

EDUMERCATO



PROPOSTE EDUCATIVE
DELL' ORTOMERCATO DI BERGAMO
PER LE SCUOLE PRIMARIE
ANNO SCOLASTICO 2026/2027

Un progetto di **BERGAMO MERCATI spa**

In collaborazione con **COOP MONDO VERDE** e
DISPENSA SOCIALE di COOP NAMASTÈ

CHI SIAMO

BERGAMO MERCATI è una Società per Azioni nata nel 1997 dalla partecipazione del Comune di Bergamo e degli operatori privati Grossisti, Cooperative e Produttori del comparto. Proseguendo nello sviluppo degli ultimi anni, il Mercato Ortofrutticolo ha incrementato l'offerta di servizi innovativi quali l'informatizzazione dell'intero ciclo commerciale, il riciclo degli imballaggi, lo smaltimento dei rifiuti, la stipula di convenzioni miranti ad un generale risparmio dei costi, lo sviluppo di attività di formazione ed informazione e il processo di recupero e donazione delle eccedenze ortofrutticole.



La **Cooperativa Sociale Mondo Verde** opera dal 1997 in modo specializzato nel campo della didattica, dell'educazione scientifica, ambientale e alimentare mediante un'equipe di esperti. Mette a disposizione le proprie strutture e la propria competenza nell'ambito del Piano comunale per il diritto allo studio, dell'educazione civica e di altri Progetti, attraverso interventi specialistici nei diversi ordini di scuola. Si dedica altresì all'organizzazione di eventi per la promozione della cultura della sostenibilità e delle bellezze dei Territori.

La **DISPENSA SOCIALE** della Cooperativa Sociale Namasté è un progetto di economia circolare, attivo nella Bergamasca, che si avvale della collaborazione dei volontari di Ridò OdV. La Dispensa Sociale recupera alimenti scartati dalla Grande Distribuzione Organizzata, dall'Ortomercato e dalle Aziende Agro-Alimentari (eccedenze, prodotti prossimi alla scadenza, con qualche difetto di packaging e quindi non più commerciabili), ma ancora edibili, per ridistribuirli a enti e istituzioni che si occupano di persone fragili con bisogni alimentari o direttamente alle persone. Negli ultimi 7 anni ha salvato 800 tonnellate di cibo ancora buono.



INTRODUZIONE

Con la Legge n. 92 del 20 agosto 2019 dal titolo "Introduzione dell'insegnamento scolastico dell'educazione civica" viene introdotta nelle scuole primarie italiane una nuova disciplina, l'**Educazione Civica**, con il compito di formare il cittadino del futuro e di sviluppare nelle giovani generazioni quella coscienza civica che è alla base della convivenza sociale. Dalla legge e dal suo decreto attuativo (n. 92 del 20 Agosto 2019) emerge chiaramente che "l'educazione civica è una materia di tipo trasversale" che include la "conoscenza e la comprensione delle strutture e dei profili sociali, economici, giuridici, civici e ambientali della società".

Tre i nuclei fondanti su cui poggia l'insegnamento dell'Educazione Civica: Costituzione, Sviluppo sostenibile e Cittadinanza digitale.

Il progetto che andremo a sviluppare ha come principale fulcro lo **sviluppo sostenibile**, attraverso un'**interdisciplinarietà di tematiche e azioni formative**, capaci di contribuire a fare di ogni cittadino un "**cittadino buono e consapevole**".

I percorsi educativi proposti verranno realizzati tenendo in considerazione l'**Agenda 2030**, il programma sottoscritto dai Paesi dell'ONU, i cui diciassette obiettivi toccano **tematiche di rilevanza ambientale**, tra cui: sconfiggere la fame; salute e benessere; istruzione di qualità; consumo e produzioni responsabili; vita sulla Terra. L'Agenda 2030 pone inoltre le sue fondamenta su un **nuovo modello di sviluppo sostenibile**, articolato su dimensioni sociali, economiche e ambientali.

La presenza del **Mercato Ortofrutticolo** nella città di Bergamo costituisce l'opportunità per riunire tutte le tematiche sopra citate in un'esperienza concreta da far vivere agli studenti della scuola primaria. Attraverso la scoperta del Mercato Ortofrutticolo i bambini e le bambine potranno **conoscere l'ultimo segmento della filiera**, ossia la vendita all'ingrosso (e in piccola parte al dettaglio), dei prodotti della terra; da lì potranno comprendere l'intero percorso che dai luoghi di produzione, nazionali o esteri a seconda del prodotto e della stagione, porta i cibi sulle loro tavole.

