vivere bene.

Matteo

Tre bambini su cinque muoiono per mancanza di cibo. Noi sprechiamo il cibo, magari un gelato. I bambini del terzo mondo non ne conoscono neanche il sapore. Non hanno l'acqua per dissetarsi mentre sulle nostre tavole arriva quella microfiltrata!!!

Alessia

Forse noi non ci rendiamo conto di quanto cibo sprechiamo e perciò dovremmo cercare di capire che cosa provano quei bambini che per avere un pezzo di pane vanno a lavorare.

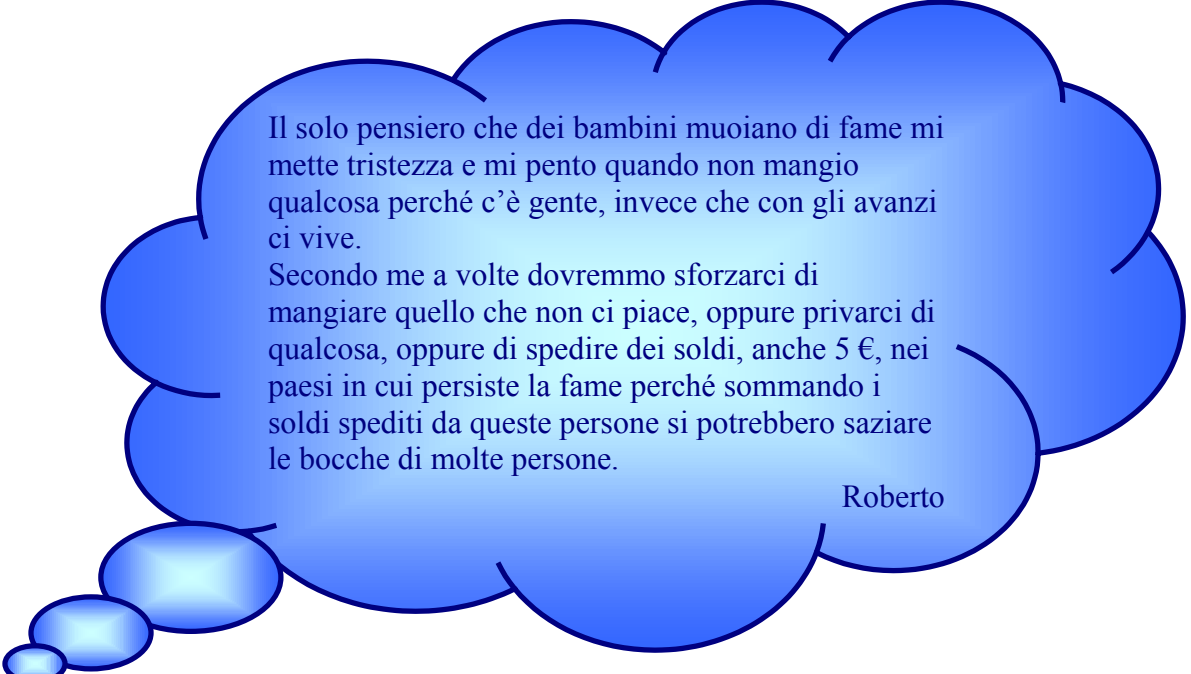
Pierluca

Io ho capito che dobbiamo apprezzare il cibo perché siamo fortunati ad averlo, mentre ci sono bambini che muoiono di fame e farebbero di tutto per averne anche una "briciola".

Morgana

Ho capito che in Africa ci sono tanti bambini che sono malnutriti, mentre noi siamo fortunati ad avere il cibo che addirittura tante volte buttiamo.

