

SUGGERIMENTO PER I DOCENTI: DA CONSEGNARE UN MESE PRIMA DELLA CORSA, DOPO LA DIDATTICA CON GLI ESPERTI



# IL MIO PASSAPORTO SOLIDALE

NOME E COGNOME \_\_\_\_\_

## SALVERÒ UNA VITA!

VOGLIO RACCOGLIERE \_\_\_\_\_ €

TROVERÒ \_\_\_\_\_ SPONSOR

CORRERÒ \_\_\_\_\_ GIRI

**CON 28€ SALVERÒ LA VITA DI UN BAMBINO!**

**CORSA  
CONTRO  
LA FAME**

  
ITALIA CONI  
Con il patrocinio di

 Organizzazione  
Preparazione  
Professionale  
Insegnanti  
In collaborazione con  
ente accreditato MIUR

 **AZIONE  
CONTRO  
LA FAME**

# ECCO LE ISTRUZIONI PER LA

## 1 IL TUO OBIETTIVO: COINVOLGERE TANTI SPONSOR

- |                                |                                     |                                 |   |
|--------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Mamma | <input type="checkbox"/> Sorella    | <input type="checkbox"/> Amici  | <input type="checkbox"/> Vicino di casa |
| <input type="checkbox"/> Papà  | <input type="checkbox"/> Fratello   | <input type="checkbox"/> Nonna  | <input type="checkbox"/> Cugini         |
| <input type="checkbox"/> Zio   | <input type="checkbox"/> Allenatore | <input type="checkbox"/> Nonno  | <input type="checkbox"/> _____          |
| <input type="checkbox"/> Zia   | <input type="checkbox"/> Barista    | <input type="checkbox"/> Negozi | <input type="checkbox"/> _____          |

## 2 COSA DEVE FARE LO SPONSOR



**Prima della corsa:**  
la nonna ti promette 1€ a giro



**Durante la corsa:**  
riesci a percorrere 4 giri



**Dopo la corsa:**  
torni dalla nonna e la nonna ti darà 4€ (1€ x 4 giri percorsi)



**I giorni dopo la corsa:**  
porterai a scuola le donazioni raccolte

## 3 COME PUOI CERCARE I TUOI SPONSOR

### IN AUTONOMIA

*Ciao nonna, oggi in classe abbiamo parlato dei bambini che vivono dove c'è la guerra e la povertà e io voglio aiutarli. Tu vuoi aiutarli con me?*

### CON L'AIUTO DI UN FAMILIARE

*Buongiorno panettiere, a scuola organizzeremo una corsa per i bambini che non hanno cibo e acqua, vuoi essere mio sponsor?*

### IN GRUPPO

*Caro allenatore, la nostra scuola sta organizzando una corsa per aiutare i bambini malnutriti, vuoi aiutarci con una promessa di donazione?*

# RICERCA DEI TUOI SPONSOR

## 4 COSA PUOI RACCONTARE AI TUOI SPONSOR

Mostra loro il MUAC, il braccialetto che serve a misurare la malnutrizione. Mostra loro quanto è piccolo il braccio di un bambino malnutrito. Spiega come si può curare con il **cibo terapeutico**. Aiutati con le informazioni a pagina 4 e 5 e mostra questo video:

Inquadra il QRcode e mostra il video



## 5 COSA DEVI DARE AI TUOI SPONSOR

Ricorda di rilasciare ai tuoi sponsor il loro "coupon" come promemoria di quanto promesso. I coupon li trovi a pagina 9.

CARO SPONSOR, QUANTE GIORNATE DI CURA VUOI DONARE PER OGNI GIRO DI CORSA CHE FARO?

1€ Due giorni di cura       2€ Quattro giorni di cura  
 5€ Dieci giorni di cura       ALTRO \_\_\_\_\_ €

