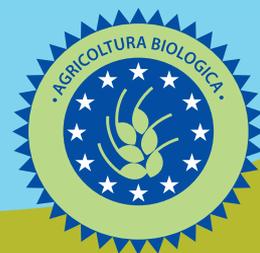




Commissione europea
Agricoltura e Sviluppo rurale

LE QUATTRO STAGIONI

LIBRO DI ATTIVITÀ
PER BAMBINI



La vita nella fattoria biologica

La fattoria biologica è un posto dove delle persone vivono e lavorano insieme per coltivare le piante e allevare gli animali, così che tu e la tua famiglia potete gustare cibi e bevande deliziose.

Gli animali biologici che vivono nella fattoria, come le mucche, i maiali, i polli, le capre e le pecore, sono trattati rispettando i loro bisogni naturali. All'interno della fattoria, gli animali biologici devono avere spazio a sufficienza e seguire una dieta naturale che li mantenga sani e forti.

Gli agricoltori biologici lavorano duro anche per far crescere le piante in modo sano, principalmente usando concime e compostaggio provenienti dalla fattoria.

Le uova biologiche che mangi a colazione e che si trovano nei biscotti deliziosi e nelle torte squisite sono raccolte da un contadino biologico. Provengono da galline che beccano felici nel campo e usano dei comodi cestini per deporre indisturbate le loro uova.

Quando una fattoria è biologica, il contadino deve seguire delle regole speciali per assicurare che gli animali vivano sani e felici. Le regole stabiliscono anche che il contadino è responsabile della protezione dell'ambiente.

Come si fa a sapere che è biologico?

I prodotti che vengono da una fattoria biologica e che sono stati trattati e trasformati in formaggio o salsicce deliziose,

marmellata, confetture, succhi ed altri prodotti biologici hanno una speciale etichetta biologica, che indica dove, come e da chi sono stati prodotti. Questo permette ai tuoi genitori di scegliere per te ottimi cibi e bevande biologiche.

Come fare a saperne di più sull'agricoltura biologica ed i suoi prodotti?

Molte fattorie biologiche sono aperte al pubblico e hanno dei negozi. Chiedi ai tuoi genitori o agli insegnanti di saperne di più e proponi di fare una gita in una fattoria. I contadini biologici saranno sicuramente felici di mostrare la fattoria alla tua classe o alla tua famiglia. Vi mostreranno gli animali e i campi e vi spiegheranno cosa rende l'agricoltura biologica così speciale.

In più puoi visitare l'«Angolo dei Bambini» sul sito dell'agricoltura biologica, «Fa bene alla natura, fa bene a te.» Puoi trovare il sito qui www.organic-farming.europa.eu, ma ricordati di chiedere sempre il permesso ai tuoi genitori prima di navigare su Internet.

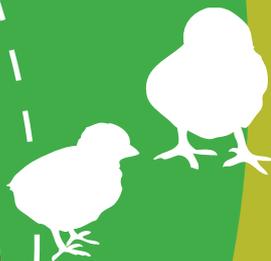
Infine, puoi provare tutte le attività divertenti descritte in questo libro per vedere cos'altro si può fare con il cibo ed i materiali biologici. Mentre proverai le attività con gli amici o a scuola, potrai imparare di più sull'agricoltura biologica e la sua produzione.

(Se non riesci a trovare i prodotti biologici qui elencati, puoi usare anche quelli non-biologici)

Buon Divertimento!







Alieni dalla testa d'uovo

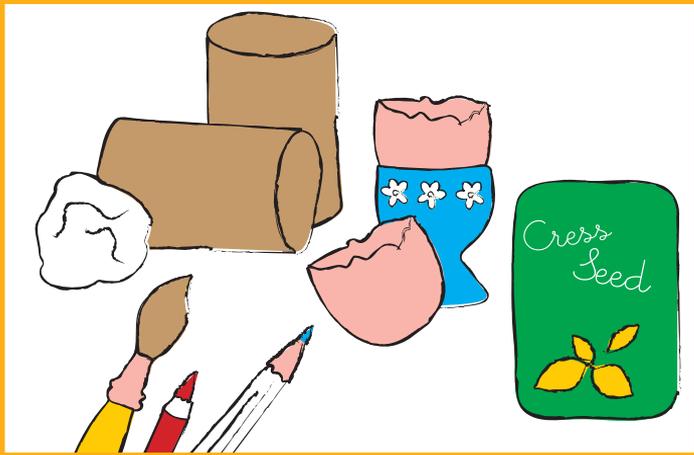
Attenzione! Questa primavera, gli alieni dai capelli verdi invaderanno la tua cucina! Puoi fare il tuo alieno con la «testa» d'uovo e vedere come i semi di crescione che pianti germogliano e diventano una «chioma» verde.

