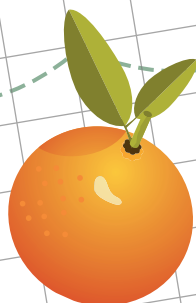
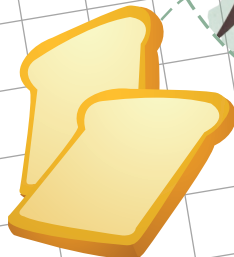


IN FUGA DAL GLUTINE

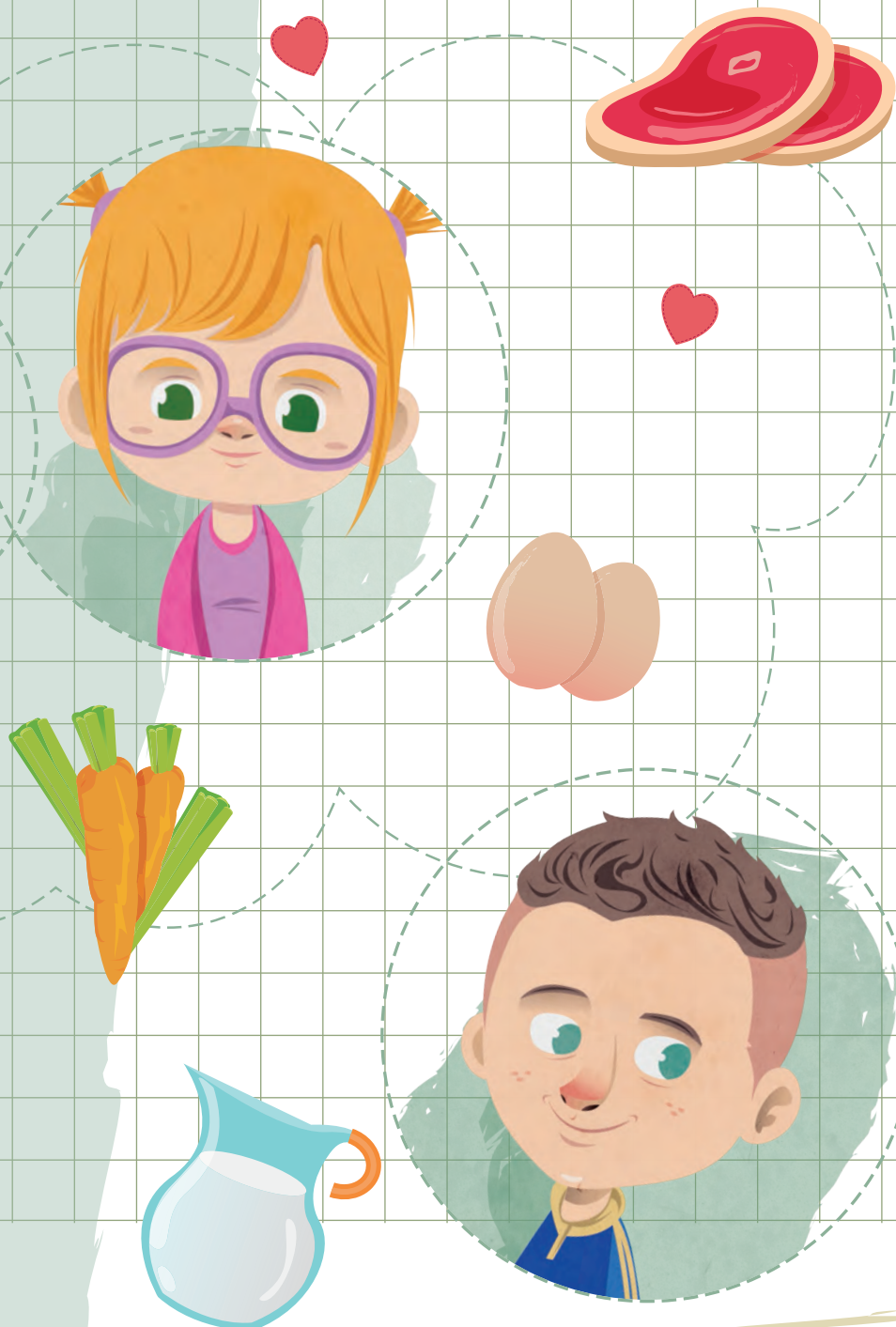
È terminata la scuola e con essa tutte le attività che AIC svolge nelle scuole, ma per passare un po' di tempo insieme Silvia vi propone due giochi che conosce e che ha fatto in classe a scuola durante la giornata di formazione di AIC con il progetto "In Fuga dal Glutine" *