MESSAGGIO PER LO SPONSOR \_\_\_\_\_

PROMEMORIA DA RILASCIARE AL TUO SPONSOR

DONA IL TUO 5X1000

LA TUA FIRMA CONTRO LA FAME

CODICE FISCALE 97690300153

azionecontrolafame.it/5x1000

## 6 SCEGLI LA TUA RICETTA PER SALVARE UNA VITA

**RICETTA 1**

**6** EURO DI SPONSORIZZAZIONI  
+  
**5** GIRI DI CORSA  
=  
**1** VITA SALVATA

**RICETTA 2**

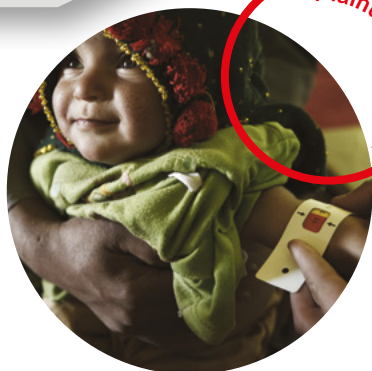
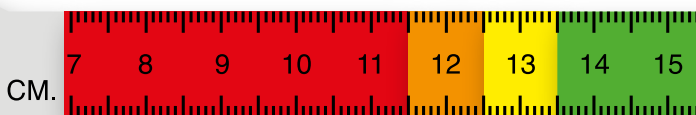
**3** EURO DI SPONSORIZZAZIONI  
+  
**10** GIRI DI CORSA  
=  
**1** VITA SALVATA

**RICETTA 3**

**10** EURO DI SPONSORIZZAZIONI  
+  
**3** GIRI DI CORSA  
=  
**1** VITA SALVATA

# RACCONTA AI TUOI SPONSOR A

## RACCONTA AI TUOI SPONSOR...



Malnutrizione grave



Rischio di malnutrizione

## ...COME SI CURA LA MALNUTRIZIONE



**0,50 €**

UN GIORNO DI CURA A BASE  
DI CIBO TERAPEUTICO  
PER UN BIMBO MALNUTRITO



**2 €**

QUATTRO GIORNI DI CURA  
PER UN BAMBINO  
MALNUTRITO



**1 €**

DUE GIORNI DI CURA  
PER UN BAMBINO  
MALNUTRITO



**28 €**

CURA COMPLETA  
PER SALVARE LA VITA  
A UN BIMBO MALNUTRITO

# COSA SERVIRÀ IL LORO SOSTEGNO

## ...COME SI MISURA LA MALNUTRIZIONE

16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30

Guarito!

**HAI  
SALVATO  
UNA VITA**

**28 €**



## ...PERCHÈ IL CAMERUN HA BISOGNO DI LORO



Il paese focus di questo anno scolastico sarà il **Camerun**, un paese che si trova attualmente ad attraversare ben 3 crisi umanitarie causate da **conflitti armati, povertà diffusa e mancanza di acqua potabile.**

**In Camerun vive Maman**, una donna di 33 anni che, assieme alla figlia di 2 anni, è stata costretta ad **abbandonare la propria casa a causa della guerra.**

“Abbiamo dovuto lasciare la nostra casa perché c’era la guerra. I primi mesi sono stati veramente difficili, perché non sapevamo dove andare, cosa mangiare. **La mia bambina** si è ammalata e le sue condizioni peggioravano di giorno in giorno. Per fortuna, alcune mamme che avevo conosciuto in viaggio mi hanno consigliato di **contattare Azione contro la Fame.** Gli infermieri sono arrivati subito e hanno aiutato la mia bambina. Adesso sta bene, è salva, e siamo al sicuro. Mi sento veramente **una persona fortunata, grazie!**”

# ECCO LA TABELLA DOVE

## PRIMA DELLA CORSA

NOME DELLO SPONSOR

PROMESSA  
DI DONAZIONE X GIRO

ESEMPIO

*Laura, Vicina di casa*

*2€*

1

2

Complimenti, ce la stai mettendo tutta per salvare una vita! Altri 2 sponsor e passi al giallo!

3

4

Stai andando benissimo, manca veramente poco al verde!

5

6

Complimenti! stai facendo un grande lavoro

7

8

9

10

11

Dai! altri 3 sponsor e sei al traguardo finale!

12

13

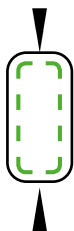
14

# INSERIRE I TUOI SPONSOR

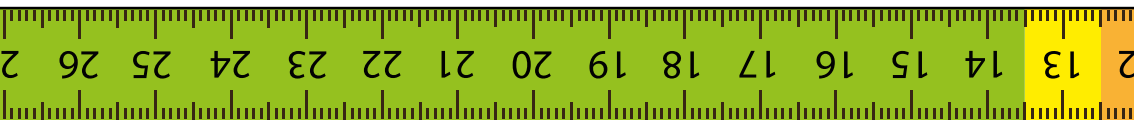
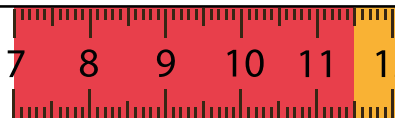
DURANTE LA CORSA GIRI PERCORSI	I GIORNI DOPO LA CORSA	
	PROMESSA DI DONAZIONE X NUMERO DI GIRI	CONSEGNA DELLA DONAZIONE/FIRMA
7 giri	2€ x 7 giri = 14€	Laura R.
<b>TOTALE =</b>		<b>€</b>