Cosa ti serve:

Le uova biologiche e la loro confezione · Penne o evidenziatori colorati · Batuffoli di cotone · Semi biologici di crescione

1. Lava accuratamente e asciuga alcuni mezzi gusci d'uovo dopo una colazione a base di uova strapazzate. Su ogni guscio d'uovo disegna una strana faccia aliena.
2. Immergi per un po' i batuffoli di cotone in una ciotola d'acqua e mettili nei gusci. Spargi i semi di crescione sui batuffoli di cotone.
3. Rimetti i gusci d'uovo nella confezione e sistemali su un davanzale.
4. Nei prossimi giorni tieni il cotone sempre umido e guarda i capelli verdi che spunteranno agli «alieni»; quando saranno abbastanza lunghi fagli un bel «taglio» e mettili in un'insalata o in un panino.

PRIMAVERA





Il basilico Biologico cresce tranquillo

Le erbe biologiche, come il basilico, possono essere facilissime da coltivare – specialmente in primavera. Pianta i semi, poi mettiti comodo e rilassati.

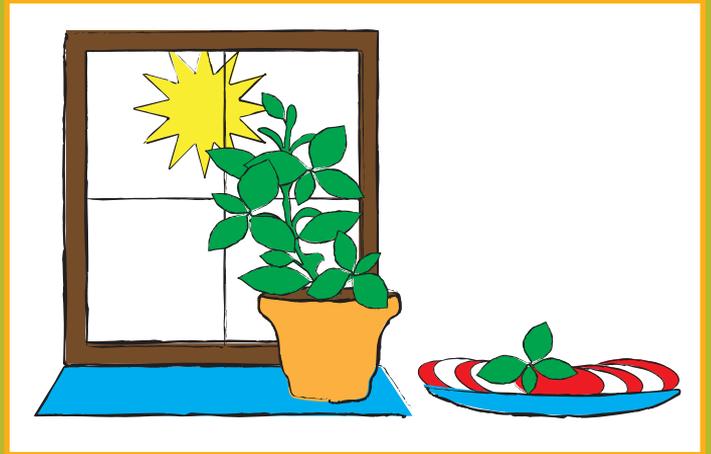
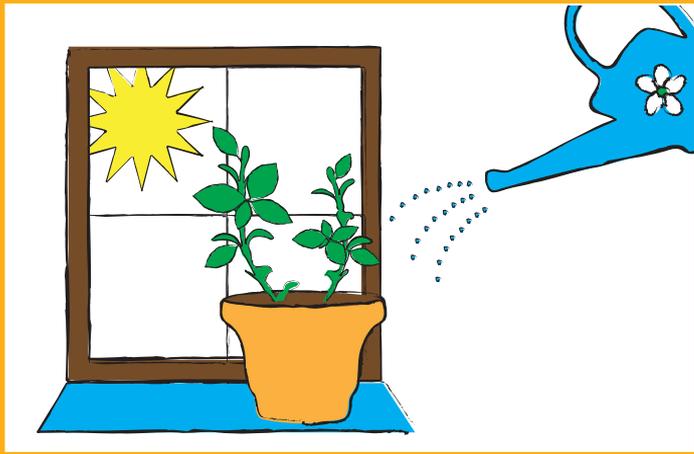
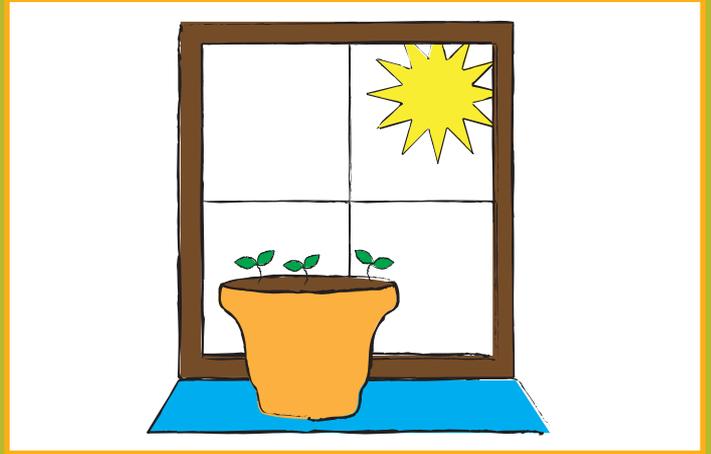
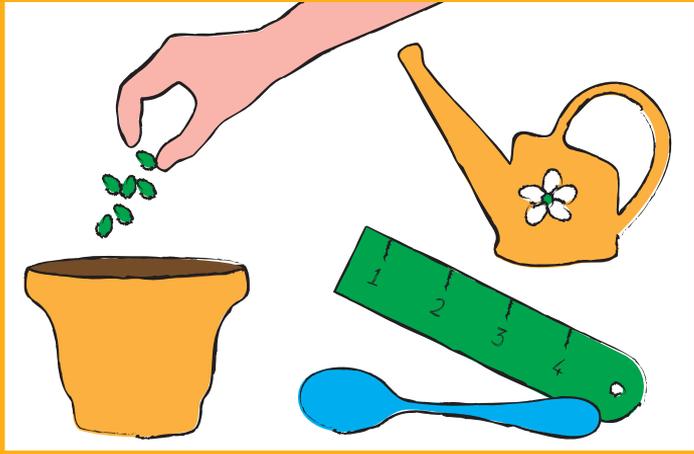
Cosa ti serve:

Un vasetto di argilla · Una manciata di sassolini e terriccio dal giardino o dal parco (chiedi il permesso ai tuoi genitori prima di iniziare a scavare!) · Semi biologici di basilico · Un bastoncino del lecca-lecca ed un evidenziatore.

1. Disponi dei sassolini sul fondo del vasetto e aggiungi della terra fino a $\frac{3}{4}$ del vaso. Spargi 5–6 semi e ricoprili di terra.
2. Metti il vasetto al sole, e mantieni la terra umida finché i semi non germogliano. Inserisci il bastoncino del lecca-lecca nella terra.
3. Controlla il basilico ogni paio di giorni, e segna quanto è cresciuto sul bastoncino.
4. Puoi iniziare a raccogliere il basilico non appena spuntano un po' di foglie. Se lo raccogli spesso, incoraggerai la pianta e crescerà sempre di più – il che significa più basilico saporito per te.

Il basilico è delizioso nella salsa al pomodoro o nel pesto!!
Provalo!

PRIMAVERA





Il detective del giardino

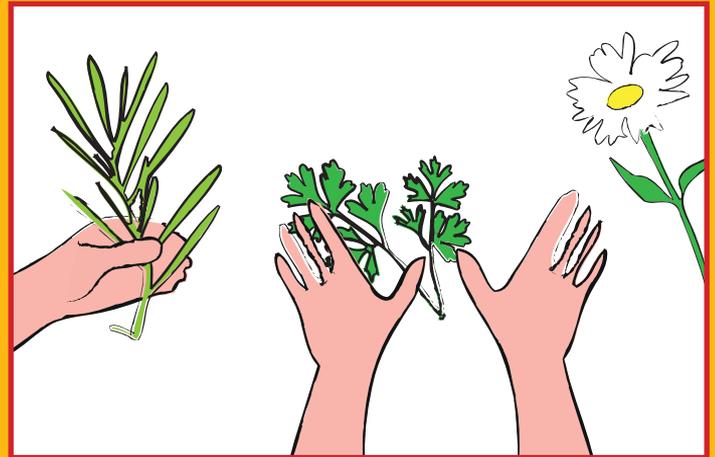
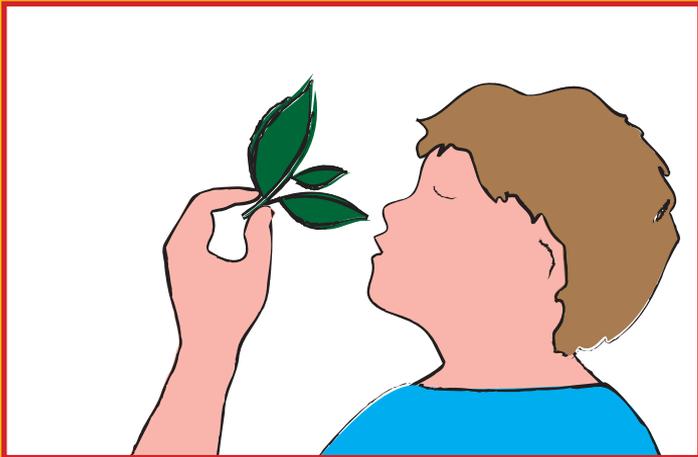
Ecco un bel gioco per te ed i tuoi amici per affinare i sensi e aguzzare le doti investigative usando erbe aromatiche biologiche. Le erbe aromatiche sono piante come il prezzemolo, il basilico e l'origano. Ogni erba aromatica ha un aroma ben distinto che spesso ha anche uno scopo pratico, come ad esempio attrarre gli insetti per l'impollinazione o proteggere le foglie dai parassiti. Gli insetti conoscono la differenza, ma il tuo naso è abbastanza fine da risolvere il mistero?