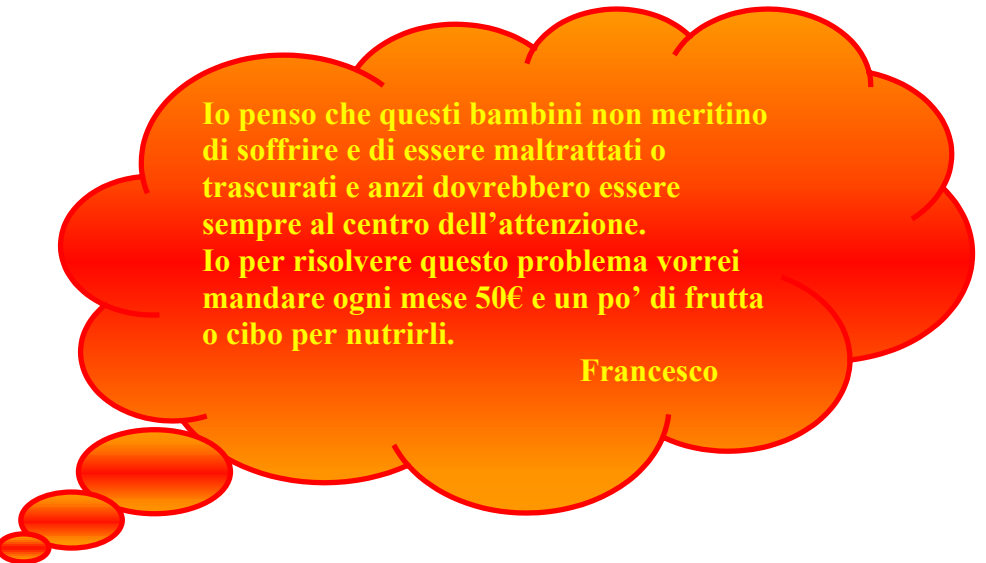
Fabio



Il solo pensiero che dei bambini muoiano di fame mi mette tristezza e mi pento quando non mangio qualcosa perché c'è gente, invece che con gli avanzi ci vive.

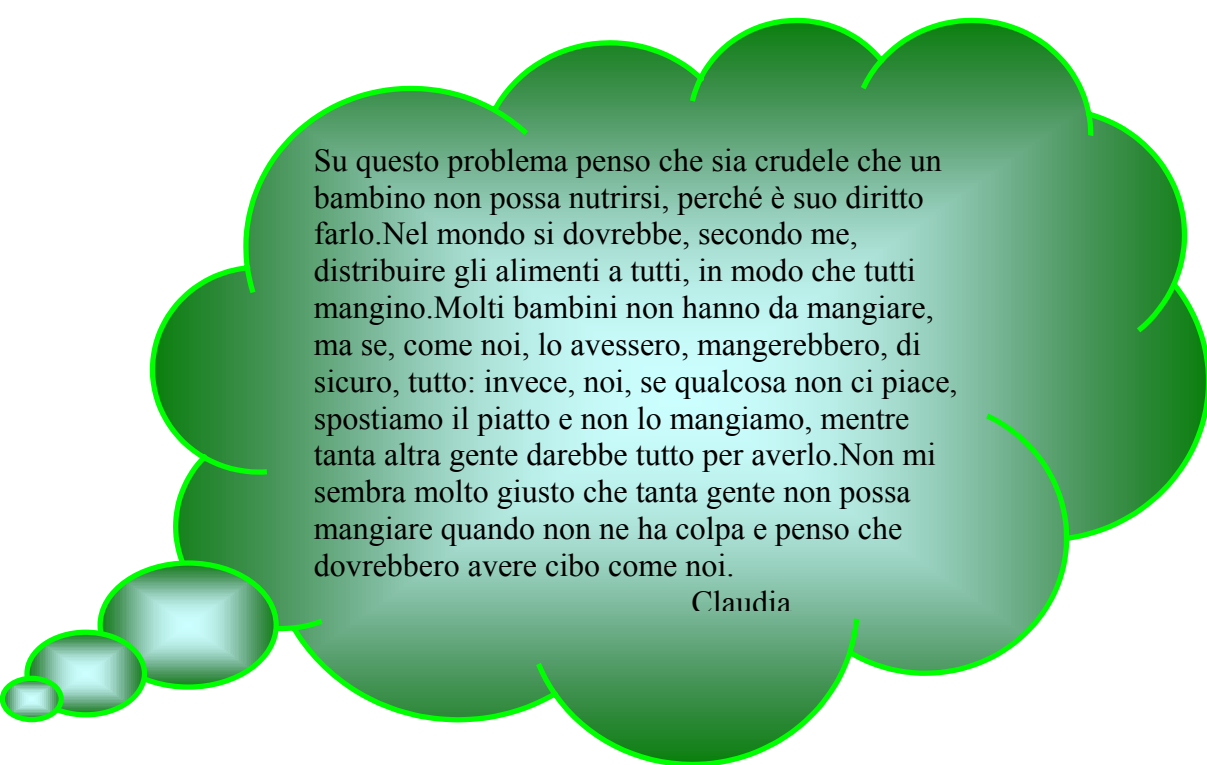
Secondo me a volte dovremmo sforzarci di mangiare quello che non ci piace, oppure privarci di qualcosa, oppure di spedire dei soldi, anche 5 €, nei paesi in cui persiste la fame perché sommando i soldi spediti da queste persone si potrebbero saziare le bocche di molte persone.

