



Ragazzi e volontari all'opera durante il laboratorio con il progetto CuciniAmo

SABATO 4 NOVEMBRE, NEL POMERIGGIO APPUNTAMENTO IN VIA PIANEZZA 36

Una merenda sana e molto speciale con i ragazzi dell'Audido di CuciniAmo

■ **ALPIGNANO** Cosa bolle in pentola all'Audido? CuciniAmo! E' questo il nome di uno dei progetti innovativi dell'associazione alpignanesa che lancia, per sabato 4 novembre, una "Merenda con la dietista". Un intero pomeriggio dedicato a consigli su spuntini gustosi, e soprattutto sani, con un'esperta del servizio Info.food di Novacoop.

L'iniziativa si inserisce nel progetto CuciniAmo: "I soci Audido - spiega la dott. Bruna Casale, psicoterapeuta - mostrano sempre più il desiderio di crescere e divenire autonomi al fine di poter vivere in compagnia di amici, fidanzate e fidanzati. In que-

sti ultimi anni diverse famiglie hanno sostenuto con coraggio e costanza il percorso di autonomia dei figli facendosi carico dei costi degli affitti e delle utenze. Abbiamo notato quanto sia importante un sostegno che aiuti a riflettere sulle abitudini alimentari e sostenga le capacità di provvedere al proprio nutrimento in modo sano". Perché puntare sul saper cucinare? "L'importanza dei corsi di cucina per disabili - aggiunge la dott. Casale - risiede nel fatto che dopo la cura di sé, l'autonomia passa attraverso la capacità di provvedere a nutrire il proprio corpo e la capacità di occuparsi del proprio sostenta-

mento".

Il laboratorio CuciniAmo è stato ideato da un gruppo multidisciplinare di professionisti: oltre a Bruna Casale, ne fanno parte Stefano Boscolo che è un Oss, Simona Marcello che è un'educatrice professionale, Alberto Zambernardi che è un documentarista e due chef, Rebecca Rocci e Simone Garbuio.

"Abbiamo accolto il progetto - afferma Nico Paiuza, presidente Audido - e, grazie al sostegno del Comune di Alpignano e della Novacoop, abbiamo potuto realizzare sei incontri teorico-pratici. Ogni incontro ha accolto un gruppo di lavoro composto da undici

persone tra disabili, chef, educatori e volontari". Anche il presidente sottolinea l'importanza del "mettere le mani in pasta": "La cucina rappresenta per molti soci disabili un luogo spesso precluso da famiglie e operatori per paura che, a causa delle fragilità, possano farsi male con le lame o bruciarsi con il fuoco. 26 persone hanno potuto, a rotazione, sperimentarsi nella scoperta e nella ricerca degli ausili capaci di rendere possibile la preparazione di pasti malgrado la condizione di disabilità".

Al termine del percorso formativo sono stati organizzati tre eventi che hanno permesso ai partecipanti al

progetto di ideare, organizzare* e preparare un pasto per 80 persone. "Siamo convinti dell'utilità del progetto ed è per questo - aggiunge Paiuza - che stiamo cercando nuove risorse che permettano di dare sostegno ad uno dei tasselli fondamentali della crescita personale e dell'autonomia. Ci auguriamo di trovare sostegno da parte delle istituzioni perché, per poter attivare progetti con tecnici ed educatori, sono necessarie risorse economiche".

L'appuntamento è per sabato 4 novembre, dalle 16 alle 19, nella sede dell'associazione in via Pianezza 36.

C.T.