Nessuno meglio di chi quotidianamente si occupa di frutta e verdura è in grado di **offrire un contributo autentico ed efficace alla conoscenza del comparto ortofrutticolo**.

L'Ortomercato rappresenta, nell'idea progettuale di seguito illustrata, il centro attorno a cui costruire il legame tra produzione/commercializzazione, consumatore e sostenibilità ambientale.

Un legame che si fonda sulla necessità di **edificare un'economia sostenibile** e sull'importanza di conoscere i prodotti vegetali, per diffondere e **incrementare il consumo di frutta e ortaggi tra i giovani e nelle famiglie**, e per orientare verso scelte di acquisto più consapevoli.

In questa ottica è fondamentale evidenziare come sia possibile parlare di alimentazione consapevole, nutrizione, comunità sostenibili, consumo e produzione responsabili a ogni fascia d'età: ciascuno di questi temi può essere calibrato e contestualizzato al diverso pubblico a cui si rivolge. Questa **trasversalità, pedagogicamente attenta** ai bisogni e alle specificità evolutive di bambini e bambine, costituisce uno degli elementi distintivi della presente proposta progettuale, attraverso cui si intende mostrare come lavorare sulla sostenibilità educi non solo a un'**alimentazione sostenibile e consapevole**, ma favorisca anche lo **sviluppo del pensiero critico e del senso civico**, con benefici a livello personale, familiare e collettivo.

Le scelte di ciascuno, adulto o bambino, si ripercuotono direttamente o indirettamente sulla propria salute e su quella dell'ambiente che lo circonda, poiché il cibo, oltre ad essere indispensabile alla crescita, è cultura e sapere, è relazione e condivisione, è intreccio di esperienze per lo sviluppo dell'identità, dell'autonomia e della cittadinanza.

Il progetto L'Edumercato rappresenta una **proposta innovativa** per tematiche, prospettive e metodologie adottate, e si distingue per la **varietà degli ambienti formativi** coinvolti: sono previsti interventi sia in Ortomercato sia in classe, attivi e partecipativi, con esperienze dirette e con il supporto di idonei strumenti di indagine scientifica.

Finalità della presente proposta progettuale sono dunque:

- **Valorizzare il ruolo dell'Ortomercato** come hub di commercializzazione e luogo di incontro tra produttori, operatori e consumatori intermedi o finali;
- **Valorizzare i prodotti ortofrutticoli** e le funzioni svolte dagli operatori del comparto;
- **Educare all'alimentazione consapevole**, con attenzione particolare alle nuove generazioni;
- **Educare al consumo sostenibile**, a partire dai prodotti ortofrutticoli e dalla lotta allo spreco alimentare come gesto concreto per ridurre l'impatto ambientale dei consumi.

LE PROPOSTE

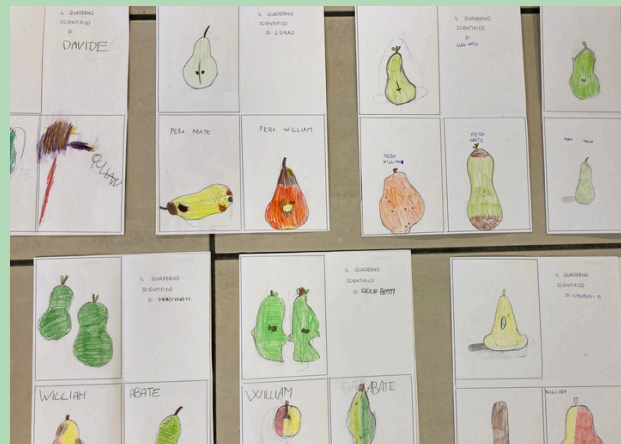
Le proposte si dividono in due tipologie di laboratorio.

I laboratori denominati:

- FRUTTA E VERDURA A VOLONTÀ
- ORTO PER TUTTI: L'ORTO IN VASO
- DEGUSTAZIONE GUIDATA DI PRODOTTI DI STAGIONE
- FRUTTI ESOTICI E FRUTTI DEL TERRITORIO A CONFRONTO
- LA FILIERA AGROALIMENTARE DEL COMPARTO ORTOFRUTTICOLO
- LE ERBE AROMATICHE: UN PIZZICO DI SAPORE E SALUTE NEL PIATTO
- W LA BIODIVERSITA': DAGLI INSETTI IMPOLLINATORI ALLA TAVOLA

si terranno presso la struttura dell'Ortomercato sita in Via Borgo Palazzo, 207, 24125 Bergamo e comprendono la VISITA ALL'ORTOMERCATO.

