



AUTORITÀ REGIONALE
PER LA PARTECIPAZIONE
DELLA TOSCANA



COMUNE
DI LIVORNO



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
FIRENZE



Slow Food®
Livorno

SALUTE

Strategia Alimentare di Livorno

Report incontro 25 marzo 2017

2° Incontro

Data e ora: 25 Marzo 2017 – ore 14.30-18.30

Luogo: Bottega Del caffè', Viale Caprera, 35, Livorno

Tema di discussione: Mense scolastiche ed educazione alimentare

14.30-15.00	Il progetto SALUTE: Presentazione del progetto SALUTE e approvazione della carta dei principi e delle regole	Giaime Berti – Università di Firenze, coordinamento progetto SALUTE
15.00 -15.30	Le mense scolastiche, educazione alimentare nelle scuole a Livorno e la prospettiva del progetto SALUTE	Franca Sala - Responsabile Ufficio Ristorazione e Arredi Scolastici Comune di Livorno
15.30- 16.00	Modelli di ristorazione collettiva mista pubblico-privata ed educazione alimentare: Pensa che mensa!	Dott. Antonio Ciappi – SIAF e Responsabile del Progetto “Più Vicino è più buono”
16.00- 16.30	L’esperienza delle mense nel Comune di Quarrata	Dott. Alessandro Landini - Responsabile del Servizio Pubblica Istruzione
16.30- 16.45	Pausa	
16.45- 18.45	Discussione sulle tematiche: - mense scolastiche - educazione alimentare	Tavoli dialogico- deliberativi
18.45- 20.00	Aperitivo	

1. Il progetto SALUTE: Presentazione del progetto SALUTE e approvazione della carta dei principi e delle regole

Per ragioni di orario e per offrire il giusto spazio alle presentazioni dei relatori si è deciso di rimandare la discussione all'incontro successivo.

2. Le mense scolastiche, educazione alimentare nelle scuole a Livorno e la prospettiva del progetto SALUTE

Mense scolastiche: servizi erogati e prodotti forniti

Il Comune di Livorno affida in appalto del 100% il servizio di ristorazione scolastica (produzione, trasporto, somministrazione) a tre imprese appaltatrici selezionate sulla base dei requisiti di qualità e sostenibilità posseduti:

- CIR Food
- Elios Ristorazione
- Cooplat.

Il servizio copre la richiesta di oltre 60 scuole e 6.000 bambini per un totale di pasti annui somministrati superiore al milione.

Anche le forniture contrattate prevedono prodotti di prima qualità, non O.G.M., conformi alle normative e, per quanto possibile, di provenienza locale. Nella fattispecie, sono in fornitura:

- ✓ prodotti derivanti da agricoltura biologica
- ✓ prodotti certificati D.O.P. e I.G.P.
- ✓ prodotti provenienti da mercato equo e solidale
- ✓ prodotti provenienti da filiera corta
- ✓ prodotti a freschezza garantita
- ✓ altri prodotti convenzionali di qualità selezionata.

Cucine centralizzate e produzione dei pasti in loco

La maggior parte dei pasti è prodotta presso cucine centralizzate affidate a CIR Food e i “pasti veicolati” ivi prodotti servono 48 scuole. Soltanto poche strutture consentono la preparazione dei pasti in loco, presso cucine comunali che servono nidi e centri d’infanzia.

SOCIETÀ	CUCINA DI PRODUZIONE PASTI	SEDE
CIR FOOD	C.C. Ospedaletto Cucina centralizzata con pasti veicolati	Ospedaletto - Pisa
ELIOR	Cucine comunali di Nido e CC.II. Alveare, P. Principe, La Giostra (solo nido)	Livorno
CIR FOOD	La Mimosa Cucina centralizzata con pasti veicolati	Guasticce - Collesalveti

Figura 1: cucine per la produzione dei pasti somministrati nelle scuole di Livorno

La Carta del Servizio di Ristorazione Scolastica

Il Comune di Livorno ogni anno promuove la Carta del Servizio di Ristorazione Scolastica quale strumento di riferimento per la corretta gestione del servizio mensa e la divulgazione della cultura alimentare nelle scuole.