Cosa ti serve:

Erbe aromatiche biologiche fresche, tipo basilico, timo, rosmarino, salvia, menta, ecc. · Un paio di amici

1. Chiedi ai tuoi genitori di aiutarti e ed i tuoi amici a trovare delle erbe aromatiche biologiche fresche.
2. Prendi un rametto o una foglia per ogni erba aromatica biologica e mettilo sul tavolo. Senti l'odore di ognuna e di il suo nome ad alta voce. Studiale bene!
3. Ora chiudi gli occhi e fatti dare un'erba per volta dai tuoi amici. Cerca di identificare l'erba aromatica solo attraverso il tatto e l'olfatto.
4. Dopo di te, metti alla prova le capacità investigative dei tuoi amici sulle erbe aromatiche biologiche. Per un'altra sfida, dai due erbe alla volta al «detective» e vedi quanto sono affinate le sue capacità!

ESTATE





ESTATE

Candelabri con le mele

(Adatto ai bambini al di sopra dei 6 anni. È raccomandata la supervisione di un adulto).

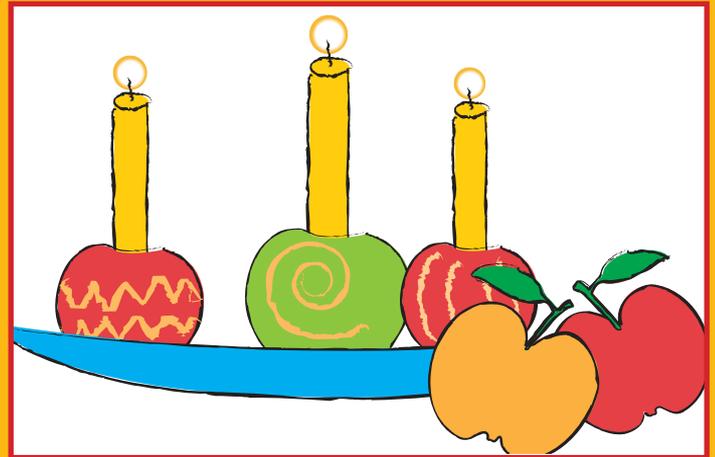
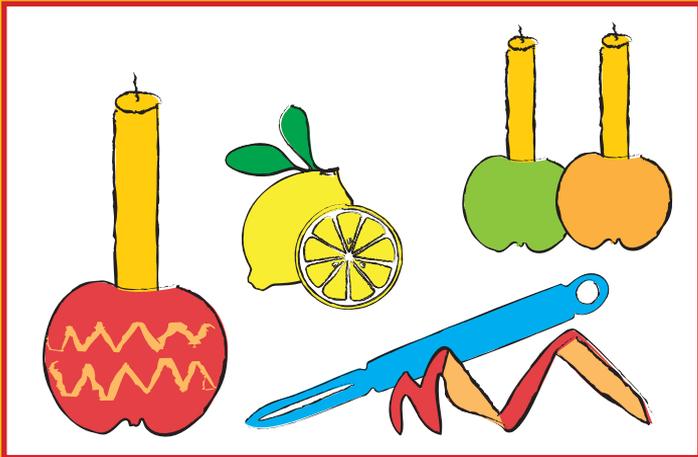
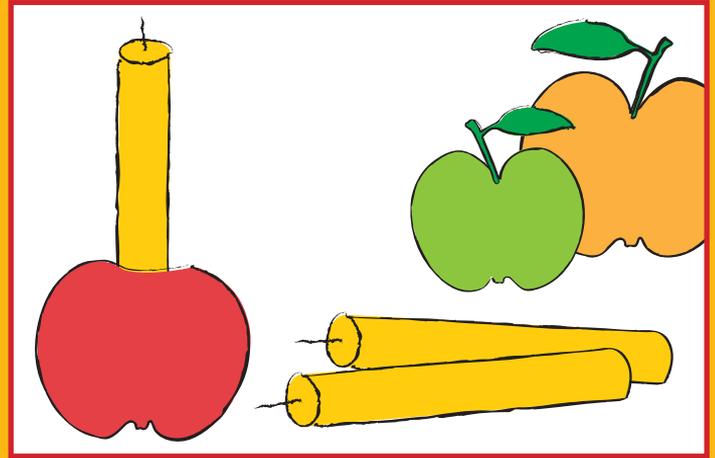
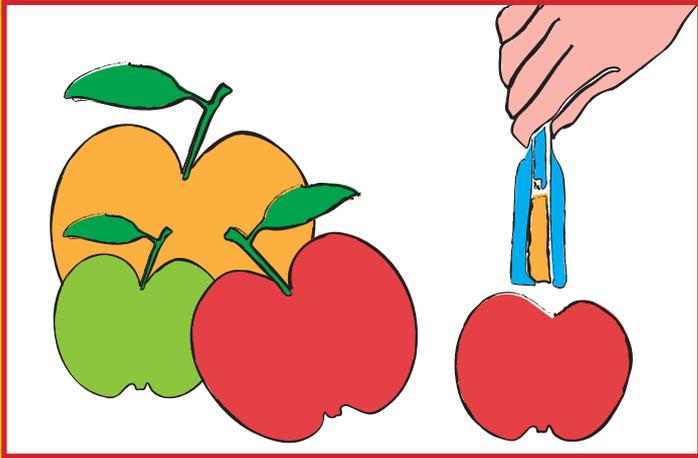
Le mele apportano molte vitamine e fibre alla tua dieta e ti aiutano a mantenerti sano ... e adesso ti portano anche la luce! Puoi aiutare a decorare la tavola per le cene di famiglia con questi candelabri originali fatti con mele biologiche croccanti.