La durata del laboratorio con visita sarà di 3 ore a cura della Cooperativa Sociale MONDO VERDE, specializzata nella didattica e nell'educazione agro-ambientale.



I laboratori denominati:

- PIGMENTI ECCENDENTI
- I CINQUE SENSI ALL'OPERA
- DETECTIVE DELLA DISPENSA!
- C'ERA UNA VOLTA... UN ORTAGGIO

si terranno presso la scuola di appartenenza e comprendono un'introduzione al progetto.

La proposta è a cura della DISPENSA SOCIALE, di Namasté coop. sociale, specializzata nell'alimentazione consapevole e nella lotta allo spreco alimentare.

PROPOSTE PRESSO L'ORTOMERCATO A CURA DELLA COOP. MONDO VERDE

Il percorso inizia con una **visita esplorativa** tra i colori e i profumi di frutta e verdura provenienti da tutto il mondo per comprendere le funzioni, la struttura e gli spazi dell'ortomercato. Al termine di questa esperienza, una **merenda a base di frutta** accompagnerà in modo gustoso e salutare le **attività laboratoriali** della seconda parte della mattinata che potranno essere scelte all'atto della prenotazione tra quelle di seguito riportate. La realizzazione di tali interventi favorirà l'acquisizione dell'importanza della condivisione degli obiettivi di Agenda 2030. Partendo da contenuti semplici legati alle caratteristiche e alla commercializzazione di frutta e verdura, si raggiungeranno concetti di sostenibilità ambientale più ampi che porteranno a importanti momenti di riflessione. La mattinata si concluderà con una **parte ludica**: i bambini scopriranno IL **GIOCO DELL'EDUMERCATO** che verrà poi regalato alla classe per continuare ad approfondire le tematiche affrontate giocando.

VISITA ALL'ORTOMERCATO

- Che cosa è e come è fatto l'Ortomercato?
- La scoperta degli spazi dell'ortomercato e della sua struttura
- Percorso sensoriale tra i banchi dell'Ortomercato
- Commercio all'ingrosso e commercio al dettaglio: dal supermercato al negozio di vicinato
- La giornata tipo dell'ortomercato!
- Cosa sono le contrattazioni
- Scopriamo insieme come nascono i prezzi e come si arriva al prezzo finale
- Prodotti ortofrutticoli locali e del mondo
- La geografia degli ortaggi: da dove provengono e come arrivano nel nostro Paese
- Qualità e tracciabilità dei prodotti ortofrutticoli
- L'importanza della biodiversità per la salvaguardia del Pianeta
- Cosa sono i prodotti a km0?
- Prodotti del territorio: locali e di stagione
- Il significato e l'importanza del consumo consapevole
- Merenda sana e gustosa



ATTIVITÀ LABORATORIALI ABBINALI:

FRUTTA E VERDURA A VOLONTÀ

- Cosa sono frutta e verdura e come si formano i frutti
- La struttura della pianta: cenni
- Dal fiore al frutto: l'impollinazione
- Osservazione di alcuni campioni vegetali e animali con adeguati strumenti di indagine scientifica (lenti, microscopi, stereoscopi)
- Scoperta delle caratteristiche e delle curiosità di diversi frutti: da dove provengono e qual è la loro storia
- Quali sono gli ortaggi maggiormente consumati al mondo?
- Le cultivar/varietà e l'importanza della biodiversità
- Stagionalità e prodotti di stagione
- Imparare a conoscere e riconoscere i prodotti di qualità legati al territorio
- Amici e nemici di frutta e verdura

ORTO PER TUTTI: L'ORTO IN VASO

- Come posso coltivare anche se non ho un orto o un giardino
- Quali sono gli ortaggi che si posso coltivare in vaso
- Come scegliere il vaso più adatto
- Qual è il periodo migliore per piantare e come farlo
- Terriccio e concime: come sceglierli e come usarli
- Quali attrezzi sono indispensabili?
- Prove pratiche di semina/trapianto per iniziare la propria esperienza di orto in vaso, in modo sostenibile!