Roberto



**Io penso che questi bambini non meritino di soffrire e di essere maltrattati o trascurati e anzi dovrebbero essere sempre al centro dell'attenzione. Io per risolvere questo problema vorrei mandare ogni mese 50€ e un po' di frutta o cibo per nutrirli.**

Francesco



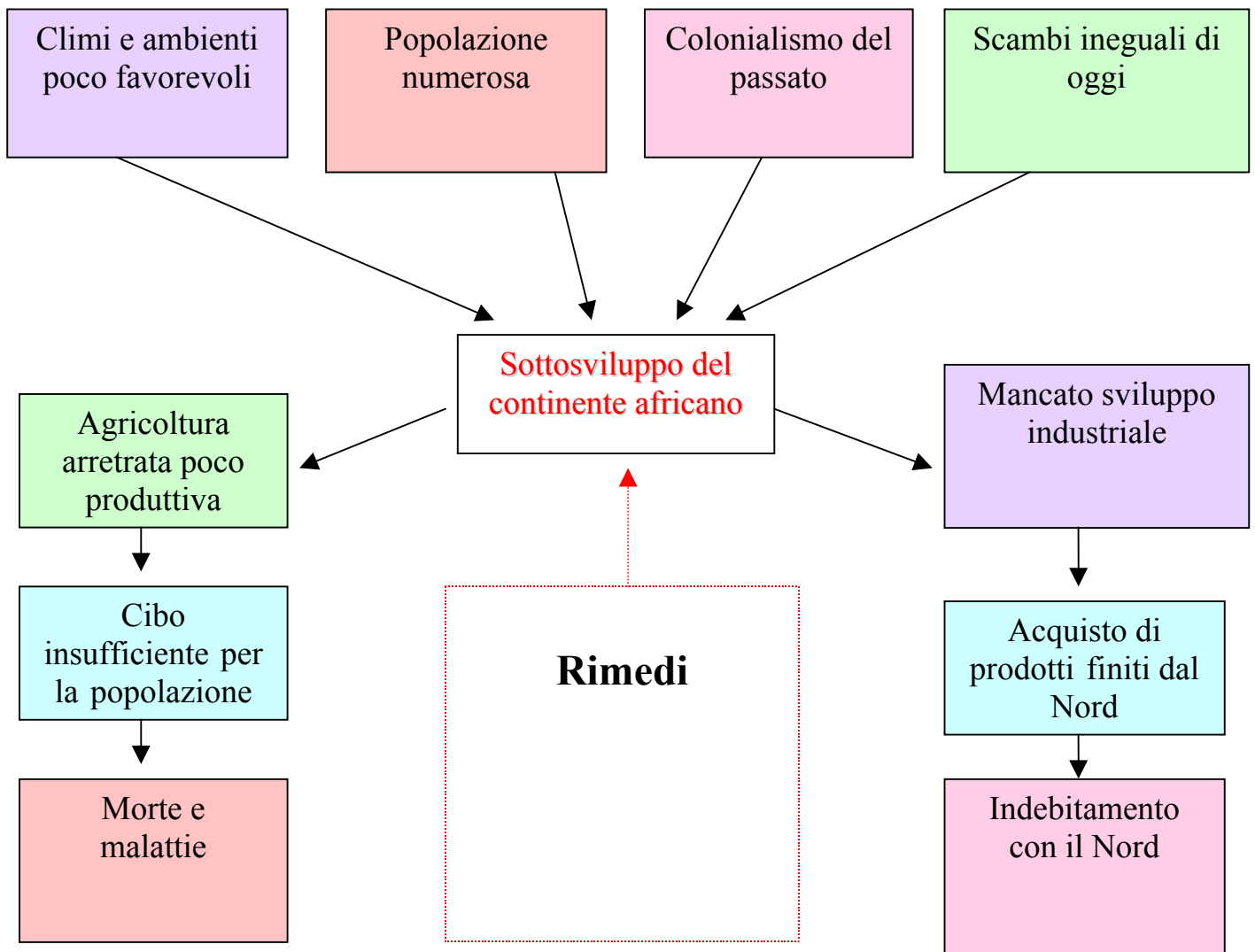
Su questo problema penso che sia crudele che un bambino non possa nutrirsi, perché è suo diritto farlo. Nel mondo si dovrebbe, secondo me, distribuire gli alimenti a tutti, in modo che tutti mangino. Molti bambini non hanno da mangiare, ma se, come noi, lo avessero, mangerebbero, di sicuro, tutto: invece, noi, se qualcosa non ci piace, spostiamo il piatto e non lo mangiamo, mentre tanta altra gente darebbe tutto per averlo. Non mi sembra molto giusto che tanta gente non possa mangiare quando non ne ha colpa e penso che dovrebbero avere cibo come noi.