# RITAGLIA IL TUO MUAC E LA

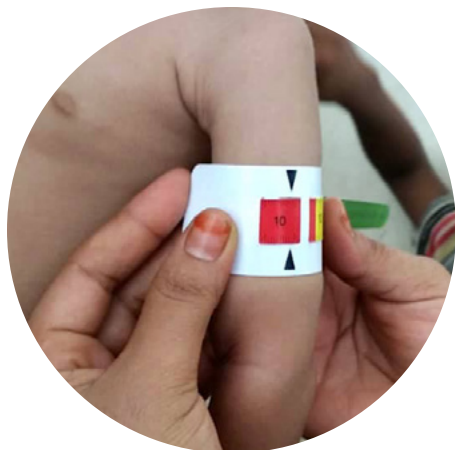
M.U.A.C.  
Mid-Upper Arm  
Circumference



AZIONE  
CONTRO  
LA FAME

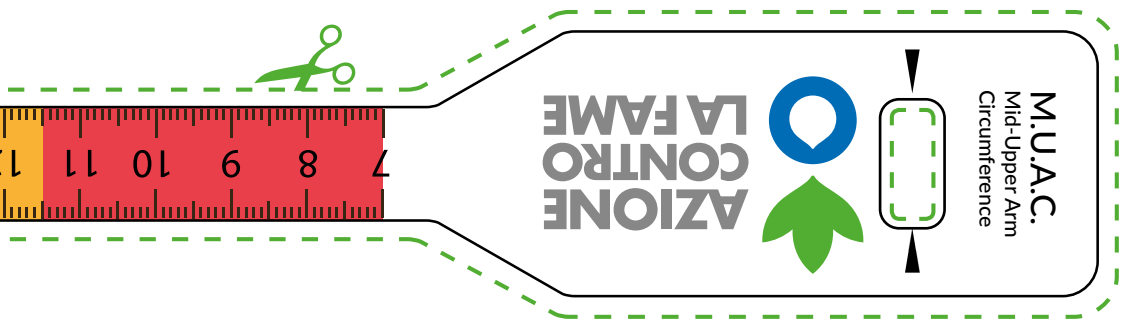
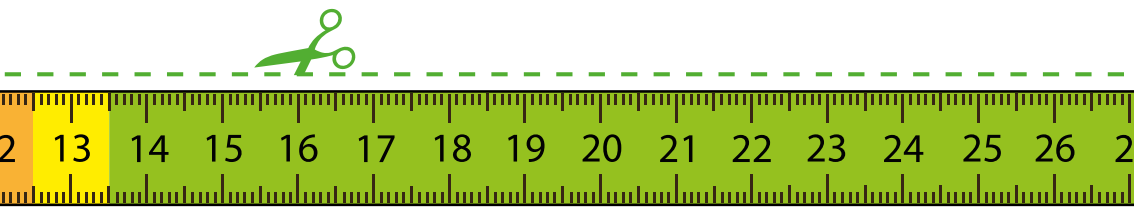


Questo è il MUAC,  
Mid-upper arm circumference.  
È il braccialetto che serve  
a misurare la malnutrizione.  
Si posiziona fra il gomito  
e la spalla, come nell'immagine.  
Mostra ai tuoi sponsor quanto  
è piccolo il braccio di un bambino  
malnutrito, sul colore rosso.

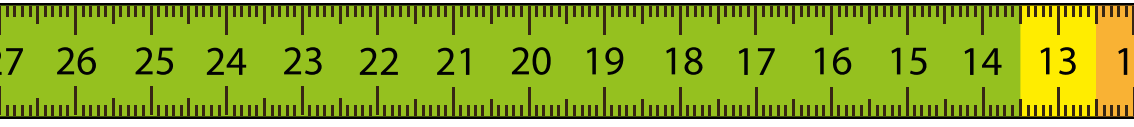




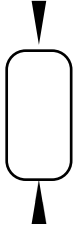
# BUSTINA DI CIBO TERAPEUTICO



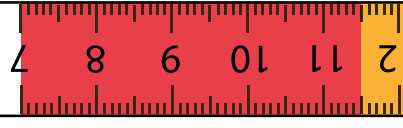
Questa è una bustina di cibo terapeutico. Ne bastano 2 al giorno per 8 settimane per salvare la vita di un bambino malnutrito. Mostrala ai tuoi sponsor e spiega loro tutti i dettagli.