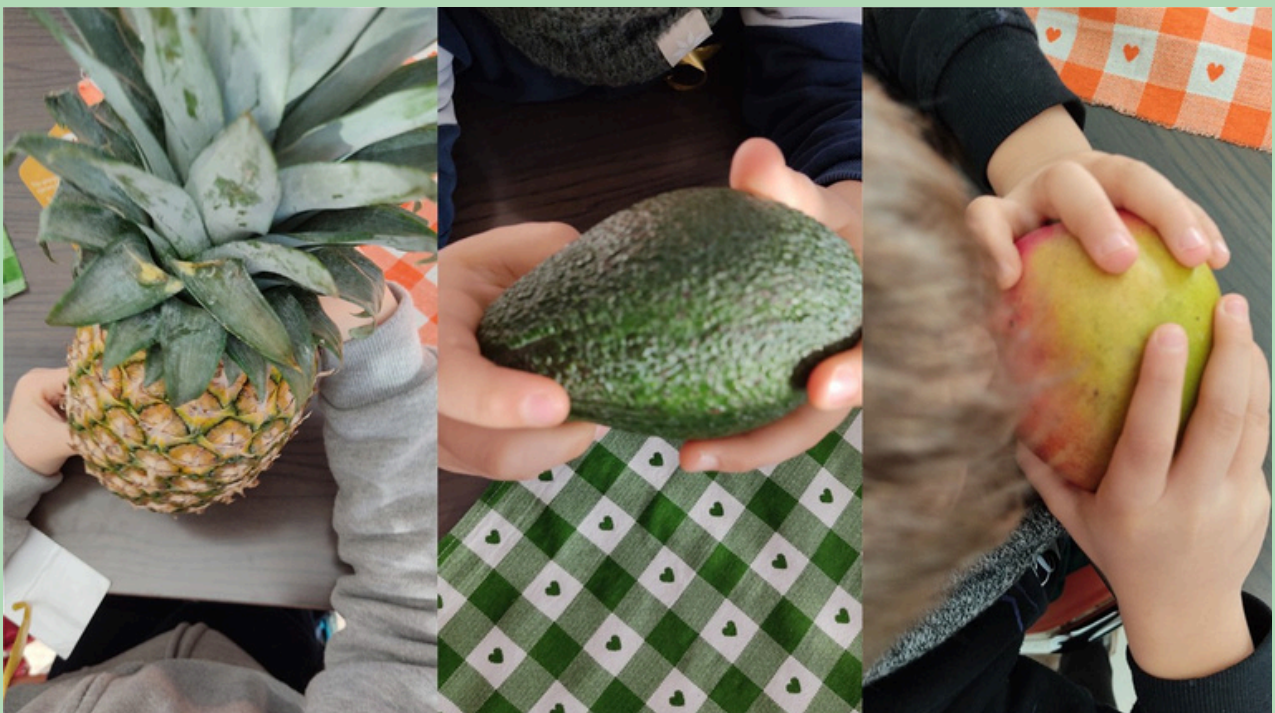


DEGUSTAZIONE GUIDATA DI PRODOTTI DI STAGIONE

- Degustazione guidata per scoprire in modo autentico prodotti di stagione e non
- Importanza dell'utilizzo dei cinque sensi per scoprire le caratteristiche dei prodotti
- Perché frutta e verdura sono così importanti nella nostra alimentazione?
- Alla scoperta dei principi nutritivi
- Stagionalità e prodotti di stagione
- Laboratorio di cucina creativa: frutta e verdura non sono mai state così divertenti!
- Prodotti tipici del territorio tra tradizione e cultura

FRUTTI ESOTICI E FRUTTI DEL TERRITORIO A CONFRONTO

- Attività ludica per scoprire l'origine e la geografia dei prodotti
- Le stagioni nei diversi Paesi del mondo: le regioni climatiche
- I frutti esotici: curiosità
- I frutti del territorio
- Perché certi frutti crescono solo all'estero e non in Italia?
- Lo strano caso del kiwi
- Focus sugli ortaggi americani (le solanacee, il viaggio di Cristoforo Colombo, le origini di questi ortaggi, l'introduzione in Europa, la patata un alimento base in tutto il mondo)
- Il viaggio di frutta e verdura
- La conservazione: un processo importante
- Il significato e l'importanza del consumo consapevole
- Assaggio guidato per scoprire in modo autentico alcuni frutti esotici e frutti del territorio



