

Chef in LO-VEg

Se legumi e verdure mangerai più salute avrai

Show-cooking dello Chef “Stellare” Stefano Polato per sensibilizzare bambini delle scuole elementari e loro genitori ad aumentare i consumi di verdura e legumi e prevenire l'obesità infantile, nell'ambito del Progetto di Rilevante Interesse Nazionale LO-VEg

ROMA CNR – SALA CONVEGNI

Piazzale Aldo Moro, 7

lunedì 27 ottobre 2025

ore 9.30 – 12.30

Evento organizzato dall'UO-Cnr di Roma del progetto LO-VEg e dal Dipartimento Scienze Umane, Sociali e Patrimonio Culturale del Cnr

Tutti pronti per lo show-cooking dello Chef degli astronauti **Stefano Polato** che si terrà a Roma il prossimo 27 ottobre alle 9.30, presso la Sala Convegni del Consiglio Nazionale delle Ricerche – Piazzale Aldo Moro, 7. Un modo efficace e divertente per insegnare ai piccoli l'importanza di un'alimentazione equilibrata. Durante lo show, saranno preparati piatti semplici e gustosi a base di verdure e legumi, utilizzando ingredienti freschi e naturali, coinvolgendo i bambini in modo creativo e interattivo nella preparazione di pasti e spuntini colorati o decorazione di piatti con verdure a fantasia. Ogni ricetta sarà pensata per soddisfare le esigenze dei bambini, sia sotto il profilo nutrizionale che gustativo.

Cuoco e *Nutritonal & Nutraceutical Consultant*, Stefano Polato negli ultimi 15 anni si è specializzato nella scelta, preparazione, conservazione dei cibi. Ha preparato i pasti per diverse missioni spaziali, come quella di Samantha Cristoforetti, Luca Parmitano, Andreas Mogensen e Paolo Nespoli. La sua missione è unire la cucina e la scienza per una alimentazione sana e sostenibile. Insegna a cuochi amatori e professionisti ad essere protagonisti attivi della loro salute e di quella dei loro ospiti.

LO-VEg è il progetto di rilevante interesse nazionale (finanziato dal MUR) che si propone di sensibilizzare bambini della scuola elementare e loro genitori ad aumentare i consumi di verdura e legumi, stimolandoli a introdurre nella dieta quotidiana più alimenti sani e sostenibili, al fine di favorire buone abitudini alimentari, positive sia per la salute sia per l'ambiente.

LO-VEg si basa su un approccio innovativo, che prevede l'utilizzo del *nudging* (spinte gentili per guidare il comportamento verso azioni che migliorino il nostro benessere e quello dell'ambiente) nelle scuole elementari, in sinergia con azioni strategiche di comunicazione e divulgazione mirate, tra le quali l'utilizzo di una canzone originale con animazione, appositamente ideata per i bambini, e di un fumetto dedicato della collana Cnr *Comics&Science*.

LO-VEg ha l'obiettivo di valutare l'efficacia di questi interventi nell'ambiente scolastico per migliorare l'alimentazione dei bimbi e prevenire il sovrappeso e l'obesità infantile, oltre a ridurre gli sprechi alimentari nelle mense scolastiche.

Ad aprire la giornata, il direttore del Dipartimento scienze umane, sociali e patrimonio culturale del Cnr **Salvatore Capasso**.

All'evento saranno presenti i componenti del *team* di progetto che coinvolge personale del Consiglio Nazionale delle Ricerche, dell'Università degli Studi di Milano e dell'Università Cattolica del Sacro Cuore.

Scheda:

Chi: Unit Cnr progetto LO-VEg, Dipartimento Scienze umane, sociali e patrimonio culturale Cnr

Che cosa: Evento di divulgazione nell'ambito del Progetto di Rilevante Interesse Nazionale LO-VEg: *Nudging-based field-experiments to promote vegetable and legume consumption among children and parents*. Partner di progetto: Unit 1 – personale Università degli Studi di Milano, Unit 2 – personale Università Cattolica del Sacro Cuore, Unit 3 – personale Consiglio Nazionale delle Ricerche.

Quando e dove: 27 ottobre 2025, ore 9.30-12.00 presso Sala Convegni Cnr – Piazzale Aldo Moro, 7

Per informazioni (recapiti per uso professionale da non pubblicare):

Silvia Mattoni, Unit Cnr progetto LO-VEg, responsabile relazioni con i media Cnr-Dsu, cell. 328/6250729, e-mail silvia.mattoni@cnr.it

Barbara Dragoni, Unit Cnr progetto LO-VEg, e-mail barbara.dragoni@cnr.it

Sito web: loveg.it

Canali social: [lo_veg](#)

Chef in LO-VEg *Se legumi e verdure mangerai più salute avrai*

Roma Cnr – Sala Convegni Piazzale Aldo Moro, 7

lunedì 27 ottobre 2025 ore 9.30 – 12.00

PROGRAMMA

9.30 – 10.00

Accoglienza e registrazione

10.00 – 10.15

Saluti istituzionali

Presidente Cnr

Direttore Dipartimento scienze umane, sociali e patrimonio culturale del Cnr **Salvatore Capasso**

Rappresentanti istituzionali

10.15 – 10.30

Progetto LO-VEg: *Principal Investigator Alessia Cavaliere* - Università di Milano

10.30- 12.00

Proiezione animazione e canzone progetto LO-VEg

Show-cooking “stellare” dello Chef degli astronauti Stefano Polato

Moderano

Silvia Mattoni, Barbara Dragoni e Alessandro Celestini - Cnr

Progetto di Rilevante Interesse Nazionale (PRIN): *LO-VEg: Nudging-based field-experiments to promote vegetable and legume consumption among children and parents*

Sito web: loveg.it

Canali social: [lo_veg](https://www.instagram.com/lo_veg)

Comitato organizzativo tecnico scientifico:

Silvia Mattoni, Barbara Dragoni, Alessandro Celestini

Segreteria tecnico-organizzativa:

Marzia Codella, Tiziana Borghini, Antonella Guidi, Emanuela Motta, Stefano Carotenuto, Angela Petrillo, Patrizia Screpanti, Giovanni Canitano