Posate e matite

Il magazine scolastico di Risto3

ristо3.it

RISTO3

COMUNITÀ

Il Centro Glaciologico “Julius Payer”

Uno dei musei più alti d’Europa

Il Centro studi “Julius Payer” si trova a 2434 metri di altitudine, nel suggestivo anfiteatro morenico che abbraccia i fronti dei ghiacciai della Lobbia e del Mandron, in alta Val di Genova. Fondato nel 1994, è dedicato al primo salitore dell’Adamello: Julius Payer, ufficiale e cartografo austriaco che contribuì all’esplorazione delle montagne del Trentino.

Il centro è nato da un’idea del Comitato Glaciologico Trentino per studiare gli ambienti di alta montagna e rendere i risultati accessibili a tutti.
Nell’agosto 2023, grazie al contributo della Commissione Glaciologica della SAT, è stato rinnovato e riallestito.

COMMISSIONE GLACIOLOGICA

COME ARRIVARE

Preserviamo i ghiacciai, proteggiamo il nostro futuro

2025: Anno Internazionale per la conservazione dei Ghiacciai

I ghiacciai sono i guardiani del clima. Mantengono l’equilibrio ecologico della Terra e sono testimoni viventi di ere passate. Oggi, però, sono minacciati dai cambiamenti climatici.

Promossa dalla SAT in occasione dell’Anno Internazionale dei Ghiacciai, la campagna **“Freeze the Future”** nasce per sensibilizzare sull’urgenza di preservare questi ecosistemi. Non è più solo una questione ambientale: è un impegno imprescindibile per il futuro del pianeta.

Insieme a La Sportiva, Dolomiti Energia, ITAS, Surgiva e Casse Rurali Trentine, quest’anno Risto3 ha scelto di supportare SAT nel progetto di sensibilizzazione per la tutela dei ghiacciai.

Per l’occasione, sarà presentata una **mostra temporanea dedicata ai principali ghiacciai trentini**, grazie agli scatti realizzati dai volontari della Commissione glaciologica durante l’attività annuale di rilievo degli arretramenti delle fronti glaciali.

La mostra è visitabile **dal 21 marzo al 30 giugno** (ingresso libero) alla Casa della SAT, in **Via Manci 57, Trento**.

- lun-gio 09:00-13:00 e 14:30-18:00
- ven 09:00-13:00

RISTO3

COMUNITÀ

Gioco della (cu)oca

Nelle cucine scolastiche di Risto3, le cuoche e i cuochi lavorano fin dal primo mattino per far sì che tutto sia pronto per il pranzo di moltissimi studenti.
Ma non sempre fila tutto liscio...

Lancia il dado e vivi una giornata da cuoco!

1 La cuoca arriva in cucina e si prepara

2 Lettura del menù

3 Consegna dei prodotti freschi

4 Controllo ingredienti

5 Organizzazione della dispensa

IMPREVISTO 6

7 Selezione dei prodotti

8 Lavaggio delle verdure

9 Preparazione delle verdure

10 Preparazione primo piatto

11 Preparazione secondo piatto

12 Preparazione dei pasti speciali

IMPREVISTO 13

14 Accensione di forno e fornelli

IMPREVISTO 15

16 È ora di cucinare!

17 Assaggio finale

IMPREVISTO 18

19 Preparazione delle portate

20 I ragazzi arrivano in mensa

21 Distribuzione dei pasti

22 I ragazzi mangiano al tavolo

23 IMPREVISTO

24 Controllo da parte del personale

25 Aggiunta per il bis

IMPREVISTO 26

27 Ritiro di piatti e vassoi

28 Pulizia della cucina

29 Pulizia della sala

30 Lavaggio delle stoviglie

IMPREVISTO 31

32 Riordino della cucina

33 Fine giornata

34 HAI VINTO!

La cucina è pulita e tutto è pronto per il giorno dopo.

Ma ricorda: nelle cucine Risto3, il lavoro di squadra è fondamentale e c'è sempre qualcuno pronto ad aiutare. Questa volta hai vinto tu, ma in realtà... hanno vinto tutti!

6 IMPREVISTO

Arriva una nuova consegna, torna alla casella 3.

13 IMPREVISTO

La cuoca ha dimenticato di pelare le patate, torna alla casella 7.