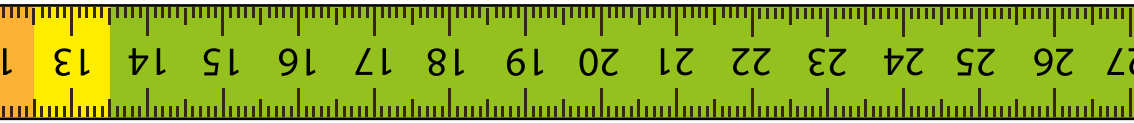


M.U.A.C.  
Mid-Upper Arm  
Circumference



AZIONE  
CONTRO  
LA FAME





© Nutriset 2018

# SPIEGA COME AZIONE CONTRO LA FAME IMPIEGA LE DONAZIONI RICEVUTE

Azione contro la Fame ha ormai oltre 40 anni di storia. È stata fondata in Francia nel 1979 ed è riconosciuta fra le organizzazioni leader nella lotta alla malnutrizione da importanti istituzioni come ONU, UE, UNICEF e UNHCR. Nel 2021 ha aiutato oltre 26 milioni di persone attraverso 600 progetti di sicurezza alimentare e di cura alla malnutrizione in oltre 50 Nazioni di tutto il mondo. L'ufficio italiano è stato aperto nel 2014 ed ha progetti attivi anche in Italia a sostegno della povertà. Per info [www.azionecontrolafame.it](http://www.azionecontrolafame.it)

**91% FONDI PER PROGETTI**

**9% GESTIONE**

## DOMANDE E RISPOSTE PER GLI SPONSOR

### PERCHÉ DEVO DARE DEI SOLDI PER UNA CORSA?

La Corsa contro la Fame è un progetto internazionale che coinvolge ogni anno oltre mezzo milione di studenti in 28 Nazioni. Tutto il processo, compresa la corsa, è studiato per responsabilizzare i ragazzi verso la solidarietà, dando loro gli strumenti per mettersi in gioco ed essere parte della soluzione al problema della fame nel mondo. Un alunno che oggi si impegna per aiutare gli altri, è un adulto di domani pronto a collaborare e a sostenere chi ha più bisogno di lui.

### COSA SIGNIFICA DIVENTARE SPONSOR DI UN ALUNNO?

Parenti e amici possono sostenere gli alunni con una promessa di donazione per ogni giro che lo studente si impegnerà a percorrere il giorno della corsa.

Ecco un esempio pratico:



**Prima della corsa:**  
la nonna  
promette a Luca  
1€ a giro



**Durante la corsa:**  
riesce  
a percorrere  
4 giri



**Dopo la corsa:**  
torna dalla nonna  
e la nonna gli darà 4€  
(1€ x 4 giri percorsi)



**I giorni dopo la corsa:**  
Luca consegna a  
scuola le donazioni  
raccolte

### COME FACCIAMO A SAPERE SE LE DONAZIONI SONO ANDATE A BUON FINE?

Azione contro la Fame rilascia alla scuola un attestato indicando la donazione e quali azioni concrete si riusciranno a fare con quella cifra. Sul sito [www.azionecontrolafame.it](http://www.azionecontrolafame.it) è possibile monitorare lo stato di tutti i progetti attivi, le persone impiegate e quelle aiutate. La scuola continuerà a ricevere periodici aggiornamenti sullo stato di avanzamento dei progetti.

### QUANTI GIRI DI CORSA PUO FARE UNO STUDENTE?

Consigliamo alla scuola di mettere un tetto massimo di 10 giri. Ogni giro può essere  
lungo 200-500 metri a discrezione della scuola e in base all'età dei ragazzi.