Figura 2: copertina della Carta del Servizio di Ristorazione Scolastica

La Carta rappresenta una guida informativa su:

- principi ispiratori del servizio
- organizzazione del servizio
- sistema di controllo attivato dalle USL locali a garanzia della sicurezza alimentare e della qualità dei pasti quotidianamente somministrati.

A complemento della Carta sono allegati due inserti dedicati rispettivamente alle Tabelle Dietetiche Ordinarie e al Servizio Dietetico Personalizzato.

Le Tabelle Dietetiche Ordinarie contengono informazioni su:

- qualità degli alimenti
- menù ordinari e menù speciali
- istruzioni operative per la corretta somministrazione pasti.

Le Tabelle Dietetiche Personalizzate contengono informazioni su:

- servizio dietetico riservato a bambini ed insegnanti con esigenze alimentari personalizzate per motivi di salute o etici
- procedure per accedere al servizio dietetico personalizzato.

Il “compromesso validato”

Le tabelle dietetiche, elaborate secondo le indicazioni fornite dalle “Linee di indirizzo per la ristorazione scolastica” della Regione Toscana, sono sottoposte a valutazione e validazione da parte delle USL locali.

Tali tabelle devono:

- ✓ rispondere a requisiti di carattere igienico-sanitario
- ✓ tenere conto delle informazioni sul gradimento dei pasti da parte dei bambini
- ✓ tenere conto delle informazioni sulle abitudini alimentari e di vita dei bambini.

Pertanto, ogni tabella è concepita sulla base di un “compromesso validato” tra:

- esigenze nutrizionali dei bambini, a seconda della fascia di età
- qualità e sicurezza alimentare dei pasti somministrati

- gradimento degli alimenti serviti da parte dei bambini.

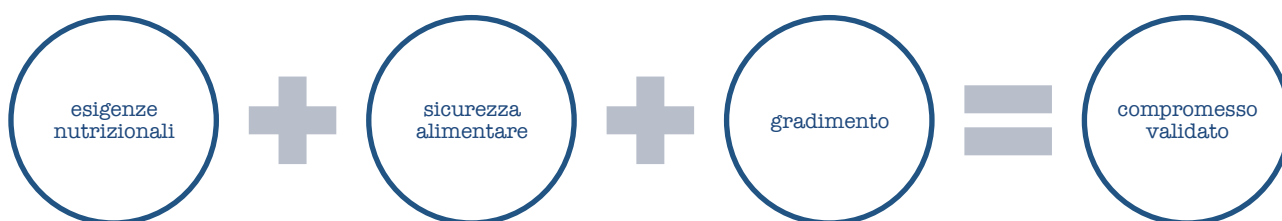


Figura 3: principi del "compromesso validato"

La refezione come momento di educazione alimentare

Il servizio di somministrazione dei pasti nella sede scolastica è regolamentato dal Disciplinare Tecnico d'Intesa sottoscritto da Azienda USL 6, Comune di Livorno e Dirigenza Scolastica. Nel Disciplinare è inserito il "Protocollo comportamentale del personale scolastico nella fase della somministrazione e della consumazione dei pasti".

Il Protocollo evidenzia:

- il ruolo fondamentale che il personale scolastico riveste per la corretta erogazione del servizio di refezione
- la funzione educativa della refezione come momento di apprendimento per i bambini.

Al momento della consumazione è determinante che il personale scolastico:

- ✓ incoraggi i bambini ad assaggiare e consumare i cibi salutari non graditi
- ✓ insegni ai bambini a consumare in autonomia i piatti serviti
- ✓ abitui gradualmente i bambini a consumare il pasto completo nelle quantità previste.