Claudia

# Analisi dei contesti geografici, storici e socio-economici di un continente in via di sviluppo: l'AFRICA



Lo schema (pag. 157) presenta le problematiche dell'Africa. Rifletti e distingui cause e conseguenze. Scrivi poi un testo esprimendo anche le tue opinioni per risolvere il problema.



[indietro](#)

# L'AFRICA E I SUOI PROBLEMI

L'Africa è un continente molto vasto ed è composto da 53 Stati.

In passato, l'Africa è stata sempre dominata dagli Europei che ne hanno sfruttato molte risorse ed hanno tolto la possibilità di imparare ad essere autonomi agli Africani. Ma vi sono altri problemi. Il clima tropicale e l'ambiente sfavorevole non hanno favorito gli insediamenti umani; vicino ai centri urbani sono presenti affollate periferie in cui gli abitanti non possiedono servizi adeguati. Un altro problema, forse il più importante, è lo sfruttamento da parte delle multinazionali che provocano uno scambio ineguale.

Le conseguenze del sottosviluppo del continente africano sono l'arretratezza dell'agricoltura e dell'industria che portano all'insufficienza di cibo per sfamare tutta la popolazione e quindi ad epidemie e morte.

In Africa c'è il più alto tasso di persone sottoalimentate al mondo.

La bassa industrializzazione invece ha costretto gli Africani a prendere prodotti finiti dal nord e allora si sono indebitati con Paesi più ricchi perché i prezzi sono molto alti.

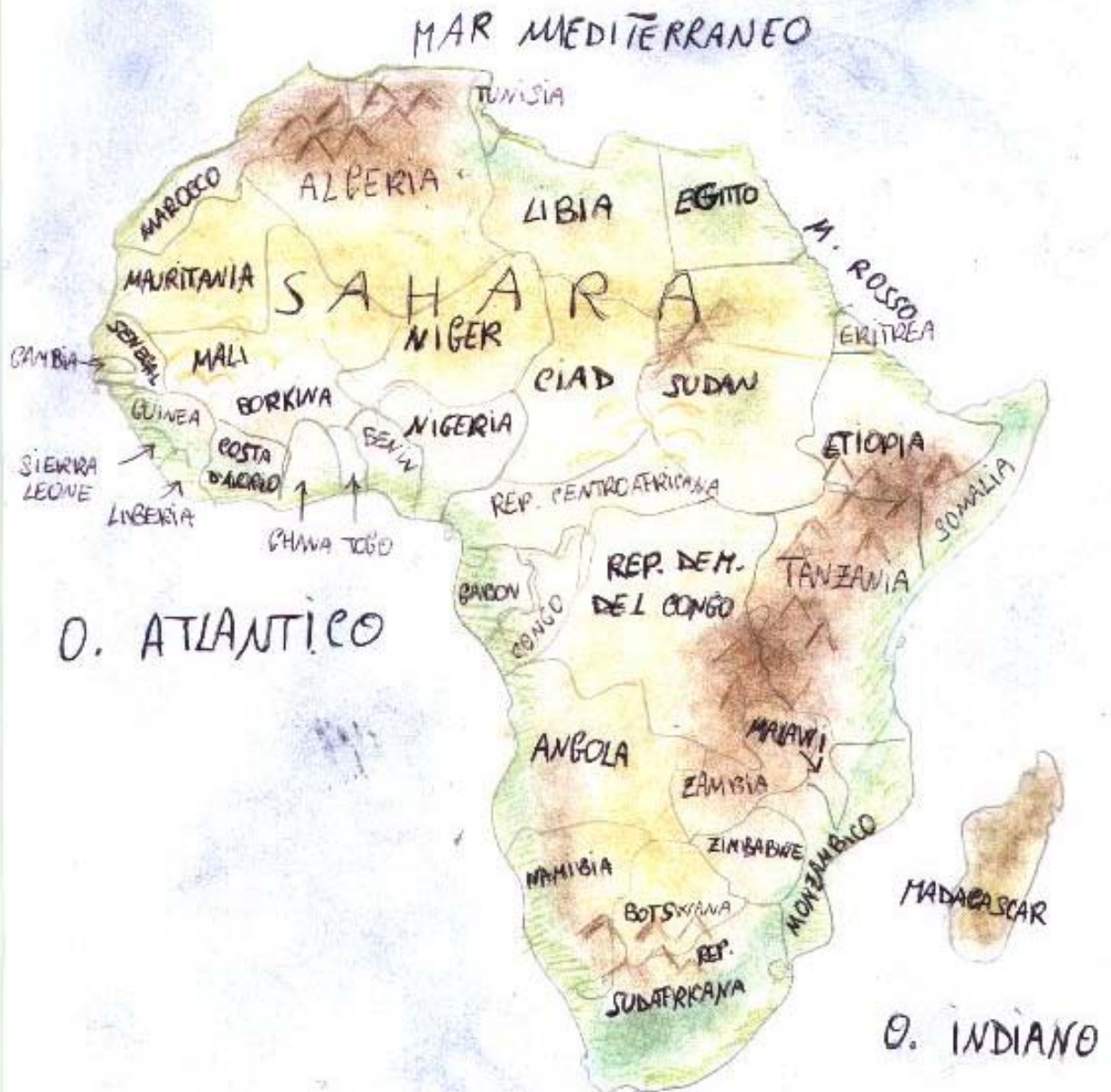
In classe abbiamo discusso su che cosa si può fare per risolvere questo persistente dilemma ed abbiamo trovato dei possibili rimedi:

- ❖ emigrazione di una parte della popolazione con ritorno nei loro Paesi per investire risparmi;
- ❖ annullare i debiti dei Paesi poveri che hanno contatto con i paesi ricchi;
- ❖ per favorire l'economia alzare i prezzi delle materie prime e abbassare quelli dei materiali finiti;
- ❖ diffondere nuove tecniche per sviluppare l'agricoltura e l'industria;
- ❖ risolvere il problema dell'analfabetismo costruendo scuole per diffondere cultura che consente lo sviluppo di un pensiero libero e si è poi capaci di affrontare e risolvere autonomamente le difficoltà che si incontrano.

Matteo

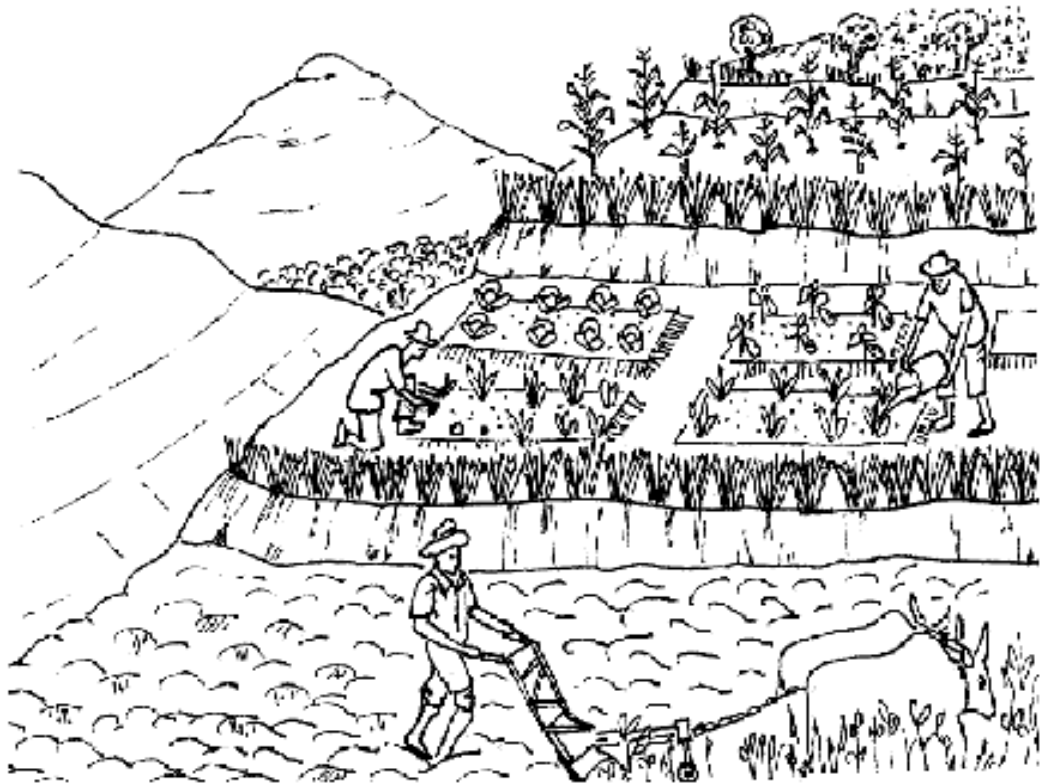
[indietro](#)

# UNA NUOVA AMICA... ... L'AFRICA!



# I passaggi nel sistema alimentare

Ogni cibo che si trova sulle nostre tavole ha una storia lunga e ben precisa.