LA FILIERA AGROALIMENTARE DEL COMPARTO ORTOFRUTTICOLO

- Che cosa è una filiera agroalimentare? Tutte le fasi della filiera scoperte attraverso attività ludiche
- Dalla semina al reparto frutta e verdura del supermercato: un viaggio a tappe
- Filiera lunga e filiera corta: quali sono le differenze?
- Prodotti dal mondo e prodotti a km0: scopriamoli insieme!
- Trasporto, confezionamento e conservazione dei prodotti ortofrutticoli



LE ERBE AROMATICHE: UN PIZZICO DI SAPORE E SALUTE NEL PIATTO

- Alla scoperta delle erbe aromatiche
- Le più comuni ed utilizzate tra racconti e curiosità
- Perché si usano?
- Come vengono usate dai grandi chef per esaltare il gusto delle pietanze
- Le proprietà delle erbe aromatiche e l'utilizzo della tradizione dei nostri nonni
- Come si fa una tisana
- Cosa sono gli oli essenziali: cosa sono e come nascono dalle erbe aromatiche
- L'importanza di coltivare qualche pianta aromatica nel nostro giardino o sul nostro terrazzo
- Riconoscimento delle principali piante aromatiche presenti all'Ortomercato attraverso attività ludico – sensoriali

W LA BIODIVERSITA': DAGLI INSETTI IMPOLLINATORI ALLA TAVOLA

- Scoperta degli impollinatori e del loro importantissimo ruolo per la salvaguardia della biodiversità e per la produzione di cibo
- Focus insetti impollinatori: quali sono e come riconoscerli? Api, bombi, farfalle, falene, sirfidi, coleotteri, ecc
- Curiosità e caratteristiche di questi straordinari insetti
- Dal fiore al frutto: l'impollinazione
- Biodiversità in campo = Biodiversità in tavola
- Scoperta di alcune piante alimentari
- Osservazione di alcuni campioni vegetali e animali con adeguati strumenti di indagine scientifica (lenti, microscopi, stereoscopi)



PROPOSTE PRESSO LA SCUOLA OSPITE A CURA DELLA DISPENSA SOCIALE

Lo **sprego alimentare** è responsabile del **7/8% delle emissioni di gas serra** a livello mondiale. Per questa ragione, l'Agenda 2030 per lo Sviluppo Sostenibile dell'ONU ha dedicato un obiettivo specifico (12.3) al tema. Partendo dall'impegno quotidiano contro lo spreco, la **Dispensa Sociale** promuove un'alimentazione più **consapevole, genuina, stagionale** e soprattutto **rispettosa delle risorse**. Ogni giorno recuperiamo **frutta e verdura** dalla filiera ortofrutticola e dalla grande distribuzione per **limitare i rifiuti e sostenere la comunità**. Nei nostri laboratori, tra **attività pratiche e confronti di gruppo**, le formatrici guidano i e le partecipanti in un percorso **coinvolgente e divertente**.

Tutti i nostri laboratori prevedono un momento iniziale con due giochi:

- **Salva capra & cavoli – Cos'è e come funziona la lotta allo spreco alimentare nella filiera distributiva.** È il momento giusto per scoprire come opera la Dispensa Sociale, scambiare idee e imparare insieme, a partire dall'esperienza diretta dei e delle partecipanti. Con frutta e verdura recuperata, si esplora come sfatare il mito dell'estetica dell'ortofrutta, l'importanza di rispettare la stagionalità, il concetto di "calibro" e tanto altro ancora.



ATTIVITÀ LABORATORIALI ABBINALI:

C'ERA UNA VOLTA UN ORTAGGIO

Il progetto propone un **percorso educativo** che valorizza le differenze e favorisce l'apprendimento trasversale tra discipline come scienze, arte e narrazione. Al centro dell'attività ci sono esperienze espressive e creative che prendono spunto dall'osservazione di **ortaggi e frutti "imperfetti"** – ammaccati, segnati, fuori forma – per decostruire **stereotipi estetici e linguistici** legati al cibo.

La classe sarà invitata a trasformare ogni vegetale osservato in un **personaggio immaginario**, dotato di una storia, di caratteristiche uniche e di una vera e propria narrazione. Questo processo incoraggia una relazione personale e creativa con l'oggetto vegetale, che diventa così spunto per riflessioni sul valore della **diversità** e sull'**identità**.