A cura di Paola Lorusso
e Miriam Cornicelli



A OGNUNO IL SUO CIBO

CONTROLLA LE BREVI INFORMAZIONI NELLE SCHEDE DEI PERSONAGGI
QUI A FIANCO E COLLEGA OGNI BAMBINO AI CIBI CHE PUO' MANGIARE



FACCIAMO FESTA



SILVIA

Sono celiaca e non posso mangiare i cibi con il glutine



ANDREA

Non mangia carne e pesce perché è vegetariano



YASSIN

Non mangia il maiale perché è musulmano



DAVIDE

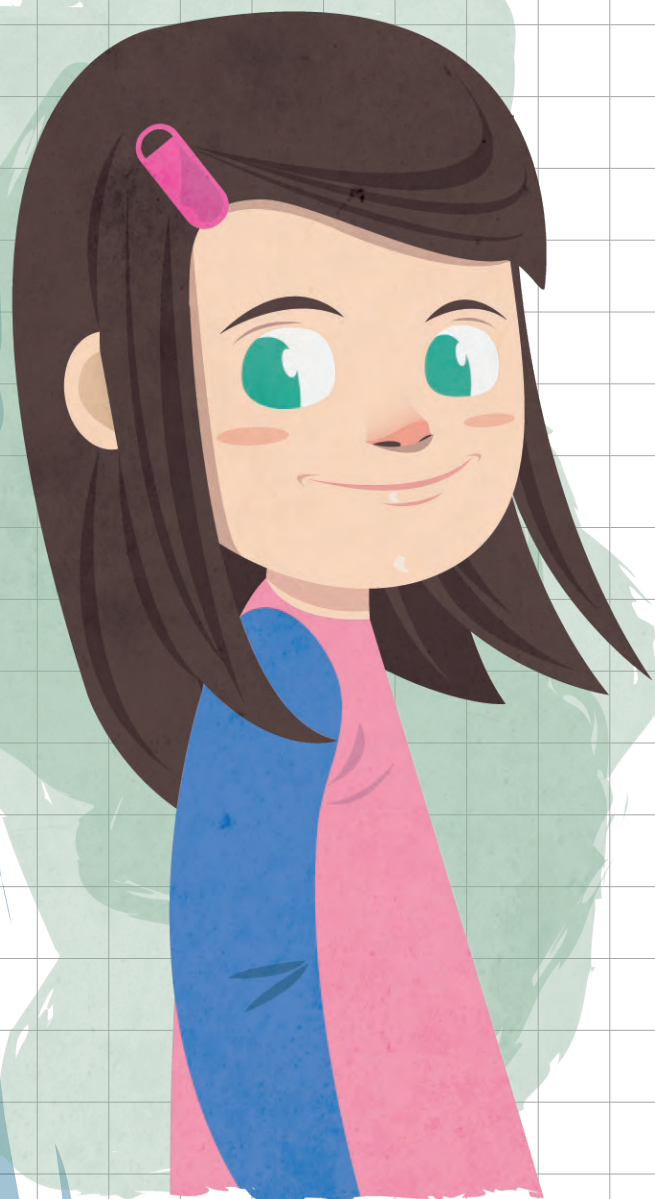
Non può mangiare le uova e gli alimenti che le contengono



