

IIS Giovanni Giolitti

via Alassio, 20 – Torino 011 6635203 Fax 011 6634660
www.istitutogiolitti.org - segreteria@istitutogiolitti.org

Progetto "GIOVANI CONSUMATORI CRESCONO.

Scuola, famiglie e territorio:

un' alleanza per un consumo consapevole"

(Realizzato nell'ambito del Programma generale di intervento 2009 della Regione Piemonte con l'utilizzo di fondi del Ministero per lo Sviluppo economico)

a.s. 2009 - 2010



cibo&cibo

VISITATE IL SITO: www.ciboecibo.it !!!



Questo sito è nato dal progetto **chierEAT** che intende sostenere l'agricoltura locale invogliando a consumare i prodotti stagionali della nostra terra.

Ti interessa scoprire quali sono le aziende che collaborano con **chierEAT**? Vai alla sezione: **"I produttori"**

Perché consumare i prodotti di stagione? Perché questo ci fa star bene! Leggi gli articoli della sezione: **"curiamoci con il cibo"**, scoprirai notizie interessanti!

In questo sito puoi trovare:

- 1- Il Progetto **chierEAT** il cui intento è di portare sulle nostre tavole prodotti stagionali e di qualità ovvero sani, naturali e rispettosi delle risorse ambientali.
<http://www.ciboecibo.it/ChierEAT/Il-Progetto-ChierEAT/>



2- La Guida alla spesa consapevole che ci mette in guardia sui prodotti che compriamo al supermercato con cui ci nutriamo. La trovi nella sezione: **“La spesa consapevole”**

3- Consigli per sviluppare una coscienza alimentare che ci indirizzi verso i produttori locali che offrono cibo di stagione genuino. Collegati al link:
<http://www.ciboecibo.it/Alimentazione-sana/La-spesa-consapevole/I-prodotti-a-chilometrzero/>

4- Informazioni sui GAS (gruppi d'acquisto solidale) e i riferimenti per aderirvi.
I GAS sono formati da gruppi di persone che scelgono di acquistare direttamente dai produttori del territorio, in modo consapevole, privilegiando la qualità del prodotto, rispettando la stagionalità e il lavoro del produttore.

Guarda la pagina: **“E' ora di agire”** e seleziona la voce **“I GAS- gruppi d'acquisto solidale”**

5- Informazioni su singoli prodotti:

le caratteristiche nutrizionali, la coltivazione, le origini e la storia.

Alcuni esempi: insalata, pomodori, miele, grano e farine che puoi trovare sul link

<http://www.ciboecibo.it/Alimentazione-sana/Approfondiamo:-la-parola-al-Dr.-Longo/Il-pomodoro/>

oppure <http://www.ciboecibo.it/Alimentazione-sana/Approfondiamo:-la-parola-al-Dr.-Longo/Il-Grano-e-le-farine/>



6- Puoi informarti sull'importanza degli antiossidanti, su come agiscono sui radicali liberi, per prevenire i danni che questi ultimi provocano. Vai alla pagina:

<http://www.ciboecibo.it/Alimentazione-sana/Approfondiamo:-la-parola-al-Dr.-Longo/L-importanza-degli-antiossidanti/>

7- Trovi anche informazioni scientifiche relative a ricerche sviluppate da alcuni ricercatori: il Dr. Longo, il Prof Veronesi, il Prof. Franco Berrino, il Dott. G. Giovanetti.

Consulta queste pagine:

<http://www.ciboecibo.it/Alimentazione-sana/Curiamoci-con-il-cibo/La-dieta-anticancro-del-Prof.-Veronesi/>

<http://www.ciboecibo.it/Alimentazione-sana/Curiamoci-con-il-cibo/Il-cibo-dell-uomo,-del-Prof.-Franco-Berrino/>

<http://www.ciboecibo.it/Alimentazione-sana/Curiamoci-con-il-cibo/Il-Dr.-Giusto-Giovanetti-e-le-micorrize/>

Trovi anche altri link molto interessanti :

<http://www.laculturadelcibo.it/>

<http://sapermangiare.mobi/>

<http://www.altromercato.it/it>

<http://www.newsfood.com/>

<http://www.greenme.it/index.php>