



Presentazione progetto: “Il Cucchiaino Diabetico”

Ideato da:

Diabete Brescia ONLUS – Diabetici di Brescia e Provincia

In collaborazione con:

Istituto Professionale di Stato per i Servizi Alberghieri della Ristorazione

“Caterina De’ Medici” di Gardone Riviera (BS)

Slow Food “Condotta del Garda”

Il Consiglio Direttivo di “Diabete Brescia ONLUS – Diabetici di Brescia e Provincia” ha tra i propri scopi statuari anche la promozione della conoscenza, prevenzione e gestione della patologia diabetica, pertanto a tal fine intraprende delle iniziative in collaborazione con altre organizzazioni ed enti che vogliono condividerne i progetti formativi.

“Il Cucchiaino Diabetico”, quest’anno alla seconda edizione, si consolida in un team di alto livello: l’Istituto Alberghiero di Gardone Riviera e Slow Food, che non hanno davvero bisogno di presentazione.

Il Consiglio Direttivo di Diabete Brescia è profondamente grato al Dirigente Scolastico dell’Istituto “Caterina De’ Medici” Professor Francesco Mulas ed a Slow Food nella persona del Signor Francesco Amonti, per aver voluto credere ancora in questo progetto, che è indubbiamente l’inizio di un percorso positivo di indirizzo per i nuovi cuochi che tenga conto dell’emergenza sociale del diabete.

Una buona alimentazione è alla base di una sana e salubre vita: questo hanno pensato gli organizzatori, che si sono nuovamente ritrovati ad un tavolo di progetto al fine di elaborare un piano di lavoro per la realizzazione di pietanze soddisfacenti dal punto di vista nutrizionale ma che avessero, al tempo stesso, un valore calorico contenuto ed una gradevole gustosità al palato.

Il progetto si articola in tre fasi ognuna conseguente all’altra:

1. **Fase formativa:** formazione degli allievi dell’Istituto con una conferenza di quattro ore tenuta dal Dottor Felice Mangeri (Diabetologo Ospedale Civile di Gavardo), dal Signor Michele Valotti (Chef) e dalla Dottoressa Gabriella Baiguera (Slow Food Condotta del Garda). Il Dottor Mangeri spiega agli allievi ed agli insegnanti cosa è il diabete, dedicando particolare attenzione all’importanza di una alimentazione adeguata ed evidenziando l’IG (Indice Glicemico) degli alimenti e la loro interscambiabilità; il Signor Michele Valotti illustra la corretta preparazione degli alimenti con “trucchi” applicabili nella preparazione al fine di mantenere il gusto senza diminuirne il gradimento; la Dottoressa Baiguera, infine, illustra l’approccio alimentare proposto da Slow Food che si basa sul piacere del cibo, di cui tutto il mondo ha diritto, e sulla gratificazione che l’alimento deve apportare con l’atto del mangiare. Purché sia mantenuto equilibrio, sobrietà e senso del limite ci si può cibare di tutto, senza escludere alcun nutrimento. Per quanto riguarda il diabetico non deve medicalizzare il cibo quotidiano.

Queste prime 4 ore si tengono il 18 febbraio 2012 presso l’aula magna dell’Istituto di Gardone Riviera, parteciperanno gli alunni con indirizzo di cucina ed i Professori interessati.

Diabete Brescia ONLUS – Diabetici di Brescia e Provincia

Sede Legale: Via Padana Superiore, 100 – 25045 Castegnato (BS)

Tel. 3277888581 3925858580 – Fax 0302721474

Sede Operativa: Casa delle Associazioni Via Cimabue 16 (San Polo) Brescia – Tel. 0302309280

www.diabetebrescia.org – sede@diabetebrescia.org - info@diabetebrescia.org

2. **Fase creativa:** gli allievi di due classi terze sviluppano il progetto seguiti dagli insegnanti dell'Istituto; un Professore terrà i contatti con i docenti per i dubbi che dovessero eventualmente emergere. Gli allievi riuniti in gruppi elaborano una pietanza per ogni tipo di portata (antipasto, primo, ecc.). L'attività "creativa" si protrae per circa tre mesi (massimo fino a maggio).
3. **Fase valutativa:** alla fine della fase creativa gli allievi presentano le loro elaborazioni ad una commissione per la valutazione di quanto preparato. La commissione valuta quanto esposto in termini di gusto, calorie ed aderenza alla giusta nutrizione, ossia quanto è stato richiesto ed insegnato nell'incontro della fase uno.
La commissione è composta dai docenti delle fasi uno e due (dottori, esperti, professori, ecc.) ma anche da un diabetico e da eventuali persone estranee al percorso, al fine di poter valutare sia la parte tecnica che la parte creativa.

È in fase di studio un premio per gli allievi che presenteranno i migliori elaborati di ogni pietanza.

Per i motivi sopra esposti Diabete Brescia e Slow Food intendono coinvolgere in questa esperienza anche la ristorazione tradizionale, prefiggendosi di entrare anche in altre manifestazioni di interesse nutrizionale.

La collaborazione richiesta da "Diabete Brescia" è finalizzata alla promozione ed allo sviluppo della "coscienza dell'alimentazione" come viatico per una vita migliore.
La nostra salute è alla base della nostra vita, è il fondamento primo e, sicuramente, l'alimentazione ne rappresenta l'impalcatura. Parafrasando, possiamo dire che se "l'uomo è ciò che mangia", perché non alimentarsi correttamente visto che abbiamo la possibilità di farlo?

Brescia, gennaio 2012