I personaggi potranno dialogare tra loro e con chi li ha creati, in una dinamica narrativa che stimola **l'immaginazione e l'empatia**. L'attività si concluderà con la creazione di **brevi storie** in cui i personaggi prenderanno vita, interagendo in piccoli scenari ideati dalla classe.

Questo laboratorio, adatto a diversi gradi scolastici, unisce manualità, **storytelling**, **educazione ambientale** e alimentare e sensibilizzazione alle tematiche dell'**inclusione** e della **sostenibilità**.

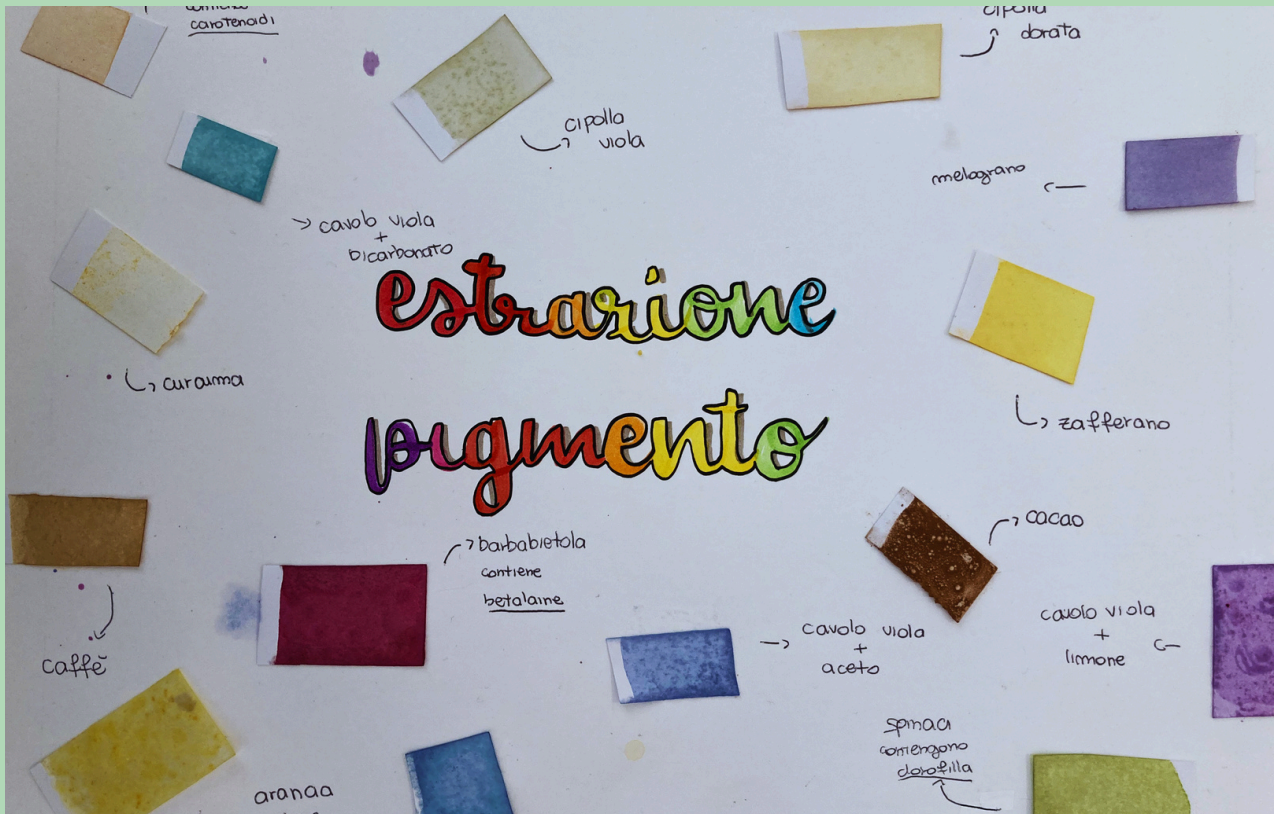
I CINQUE SENSI ALL'OPERA

Il laboratorio propone un approccio attivo, esperienziale e inclusivo, volto a promuovere una conoscenza del cibo a 360°, attraverso il coinvolgimento diretto della classe in lavori di piccoli gruppi. Al centro dell'attività vi è **l'esplorazione sensoriale** di un vegetale recuperato attivando tutti e cinque i sensi: **tatto, vista, udito, olfatto e gusto**.