BARBARA

Non può mangiare il lattosio e gli alimenti che lo contengono

OGNI COSA AL SUO POSTO



NELLA CUCINA DI SILVIA È IMPORTANTE CHE, PER EVITARE OGNI RISCHIO DI CONTAMINAZIONE, SIANO TENUTI SEPARATI GLI ALIMENTI CHE SILVIA PUÒ MANGIARE SENZA PROBLEMI DA QUELLI CHE CONTENGONO GLUTINE. AIUTALA TU A FARE ORDINE, DISEGNANDO AL LORO POSTO, IN UNA DISPENSA GLI ALIMENTI CHE POSSONO MANGIARE TUTTI E NELL'ALTRA QUELLI CHE INVECE SONO UN RISCHIO PER SILVIA PERCHÉ CONTENGONO GLUTINE.

ECCO L'ELENCO DEI CIBI DA SISTEMARE:

- * PANE
- * PANE CON IL MARCHIO SPIGA BARRATA SULLA CONFEZIONE
- * RISO
- * FARINA GIALLA DI MAIS
- * FARINA BIANCA "00"
- * FUNGHETTI SOTT'OLIO
- * OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA
- * SALE
- * ZUCCHERO
- * BISCOTTI
- * BISCOTTI CON LA SPIGA BARRATA
- * FETTE BISCOTTATE DI KAMUT
- * PASTA
- * ACQUA MINERALE

SILVIA PUÒ MANGIARE: mele, arancia, carote, latte, uova, carne di maiale
ANDREA PUÒ MANGIARE: pane, mela, arancia, carote, latte, uova
YASSIN PUÒ MANGIARE: pane, mela, arancia, carote, latte, uova
DAVIDE PUÒ MANGIARE: pane, mela, arancia, carote, latte, carne di maiale
BARBARA PUÒ MANGIARE: pane, mela, arancia, carote, latte, uova, carne di maiale
SOLUZIONE GIOCO PAG 94-95

SILVIA PUÒ MANGIARE: mele, arancia, carote, latte, uova, carne di maiale
ANDREA PUÒ MANGIARE: pane, mela, arancia, carote, latte, uova
YASSIN PUÒ MANGIARE: pane, mela, arancia, carote, latte, uova
DAVIDE PUÒ MANGIARE: pane, mela, arancia, carote, latte, carne di maiale
BARBARA PUÒ MANGIARE: pane, mela, arancia, carote, latte, uova, carne di maiale
SOLUZIONE GIOCO PAG 96-97

DISPENSA SICURA PER TUTTI: pane con il marchio Spiga Barrata sulla confezione, riso, funghetti sott'olio, olio
DISPENSA A RISCHIO: pane, farina bianca "00", biscotti, fette biscottate di kamut, pasta, farina gialla di mais
extraverGINE di oliva, sale, zucchero, biscotti con la Spiga Barrata, acqua minerale

DISPENSA SICURA
PER TUTTI

DISPENSA
A RISCHIO

*QUASI TUTTE LE ASSOCIAZIONI AIC TERRITORIALI HANNO ATTIVATO DA ANNI IL PROGETTO "IN FUGA DAL GLUTINE", PROGETTO DI DIVULGAZIONE PRESSO LE SCUOLE PRIMARIE E DELL'INFANZIA SULLA CELIACHIA (DAI SINTOMI ALLA DIAGNOSI, DAGLI ALIMENTI IDONEI ALLE ATTENZIONI PER ESCLUDERE CONTAMINAZIONE), RIVOLTO AI DOCENTI. PER ULTERIORI INFORMAZIONI SI RIMANDA AL SITO WWW.CELIACHIA.IT SEZIONE PROGETTI O SCRIVERE A INFUGADALGLUTINE@CELIACHIA.IT