**CARO SPONSOR, QUANTE GIORNATE DI CURA VUOI DONARE  
PER OGNI GIRO DI CORSA CHE FARÒ?**

- 1€** Due giorni di cura       **2€** Quattro giorni di cura  
 **5€** Dieci giorni di cura       **ALTRO** \_\_\_\_\_ €

**MESSAGGIO PER LO SPONSOR** *Grazie papà, ti voglio bene!*

PROMEMORIA DA RILASCIARE AL TUO SPONSOR 

**CARO SPONSOR, QUANTE GIORNATE DI CURA VUOI DONARE  
PER OGNI GIRO DI CORSA CHE FARÒ?**

- 1€** Due giorni di cura       **2€** Quattro giorni di cura  
 **5€** Dieci giorni di cura       **ALTRO** \_\_\_\_\_ €

**MESSAGGIO PER LO SPONSOR** \_\_\_\_\_

PROMEMORIA DA RILASCIARE AL TUO SPONSOR 

**CARO SPONSOR, QUANTE GIORNATE DI CURA VUOI DONARE  
PER OGNI GIRO DI CORSA CHE FARÒ?**

- 1€** Due giorni di cura       **2€** Quattro giorni di cura  
 **5€** Dieci giorni di cura       **ALTRO** \_\_\_\_\_ €

**MESSAGGIO PER LO SPONSOR** \_\_\_\_\_

PROMEMORIA DA RILASCIARE AL TUO SPONSOR 

**CARO SPONSOR, QUANTE GIORNATE DI CURA VUOI DONARE  
PER OGNI GIRO DI CORSA CHE FARÒ?**

- 1€** Due giorni di cura       **2€** Quattro giorni di cura  
 **5€** Dieci giorni di cura       **ALTRO** \_\_\_\_\_ €

**MESSAGGIO PER LO SPONSOR** \_\_\_\_\_

PROMEMORIA DA RILASCIARE AL TUO SPONSOR

**DONA IL TUO  
5X1000**

**LA TUA FIRMA  
CONTRO LA FAME**

**CODICE FISCALE  
97690300153**



[azionecontrolafame.it/5x1000](https://azionecontrolafame.it/5x1000)



**GRAZIE, SPONSOR!  
PER TE IN OMAGGIO  
LA GUIDA PER  
UN'ALIMENTAZIONE  
SANA E SOSTENIBILE**



[azionecontrolafame.it/guida-omaggio](https://azionecontrolafame.it/guida-omaggio)

**DONA IL TUO  
5X1000**

**LA TUA FIRMA  
CONTRO LA FAME**

**CODICE FISCALE  
97690300153**



[azionecontrolafame.it/5x1000](https://azionecontrolafame.it/5x1000)



**GRAZIE, SPONSOR!  
PER TE IN OMAGGIO  
LA GUIDA PER  
UN'ALIMENTAZIONE  
SANA E SOSTENIBILE**



[azionecontrolafame.it/guida-omaggio](https://azionecontrolafame.it/guida-omaggio)

**CARO SPONSOR, QUANTE GIORNATE DI CURA VUOI DONARE PER OGNI GIRO DI CORSA CHE FARÒ?**

- 1€** Due giorni di cura       **2€** Quattro giorni di cura  
 **5€** Dieci giorni di cura       **ALTRO** \_\_\_\_\_ €

**MESSAGGIO PER LO SPONSOR** \_\_\_\_\_

PROMEMORIA DA RILASCIARE AL TUO SPONSOR



**CARO SPONSOR, QUANTE GIORNATE DI CURA VUOI DONARE PER OGNI GIRO DI CORSA CHE FARÒ?**

- 1€** Due giorni di cura       **2€** Quattro giorni di cura  
 **5€** Dieci giorni di cura       **ALTRO** \_\_\_\_\_ €

**MESSAGGIO PER LO SPONSOR** \_\_\_\_\_

PROMEMORIA DA RILASCIARE AL TUO SPONSOR



**CARO SPONSOR, QUANTE GIORNATE DI CURA VUOI DONARE PER OGNI GIRO DI CORSA CHE FARÒ?**

- 1€** Due giorni di cura       **2€** Quattro giorni di cura  
 **5€** Dieci giorni di cura       **ALTRO** \_\_\_\_\_ €

**MESSAGGIO PER LO SPONSOR** \_\_\_\_\_

PROMEMORIA DA RILASCIARE AL TUO SPONSOR



**CARO SPONSOR, QUANTE GIORNATE DI CURA VUOI DONARE PER OGNI GIRO DI CORSA CHE FARÒ?**

- 1€** Due giorni di cura       **2€** Quattro giorni di cura  
 **5€** Dieci giorni di cura       **ALTRO** \_\_\_\_\_ €