Cosa ti serve:

Mele biologiche che stiano in posizione dritta su di un tavolo - Candele - Carta incerata - Pelapatate e succo di limone

1. Utilizzando un levatoroli fai un buco al centro della mela grande abbastanza da far entrare la candela fino a metà -tt fatti aiutare da un adulto! Fai il buco più dritto possibile e rimuovi il pezzo di torsolo.
2. Inserisci saldamente una candela nel buco. Se il buco è troppo grande, avvolgi la base della candela con della carta incerata.
3. Decora le mele intagliando dei disegni con cautela nella buccia con la punta del pelapatate (strofina i disegni con del succo di limone per evitare che diventino scuri).
4. Disponi in cerchio i candelabri su un piatto o un tagliere, e mettili sul tavolo.

Chiedi sempre ad un adulto di accendere le candele.





Gioco di memoria autunnale

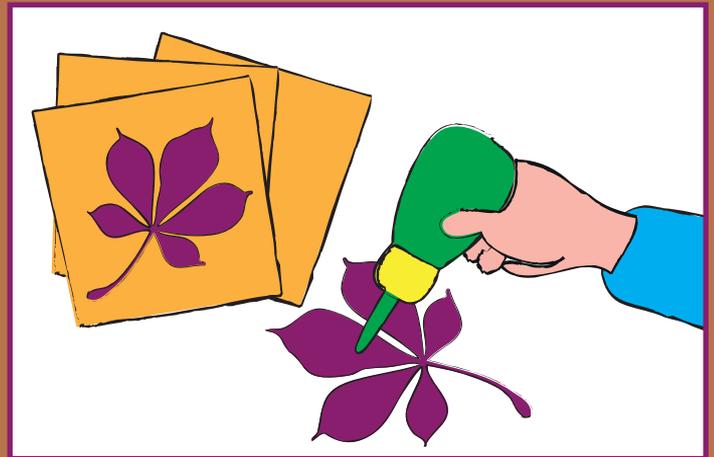
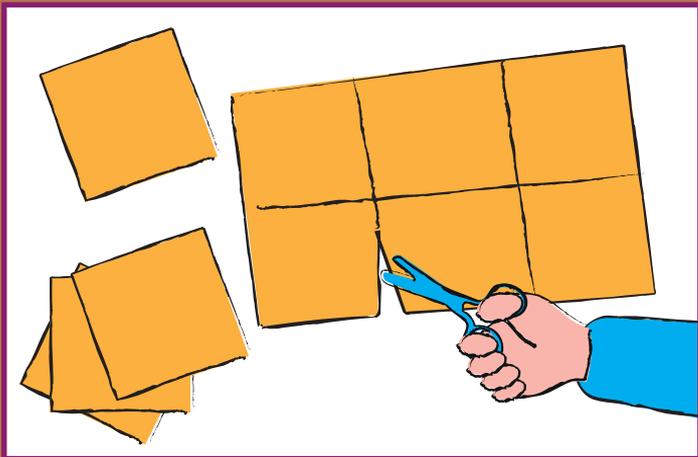
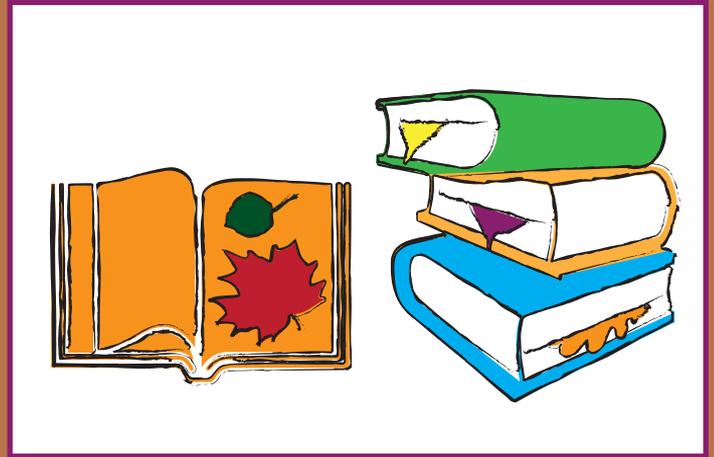
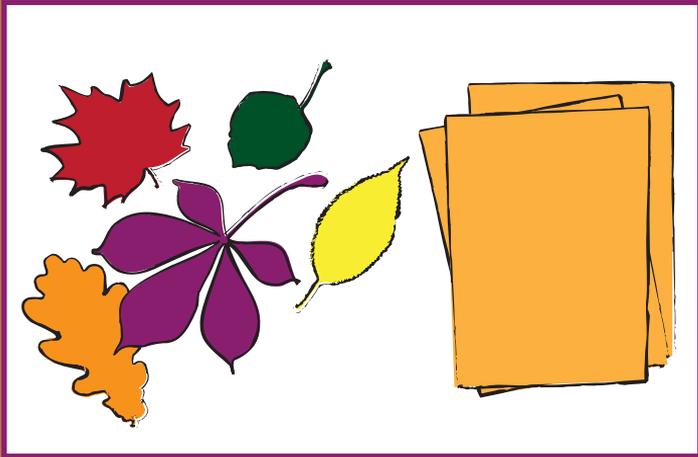
Le foglie cambiano colore e gli alberi spogli cominciano a far pensare all'inverno. Ecco un gioco semplice e divertente che puoi fare con gli amici per mettere alla prova la memoria e per tenere con te una parte di questa magica stagione durante i prossimi mesi invernali.

