

**PRIMO TEMPO: COGITO ERGO SUM** Diabete e tecnologia: la conosco?

**SECONDO TEMPO: INTELLEGO ERGO SUM** Diabete, cibo e tecnologia: come la utilizzo

# Una ricetta per volersi bene

Lavoro di gruppo

**PRIMO TEMPO: COGITO ERGO SUM** Diabete e tecnologia: la conosco?

**SECONDO TEMPO: INTELLEGO ERGO SUM** Diabete, cibo e tecnologia: come la utilizzo

# il Mandato

***pensare e descrivere una ricetta che evochi l'elemento affettivo e identitario che il cibo rappresenta per il gruppo, coniugandolo con il benessere e la salute delle persone e del pianeta***

**PRIMO TEMPO: COGITO ERGO SUM** Diabete e tecnologia: la conosco?

**SECONDO TEMPO: INTELLEGO ERGO SUM** Diabete, cibo e tecnologia: come la utilizzo

## Il Mandato di oggi:

*Individuare quale sarà la «Ricetta per volersi bene» del gruppo*

**PRIMO TEMPO: COGITO ERGO SUM** Diabete e tecnologia: la conosco?

**SECONDO TEMPO: INTELLEGO ERGO SUM** Diabete, cibo e tecnologia: come la utilizzo

## il Mandato di oggi:

- Individuare un referente del gruppo
- Metodologia consigliata: giro di tavolo con uso di lavagna a fogli mobili
- Condividere, dopo discussione, quale sarà **la ricetta per volersi bene** del gruppo
- Decidere la procedura operativa successiva che porterà alla definizione della ricetta secondo le specifiche definite
- Durata del lavoro 40 minuti

**PRIMO TEMPO: COGITO ERGO SUM** Diabete e tecnologia: la conosco?

**SECONDO TEMPO: INTELLEGO ERGO SUM** Diabete, cibo e tecnologia: come la utilizzo

# le Specifiche della Ricetta

- Motivare la scelta della ricetta sulla base dei seguenti criteri/parametri che saranno utilizzati per la valutazione complessiva da parte degli “esperti”:
  1. TRADIZIONE
  2. STAGIONALITA’
  3. SOSTENIBILITA’ (ECONOMICA; AMBIENTALE)
  4. NATURALITA’
  5. EQUILIBRIO NUTRIZIONALE
- Indicare le materie prime, la loro provenienza (anche i produttori) e i criteri nella loro scelta.
- Descrivere la modalità di preparazione del piatto. La ricetta deve essere per 4 persone.
- Inviare la ricetta entro il 15/11/23; a Pollenzo ogni gruppo avrà 3 minuti per la presentazione in Plenaria

**PRIMO TEMPO: COGITO ERGO SUM** Diabete e tecnologia: la conosco?

**SECONDO TEMPO: INTELLEGO ERGO SUM** Diabete, cibo e tecnologia: come la utilizzo

Buon Lavoro!