**MESSAGGIO PER LO SPONSOR** \_\_\_\_\_

PROMEMORIA DA RILASCIARE AL TUO SPONSOR

**DONA IL TUO  
5X1000**

**LA TUA FIRMA  
CONTRO LA FAME**

**CODICE FISCALE  
97690300153**



[azionecontrolafame.it/5x1000](https://azionecontrolafame.it/5x1000)



**GRAZIE, SPONSOR!  
PER TE IN OMAGGIO  
LA GUIDA PER  
UN'ALIMENTAZIONE  
SANA E SOSTENIBILE**



[azionecontrolafame.it/guida-omaggio](https://azionecontrolafame.it/guida-omaggio)

**DONA IL TUO  
5X1000**

**LA TUA FIRMA  
CONTRO LA FAME**

**CODICE FISCALE  
97690300153**



[azionecontrolafame.it/5x1000](https://azionecontrolafame.it/5x1000)



**GRAZIE, SPONSOR!  
PER TE IN OMAGGIO  
LA GUIDA PER  
UN'ALIMENTAZIONE  
SANA E SOSTENIBILE**



[azionecontrolafame.it/guida-omaggio](https://azionecontrolafame.it/guida-omaggio)



**CARO SPONSOR, QUANTE GIORNATE DI CURA VUOI DONARE  
PER OGNI GIRO DI CORSA CHE FARÒ?**

- 1€** Due giorni di cura                       **2€** Quattro giorni di cura  
 **5€** Dieci giorni di cura                       **ALTRO** \_\_\_\_\_ €

**MESSAGGIO PER LO SPONSOR** \_\_\_\_\_

PROMEMORIA DA RILASCIARE AL TUO SPONSOR



**CARO SPONSOR, QUANTE GIORNATE DI CURA VUOI DONARE  
PER OGNI GIRO DI CORSA CHE FARÒ?**

- 1€** Due giorni di cura                       **2€** Quattro giorni di cura  
 **5€** Dieci giorni di cura                       **ALTRO** \_\_\_\_\_ €

**MESSAGGIO PER LO SPONSOR** \_\_\_\_\_

PROMEMORIA DA RILASCIARE AL TUO SPONSOR



**CARO SPONSOR, QUANTE GIORNATE DI CURA VUOI DONARE  
PER OGNI GIRO DI CORSA CHE FARÒ?**

- 1€** Due giorni di cura                       **2€** Quattro giorni di cura  
 **5€** Dieci giorni di cura                       **ALTRO** \_\_\_\_\_ €

**MESSAGGIO PER LO SPONSOR** \_\_\_\_\_

PROMEMORIA DA RILASCIARE AL TUO SPONSOR



**CARO SPONSOR, QUANTE GIORNATE DI CURA VUOI DONARE  
PER OGNI GIRO DI CORSA CHE FARÒ?**

- 1€** Due giorni di cura                       **2€** Quattro giorni di cura  
 **5€** Dieci giorni di cura                       **ALTRO** \_\_\_\_\_ €

**MESSAGGIO PER LO SPONSOR** \_\_\_\_\_

PROMEMORIA DA RILASCIARE AL TUO SPONSOR

**DONA IL TUO  
5X1000**

**LA TUA FIRMA  
CONTRO LA FAME**

**CODICE FISCALE  
97690300153**



[azionecontrolafame.it/5x1000](https://azionecontrolafame.it/5x1000)



**GRAZIE, SPONSOR!  
PER TE IN OMAGGIO  
LA GUIDA PER  
UN'ALIMENTAZIONE  
SANA E SOSTENIBILE**



[azionecontrolafame.it/guida-omaggio](https://azionecontrolafame.it/guida-omaggio)

**DONA IL TUO  
5X1000**

**LA TUA FIRMA  
CONTRO LA FAME**

**CODICE FISCALE  
97690300153**



[azionecontrolafame.it/5x1000](https://azionecontrolafame.it/5x1000)



**GRAZIE, SPONSOR!  
PER TE IN OMAGGIO  
LA GUIDA PER  
UN'ALIMENTAZIONE  
SANA E SOSTENIBILE**



[azionecontrolafame.it/guida-omaggio](https://azionecontrolafame.it/guida-omaggio)

# DOPO LA CORSA, VUOI CONTINUARE A SALVARE VITE DIVERTENDOTI?

ADERISCI A FAMIGLIE CONTRO LA FAME  
PER RICEVERE DIRETTAMENTE A CASA I GIOCHI,  
LE SFIDE E LE AVVENTURE DI GEA BEA E TEO



66

## La nostra prima sfida

Vuoi sapere come Gea, Bea e Teo hanno raccolto il numero maggiore di views e sono diventati PRO ad honorem?