I passaggi coinvolti nel sistema alimentare comprendono:

- 1) La preparazione per la coltivazione degli alimenti
- 2) La coltivazione degli alimenti
- 3) Il trasporto degli alimenti dal campo
- 4) Il trattamento, la vendita o la conservazione degli alimenti
- 5) Preparare e mangiare gli alimenti

La storia dei pomodori di Miguel ci è piaciuta molto.

[indietro](#)

# La storia dei pomodori di Miguel

Miguel preparò il terreno, poi cominciò a piantare piccole piantine di pomodori che erano germogliate dai semi.

Un giorno, sotto i fiorellini gialli si affacciarono tondi e verdi pomodori, che presto divennero gialli, arancioni ed infine rossi.

Miguel raccolse tutti i pomodori rossi e li mise nelle cassette, successivamente caricò le cassette di legno sul suo carretto per portarli al mercato della città.

## **I pomodori vanno al mercato**

Miguel portò i pomodori al mercato dove arrivò Pedro con un vecchio camion.

Pedro comprò tutti i pomodori di Miguel e uscì contento dal mercato per andare in città.

## **I pomodori vanno alla grande città**

I pomodori continuavano il viaggio nelle loro cassette verso la grande città.

In città Pedro si fermò davanti ad un supermercato dove le cassette di pomodori vennero scaricate e portate in una sala buia.

La mattina dopo i pomodori vennero sistemati sugli scaffali.

Pedro portò i pomodori anche alle bancarelle e agli stabilimenti alimentari.

## **I pomodori vanno allo stabilimento industriale**

I pomodori che furono portati allo stabilimento vennero selezionati, con un getto d'acqua calda venne tolta loro la pelle, vennero cotti e messi nei barattoli.

I barattoli vennero messi in scatole e, infine, al posto dei pomodori c'erano dozzine di barattoli, con un'etichetta colorata.

Gli operai misero i barattoli dentro robuste scatole di cartone.

## **I pomodori tornano a casa**

I pomodori di Miguel dentro le robuste scatole potevano essere trasportati in paesi lontani dove non si coltivavano pomodori, potevano essere consumati in scuole, ospedali, ristoranti o famiglia, o potevano essere trasportati con treni, camion, navi o aerei.

Forse un giorno Miguel e sua moglie compreranno i loro pomodori e diranno che sono veramente buoni, ma non come quelli che avevano coltivato nel loro campo.

## Se io facessi il fornaio (G.Rodari)

S 'io facessi il fornaio  
vorrei cuocere un pane  
così grande da sfamare  
tutta, tutta la gente  
che non ha da mangiare.

Un pane più grande del sole,  
dorato, profumato,  
come le viole.

Un pane così  
verrebbero a mangiarlo  
dall'India e dal Chili  
i poveri, i bambini;  
i vecchietti e gli uccellini.

Sarà una data  
da studiare a memoria:  
un giorno senza fame!  
Il più bel giorno di tutta  
la storia.



# LE NOSTRE POESIE

*Vorrei essere magica  
Per far provare a  
tutti  
Quello che provano  
Coloro che soffrono  
la fame,  
vorrei essere magica  
per farli vivere  
sempre con noi.  
Ilaria*

*Vorrei una nuvola,  
una nuvola incantata  
che come per magia  
illumini gli occhi e dia l'allegria.  
Che caschi dal cielo la leccornia  
che ai bambini del terzo mondo  
dia veramente l'allegria.*

*Alessia*

*Se io fossi un contadino,  
darei del cibo ad ogni  
bambino.  
Se io dessi un buon lavoro,  
ne ricaverai dell'oro.  
Se io fossi un bel frutto,  
leverei la fame del tutto.  
Morgana*

**F** AVORIAMO L'

**A** LIMENTAZIONE

**M** ONDIALE

**E** TERNAMENTE

*La vecchia ama  
La vecchia sfama  
Lei aiuta e tutti ama  
Nicole*

*Lorenzo*

[indietro](#)