Ogni partecipante raccoglierà le proprie osservazioni in un **"Quaderno scientifico"**, uno strumento di documentazione personale che valorizza l'esperienza soggettiva e favorisce la rielaborazione dei contenuti appresi. Il quaderno diventa così uno spazio in cui descrivere, disegnare e riflettere sulle caratteristiche del vegetale osservato, promuovendo la capacità di attenzione, la curiosità e l'espressione personale.

L'utilizzo consapevole dei sensi, senza l'uso di **termini giudicanti** (come "buono", "cattivo", "bello", "brutto"), permette di **normalizzare il rapporto con il cibo e con il proprio corpo**, incoraggiando un atteggiamento neutro e aperto nei confronti dell'alimentazione.

L'osservazione di vegetali imperfetti, diversi tra loro, diventa infine un'occasione per educare alla **diversità** e alla **sostenibilità**, aumentando la consapevolezza sulla **filiera alimentare** e contribuendo alla **prevenzione dello spreco**.



PIGMENTI ECCEDENTI

A partire da **scarti vegetali** non più edibili – raccolti in base alla stagionalità – sarà possibile estrarre **pigmenti naturali** attraverso semplici tecniche come **spremitura, bollitura o sfregamento**. L'attività prevede l'utilizzo di **materiali di recupero** spesso destinati al compost, come bucce di cipolla, foglie esterne di cavolo o spinacio, bucce di melograno, barbabietole, carote.

I colori ottenuti verranno impiegati per attività artistiche e sperimentazioni chimiche: grazie all'aggiunta di elementi naturali come sale, aceto, bicarbonato, la classe potrà osservare **reazioni e variazioni cromatiche**, stimolando così la **curiosità scientifica** e la **creatività**.

Questa proposta si presta a un **approccio didattico multidisciplinare** che unisce **educazione ambientale**, scienze e arte, con un forte focus sul **riuso**, la **sostenibilità** e l'osservazione dei processi naturali.

DETECTIVE DELLA DISPENSA!

Attraverso **giochi di ruolo, sfide a squadre e attività pratiche**, i bambini e le bambine esploreranno la filiera del cibo, l'impatto che ha sul nostro ecosistema e impareranno a leggere le etichette scoprendo come dare nuova vita agli avanzi — abbattendo il mito che "scadenza uguale veleno".

L'attività si fonde sull'apprendimento esperienziale: **la classe non riceverà nozioni anti spreco, le costruirà attraverso il fare**. Lavorare in squadra rafforzerà le competenze sociali e il senso di responsabilità condivisa, mentre il filo narrativo — il detective, la carota in viaggio — terrà viva la curiosità e la voglia di partecipare.

Lo spreco diventa così un tema concreto e vicino, capace di generare consapevolezza e responsabilità ambientale già dalla prima elementare.

COME PRENOTARE

La prenotazione delle proposte è possibile solo abbinando un laboratorio della Cooperativa Sociale MONDO VERDE a uno della DISPENSA SOCIALE.

Alle due proposte scelte non è necessario partecipare la medesima classe: 2 classi differenti possono quindi partecipare a uno dei due laboratori selezionati in fase di prenotazione.

Le proposte sono prenotabili solamente tramite il seguente link:

<https://forms.gle/EhGZzQfoJ8aZ85kEA>

Tutte le attività prevedono l'utilizzo di strumentazioni e materiali che le Cooperative mettono a disposizione. L'Ortomercato fornirà prodotti ortofrutticoli per le attività di scoperta, degustazione e ricerca.

La proposta è modulabile nel rispetto delle specificità evolutive dei bambini, per un massimo di 25 alunni.

L'iniziativa è gratuita per le prime 30 classi che si prenotano tramite il link, con priorità per le scuole site nel Comune di Bergamo.

Il trasporto presso la sede dell'Ortomercato è a carico della scuola.

Per le scuole site nel Comune di Bergamo sarà possibile usufruire dell'opportunità di utilizzare il bus dell'ATB, attraverso il progetto "Fuori Scuola". Tutte le informazioni al seguente link: <https://atb.bergamo.it/altri-servizi/servizi-per-le-scuole>

CONTATTI

SITO

www.bergamo-mercati.com

www.cooperativamondoverde.it

www.dispensasociale.coopnamaste.it

MAIL

info@cooperativamondoverde.it

dispensasociale@coopnamaste.it

UN PROGETTO DI



LABORATORI A CURA DI



NAMASTÉ
società cooperativa sociale