**Scopri  
nella prima  
avventurosa  
storia  
illustrata.**



**IL DISEGNO  
MISTERIOSO**  
UNISCI I PUNTINI E  
COMPLETA IL TEAM

**UNA DOLCE  
SFIDA  
SENZA ACQUA  
E SENZA COTTURA**

**Sai che puoi  
preparare un  
dolce per tutta  
la famiglia  
senza usare  
l'acqua?**

Basta prendere  
250 g di biscotti  
secchi, 100 g di  
burro e 75 g di  
cacao.

Inizia sbriciolando  
i biscotti in una  
ciotola e ...

**Scopri come  
portare avanti  
la ricetta nel  
primo numero  
dedicato  
all'acqua.**

## ECCO LE ALTRE ATTIVITÀ CHE TROVERAI NEL PRIMO NUMERO



**LA SFIDA  
DEL  
TIPPY TAP**



**LE SFIDE  
IN  
FAMIGLIA**



**I QUIZ CHE  
FANNO ACQUA  
DAPPERTUTTO**

**SCOPRILO INSIEME ALLA TUA FAMIGLIA  
E ADERITE ENTRO IL 15 MAGGIO SU  
WWW.AZIONECONTROLAFAME.IT/FAMIGLIE**

O INQUADRA  
IL QR CODE



# MOSTRA QUESTA LETTERA A GENITORI E SPONSOR

CARISSIMI GENITORI, CARISSIMI SPONSOR,

Quest'anno la vostra scuola ha deciso di partecipare al progetto didattico *Corsa contro a Fame*, un progetto internazionale attraverso il quale i ragazzi potranno confrontarsi, vedere delle testimonianze di chi è meno fortunato e allo stesso tempo parlare di cambiamenti climatici, sostenibilità, siccità, guerre e povertà. Sarà una bella opportunità per responsabilizzare tutti gli alunni e avvicinarli alla solidarietà. Ad ogni studente è stato consegnato il passaporto solidale, questo libretto con l'obiettivo di sensibilizzare le persone intorno a loro, cercando le proprie mini-sponsorizzazioni per la corsa. Le persone sensibilizzate potranno essere sponsor e fare piccole promesse di donazione per ogni giro che lo studente si impegnerà a percorrere il giorno della corsa. Tutto questo spinge i ragazzi a mettersi in azione e li porta a sviluppare le loro capacità di comunicazione e coinvolgimento. Il meccanismo delle promesse di donazione porta i ragazzi a dare il meglio di loro stessi anche il giorno della corsa e li fa sentire parte della soluzione!

Ecco un esempio:



**Prima della corsa:**  
la nonna  
promette a Luca  
1€ a giro



**Durante la corsa:**  
riesce  
a percorrere  
4 giri



**Dopo la corsa:**  
torna dalla nonna  
e la nonna gli darà 4€  
(1€ x 4 giri percorsi)



**I giorni dopo la corsa:**  
Luca consegna a  
scuola le donazioni  
raccolte

Il progetto si concluderà con una corsa/camminata organizzata direttamente dalla scuola. I giorni successivi alla corsa, i ragazzi torneranno dai propri sponsor per raccogliere le promesse di donazione in base a quanti giri hanno percorso il giorno dell'iniziativa. Tutti i fondi raccolti dai ragazzi andranno a sostegno dei progetti di Azione contro la Fame, che sostengono famiglie e bambini in povertà e malnutrizione. La scuola riceverà periodici aggiornamenti sull'andamento dei progetti e testimonianze da parte dei beneficiari

Grazie per la collaborazione

Simone Garroni  
Direttore Generale  
Azione contro la Fame Italia Onlus

Inquadra il QRcode  
e guarda il video



Alessio, Maria e Francesca  
Tel. 02 83626108 - Cell. 392.5756726  
lacorsa@azionecontrolafame.it  
[www.azionecontrolafame.it/sostieni/corsa-contro-la-fame](http://www.azionecontrolafame.it/sostieni/corsa-contro-la-fame)