15 IMPREVISTO

Il forno non si accende, perdi un turno mentre chiami il tecnico che lo aggiusta.

18 IMPREVISTO

All'acqua di cottura mancava un po' di sale, la cuoca deve tornare in dispensa a prenderlo. Torna alla casella 7.

23 IMPREVISTO

Un bambino fa cadere il vassoio, torna alla casella 21 per preparare una nuova porzione.

26 IMPREVISTO

Un bambino chiede un'altra porzione, si rimette in fila. Torna alla casella 20.

31 IMPREVISTO

Una pentola si rovescia per terra e sporca tutto il pavimento della cucina, torna alla casella 28

Il menù cambia durante l’anno

Perché in mensa le verdure non sono sempre le stesse e la frutta varia a seconda del periodo dell’anno? La risposta è semplice: la stagionalità! Scegliere ingredienti di stagione significa mangiare cibi più freschi, saporiti e ricchi di nutrienti. Pomodori e zucchine in estate, broccoli e cavolfiori in inverno: ogni alimento ha il suo tempo e rispettarlo aiuta anche la natura, riducendo l’impatto ambientale dei trasporti. Questo impegno si inserisce nel progetto per un’alimentazione sostenibile e consapevole, promosso da Risto3 e dalla Comunità di Valle.

Nelle mense scolastiche Risto3, il menu è studiato da dietisti e nutrizionisti per garantire il benessere di bambini e ragazzi. Non si tratta di scegliere solo prodotti giusti, ma anche di adattare la preparazione dei piatti alla stagione: piatti freschi e leggeri in estate e caldi e nutrienti in inverno, arricchiti ovviamente con gli ingredienti che ciascuna stagione offre. Tutto ciò per rendere ogni pasto gustoso, ma anche per seguire le esigenze che l’organismo ha in ogni periodo dell’anno.

Quindi, la prossima volta che il menu cambia, sappiamo che è la natura a decidere... e noi la seguiamo!

Su menuscuole.it trovi il calendario aggiornato in tempo reale.
Inquadra il QrCode, vai subito a **menuscuole.it**

QUIZ SULLA STAGIONALITÀ. **Inquadra il QR Code qui sotto e gioca con noi.**

RICETTA: polpettine di legumi

Ingredienti per porzione

Patata	40g
Lenticchia secca	10g
Pane grattugiato (Farina di **grano** tenero tipo “0”, acqua, sale, lievito)	7g
Uova intere pastorizzate	10g
TRENTINGRANA (**Latte**, sale, caglio)	4g
FORMAGGIO (Asiago o Fontal) (**Latte**)	3g
Olio di Semi di Girasole	2g
Cipolla	0.8g
Alloro	0.33g
Rosmarino	0.33g
Salvia	0.33g
Aglio	0.2g
Sale fino	0.01g

Preparazione

Lessare le patate e passarle al tritacarne insieme agli aromi. Cuocere le lenticchie e dopo stufarle 5 minuti con cipolla e/o aglio per poi passare tutto al tritacarne. Passare al tritacarne anche il formaggio asiago. Mescolare tutti gli ingredienti fino ad ottenere un impasto omogeneo, se troppo morbido aggiungere un po’ di pane grattugiato per addensarlo, aggiustare di sale. Formare delle polpettine indicativamente di circa 5 cm di diametro e 1 cm di altezza, passarle nel pane grattugiato ed adagiarle in placca. Bagnare con un filo di olio e cuocere in forno ventilato a 180°C per circa 15/20 minuti.

COMUNITÀ VALSUGANA e TESINO

RISTO3

Il **menu del giorno**, sempre aggiornato!

Con MyRisto3 accedere a menuscuole è ancora più facile!

1. Crea il tuo profilo su risto3.it
2. Accedi all'area riservata e clicca su "Menu Scuole"
3. Seleziona la scuola (o le scuole) e salva la tua preferenza.

Il menu del giorno, sempre a tua disposizione, nella tua area riservata!

Non vuoi registrati?
Tieni a portata di mano questa rivista, inquadra il QrCode e accedi direttamente al menu della tua Comunità.

RISTO3

Risto3 Magazine
N. 06 | 2025

Direttore responsabile
Alessandro Girardi

Design
Graffiti Agency

Stampa
Saturnia

Registrazione al tribunale di Trento n.3/2023 del 23/08/2023

risto3.it