



MANGIOSANO onlus

via Mario e Nicolò Garipoli

c/da San Antonio sn.

98039 Taormina (Me)

telefono + 39 333 3669031

www.mangiosano.net • info@mangiosano.net



Comune
di Taormina



LA CAPINERA
RISTORANTE



Cosa gli mettete nella zucca?



Siete sicuri che il vostro bambino cresca consapevole dell'importanza di una sana alimentazione?

Mangiosano è il Centro di Educazione Alimentare ispirato dalla buona passione per la cucina e dalla sana speranza di un futuro migliore per gli adulti di domani. Un bimbo che apprende oggi l'importanza e il piacere della naturalità in cucina è un bimbo più sano e intelligente, un ragazzo più consapevole e disinvolto. Un adulto migliore.

Per questo ci proponiamo oggi di educare alla percezione sensoriale e alla degustazione dei sapori, alla conoscenza della bontà di uno stile nutritivo salutare. All'essenzialità del gusto, all'emozione, alla scoperta della natura e dei suoi cicli. Tutto ciò attraverso il gioco e l'interazione, attraverso "Aule Verdi" ludico-sensoriali in cui poter osservare e contribuire alla crescita delle "materie prime", ingredienti poi di squisite ricette preparate insieme.

Non c'è scuola migliore del gioco, non c'è aula migliore della natura.

Pietro D'Agostino



Cosa facciamo a scuola con Pietro D'Agostino?

Promuoviamo sane abitudini alimentari, incoraggiando un atteggiamento positivo nei confronti della buona nutrizione, della salute e salvaguardia dell'ecosistema naturale;

Impariamo insieme a correggere gli errati approcci culturali nei confronti dell'alimentazione, favorendo atteggiamenti di curiosità e conoscenza per il buon cibo e le sue ottimali virtù curative;

Educhiamo all'approccio critico verso i cibi ed i relativi messaggi pubblicitari;

Valorizziamo il rapporto genitori-figli alla scoperta di un'alimentazione sana, consapevole e creativa.

Raccontiamo il mondo degli alimenti, dei loro valori nutritivi, educando alle diversità del gusto, alla tracciabilità e alla stagionalità dei cibi;

Facciamo cultura, esplorando l'umanità e la storia dell'evoluzione umana attraverso la scoperta di sapori, profumi ed odori di altre terre, di nuovi confini, di uomini e donne oltre gli orizzonti del quotidiano.

Esploriamo la vita attraverso i sensi; olfatto, gusto, udito tatto...e intuito!

Ci divertiamo insieme, gustiamo e mangiamo bene!

CORSI PER PICCOLI CHEF



DA 4 A 7 ANNI
BAMBINI ACCOMPAGNATI (GENITORI O NONNI)



DA 8 A 12 ANNI
BAMBINI SENZA ACCOMPAGNATORI

L'orto del nonno di Tommaso

Percorso educativo/didattico di bio-nutrizione. Lezioni teorico/pratiche volte a fornire ai bambini, ai genitori e ai nonni gli strumenti utili per uno stile di vita sano, interagendo con il cibo ed imparandone a conoscere i nutrienti che compongono gli alimenti. Prevista la creazione e la cura di un piccolo orto botanico, per osservare le fasi essenziali dei cicli della natura. Perché ciò che è buono e sano ha bisogno del giusto tempo e non ha mai fretta!

Le briciole di Ludovica

La preparazione e conoscenza del pane, dalla macinatura dei cereali alla cottura. Ludovica adora il pane: così l'alimento base dell'alimentazione contadina diventa il protagonista di utili conoscenze storiche e alimentari sul mondo dei cereali. Dall'assaggio del pane caldo e fragrante, si ripercorrerà con i bambini il viaggio fantastico attraverso la conoscenza dei cereali, delle loro caratteristiche ed utilizzi. I bambini impareranno a distinguere i cereali attraverso i sensi. La parte pratica prevede divertenti lezioni di impasto e poi di cottura (a cura esclusiva dello chef).



Buon compleanno a te e la torta a me!!!

Adesso si può imparare divertendosi! Mela Mangio offre a tutti i bambini un'opportunità unica di imparare e giocare in cucina. Grazie alle sapienti mani di Pietro e dei suoi piccoli chef, un pomeriggio di festa si anima di giochi nuovi ed educativi: con creatività e maestria, i bambini potranno aiutare lo chef a preparare biscotti, torte e golosità per un compleanno di tutto gusto!

2 LEZIONI A SETTIMANA

lunedì, mercoledì e venerdì
dalle 14.00 alle 16.00 e dalle 16.00 alle 18.00

La merenda di Tommy

Laboratori creativi, ideati per sviluppare l'inventiva ed il gusto dei bambini attraverso la realizzazione di merende genuine e pulite, utilizzando frutta, verdura ed ingredienti di origine naturale. I bambini saranno guidati alla scoperta dei cicli della natura, alla degustazione e manipolazione di alimenti di origine vegetale, fino ad arrivare alla sperimentazione di stuzzicanti merende e piatti golosi e sani.

Ciccia Pasticcia

Il cioccolato: eccolo finalmente il protagonista dei "fuori pasto", il preferito dai bambini di ogni età. Con un approccio rinnovato, con rispetto ed amore per un alimento antico e ricco di virtù, Pietro guiderà bambini e adulti alla conoscenza del cacao, delle sue proprietà ed utilizzi nel panorama culinario moderno. Una serie di laboratori indispensabili per chi vuole scoprire che il cioccolato non è solo golosità, ma anche e soprattutto genuina bontà e salute. Impareremo a riconoscere la buona cioccolata, quella di cui non lecito fare a meno!

CORSI PER GRANDI CHEF

CORSI PER ADULTI DI MANGIOSANO
lunedì dalle 19.00 alle 21.00 e giovedì dalle 14.00 alle 17.00

Il tempo delle mele

In cucina, amore e fantasia sono ingredienti essenziali! A coppie simpatiche e creative, Mela Mangio dedica un corso di tre spensierate ore fra i fornelli ed i cinque sensi all'opera. Risultato? Un menu di sicuro successo!

Cooking Lessons

Per appassionati, dilettanti e creativi, nella cucina di Mela Mangio sono attivi i corsi dedicati al mondo del cibo e delle sue innumerevoli proprietà salutari. Dalla cucina del benessere, al menu vegetariano, passando fra **finger food, pane&pasta, dolcesalato**, e **pesce, carni e fantasia**, io cucino tu cuoco ... Pietro D'Agostino saprà guidarvi e stupirvi!

Kitchen building

In cucina si impara a stare insieme, lavorare in squadra, prendere decisioni e risolvere imprevisti. Kitchen building, Invito a sorpresa, Cucina letteraria sono lezioni rivolte ad aziende dinamiche ed innovative, per attività di team building accattivanti e dai risultati inaspettati!

Regali d'autore

Un'idea originale e gustosa: un corso completo di cucina perché il vostro regalo sia una sorpresa inaspettata e gradita!