Cosa ti serve:

10 cartoncini della stessa misura · Due libri pesanti · Carta incerata e colla

1. Raccogli delle foglie diverse. Scegli almeno cinque coppie di foglie – ad esempio, due foglie di castagno, due foglie di quercia, ecc.
2. Secca le foglie mettendole ben stese tra due fogli di carta incerata e sotto due libri pesanti. Tienile da parte per 7-10 giorni.
3. Quando le foglie saranno completamente secche, prendi i cartoncini e incolla una foglia su ognuno di essi.
4. Invita i tuoi amici a fare questo gioco di memoria con te!

AUTUNNO





Inizia lo spettacolo! Protagonisti le pannocchie

L'autunno è tempo di granturco biologico, un prodotto della terra pieno di vitamine e altre sostanze utili per renderti più forte. Ma il granturco biologico non è solo buono da mangiare ... puoi animare questa pannocchia dorata e farla diventare una marionetta.

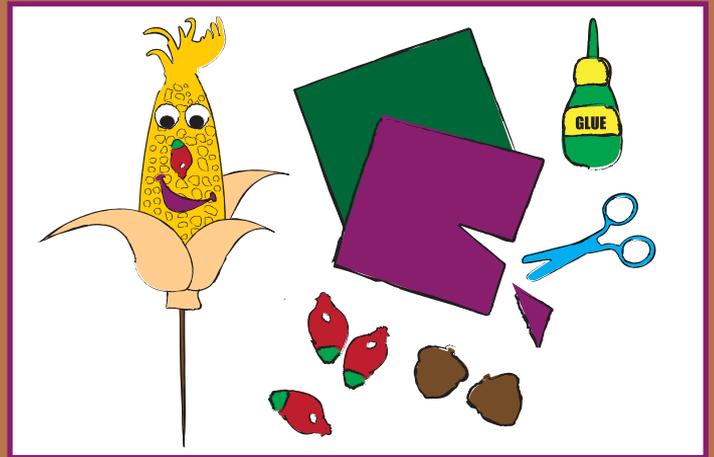
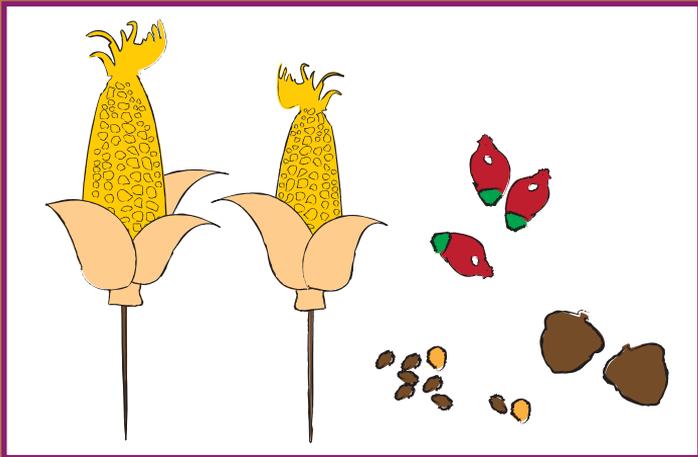
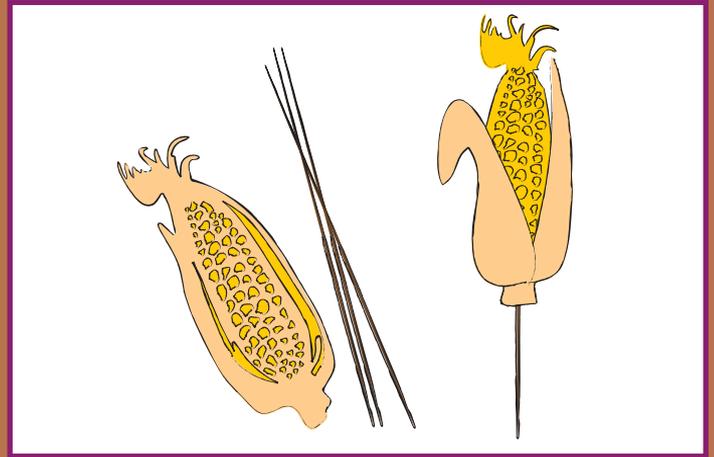
Cosa ti serve:

Una pannocchia di granturco biologica con la buccia · Un bastoncino di legno · Pennarelli, cartoncini colorati, grossi semi o noci · Colla

1. Fai seccare il granturco in un posto caldo per qualche giorno.
2. Una volta seccato chiedi ad un adulto di aiutarti a infilare un bastoncino di legno nella base più piatta della pannocchia.
3. Lascia il pennacchio sulla punta e inizia a sbucciare la pannocchia senza però staccare del tutto le foglie. Infatti, quello sarà il colletto della marionetta.
4. Adesso libera l'immaginazione! Usa i cartoncini colorati, i pennarelli, i semi, le noci e la colla per creare una faccia alla tua pannocchia di granturco.

Invita i tuoi amici, fai portare loro i loro burattini di granturco, e fate uno spettacolo di marionette per la tua famiglia!

AUTUNNO





Un Ristorante biologico ... per Uccellini!

Fuori fa freddo e gli uccellini nel tuo vicinato potrebbero avere dei problemi a trovare delle buone cose da mangiare. Perché non aprire un ristorante biologico tutto per loro? Un cartone vuoto di latte biologico può diventare un posto elegante dove gli uccellini possono mangiare.

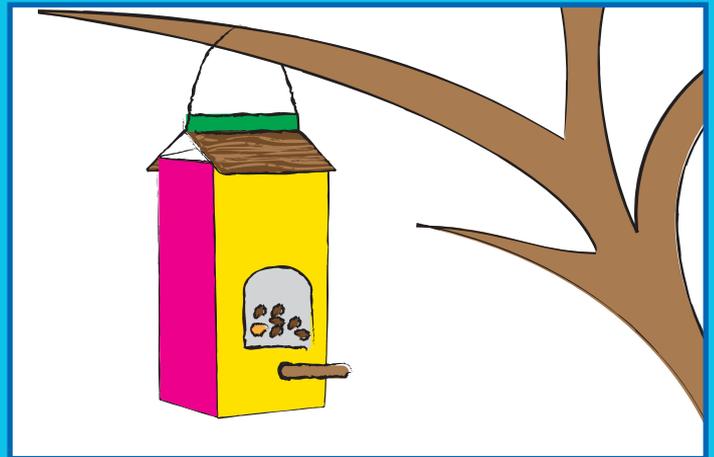
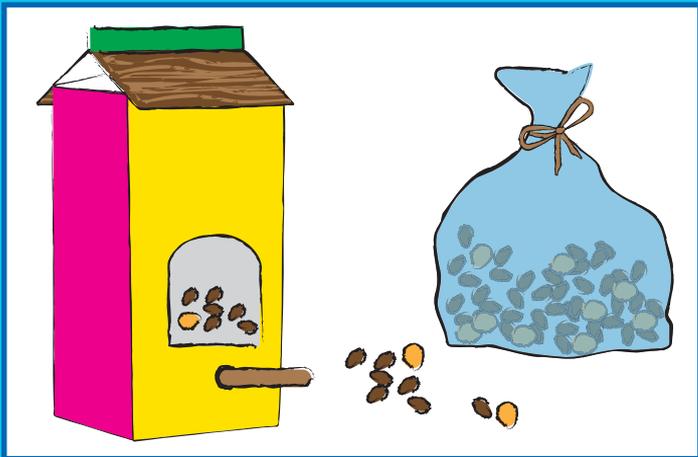
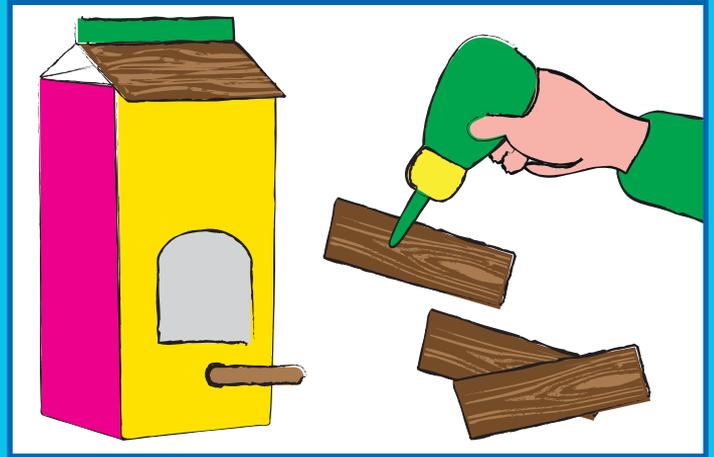
Cosa ti serve:

Un cartone di latte biologico, vuoto e pulito · Forbici e colori a tempera · Schegge di legno o pezzettini lisci di legno · Un cilindretto di legno o un bastoncino dritto e spesso · Cibo biologico per uccelli

1. Dipingi il cartone del latte vuoto e lascialo asciugare. Poi taglia delle «porte» sui lati opposti del cartone fino a circa la metà della sua altezza.
2. Incolla i pezzi o schegge di legno come «tegole» sul tetto. Per far appollaiare gli uccellini, fai dei buchi sotto le porte e infilaci il bastoncino o il cilindretto.
3. Riempi la mangiatoia con cibo per uccelli o prepara il tuo mix usando una varietà di semi biologici, come semi biologici di girasole e granturco.
4. Con l'aiuto di un adulto, appendi la mangiatoia con del filo in un posto facile da vedere, ma lontano dalle recinzioni o dalle cassette delle lettere per evitare gli attacchi dai predatori.



INVERNO





Acchiappa sole di ghiaccio

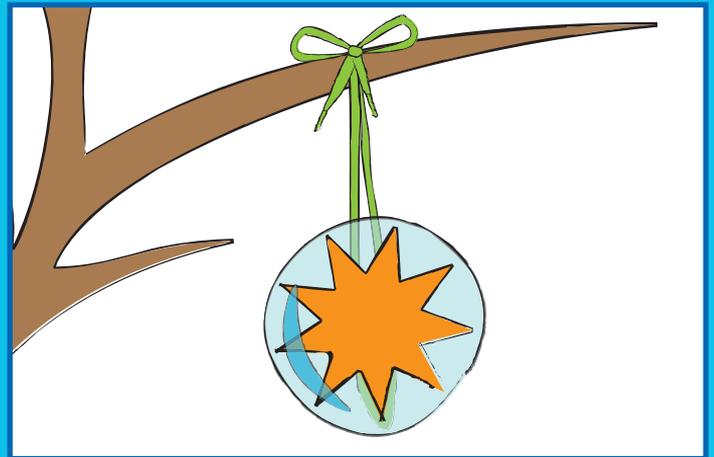
Nei lunghi mesi invernali, non c'è niente di meglio di una bella giornata di sole. Cattura i raggi luminosi del sole con questo super acchiappa sole di ghiaccio.

Cosa ti serve:

Un laccio di scarpe o una cordicella resistente · Una tortiera usa e getta · Acqua · Forbici · Arance o limoni biologici

1. Piega il laccio di scarpe o la cordicella a metà e metti le due estremità al centro della tortiera.
2. Sbuccia le arance e i limoni con cautela per ottenere grossi pezzi di buccia. Taglia un grande cerchio per fare il «sole» e molti triangoli per fare i «raggi».
3. Disponi il «sole» ed i suoi «raggi» nella tortiera, con la parte colorata verso l'alto. Versa piano dell'acqua nella tortiera quasi fino a riempirla. Metti il contenitore fuori (se è abbastanza freddo) o nel congelatore.
4. Una volta congelata, togli il ghiaccio dal contenitore e chiedi ad un adulto di appenderlo su un ramo in basso dove puoi acchiappare il sole.

INVERNO



KF-78-09-662-IT-C

www.organic-farming.europa.eu

AGRICOLTURA BIOLOGICA

FA BENE ALLA NATURA,
FA BENE A TE.

ISBN 978-92-79-11785-5



9 789279 117855