Al personale scolastico, inoltre, sono affidati i compiti di:

- ✓ far rispettare l'orario della refezione
- ✓ interagire con chi somministra i cibi al fine di risolvere eventuali problemi o necessità
- ✓ compilare il modulo di rilevazione settimanale del gradimento dei pasti da trasmettere all'Ufficio Comunale competente.

Rapporto cibo-salute: l'importanza dell'educazione alimentare

Oggi la comunità scientifica ci invita ad adottare una dieta salutare e ad avere stili di vita più sostenibili a scopo preventivo. Questo messaggio deve essere recepito non solo dalle famiglie, ma anche dai soggetti coinvolti nel sistema di ristorazione scolastica. È necessario favorire, sin dall'infanzia, l'adozione di abitudini alimentari corrette allo scopo di tutelare la salute e prevenire patologie cronico-degenerative di cui l'alimentazione scorretta è uno dei principali fattori di rischio.

Questo processo di educazione alimentare si fonda su quattro principi nutrizionali fondamentali:

- qualità (mangio meglio)
- quantità (mangio meno, quanto basta)

- varietà (mangio in modo vario, fatte salve esigenze di salute o etiche)
- regolarità (corretta consumazione dei pasti nell'arco della giornata).

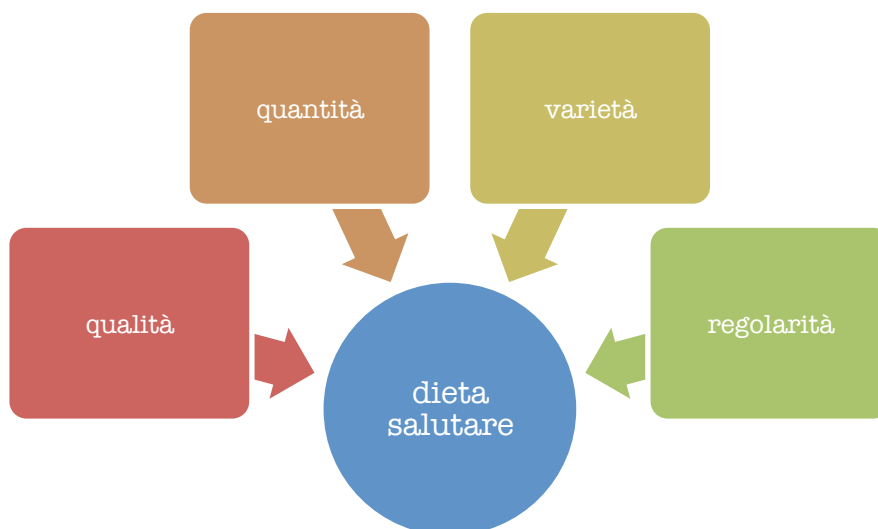


Figura 4: principi nutrizionali della dieta salutare

Spesso alcuni cibi somministrati nelle mense scolastiche non sono graditi dai bambini per sapore, odore e colore. Altre volte i bambini non consumano un pasto completo a causa di una merenda eccessiva dipendente, a sua volta, da una colazione non consumata o inadeguata. Altre volte ancora i bambini non consumano un alimento perché semplicemente non lo conoscono. La corretta alimentazione del bambino, perciò, non dipende solo da cosa il bambino mangia, ma anche da quando e quanto mangia, ovvero dalla regolarità con cui vengono consumati i pasti nell'arco della giornata.

La componente genitoriale nell'educazione alimentare del bambino

Nei comuni a vocazione agricola i bambini solitamente crescono abituandosi a mangiare cibi più salutari, stagionali e locali. Nei centri urbani, invece, spesso si assiste a dinamiche preoccupanti che indicano abitudini alimentari scorrette. Si genera un'asimmetria cognitiva tra ciò che è salutare e ciò che piace, tra ciò che si dovrebbe mangiare e ciò che si vorrebbe mangiare. Ma il contesto sociale in cui si vive non è l'unica discriminante. Nell'educazione alimentare del bambino le componenti genitoriale e familiare hanno un ruolo cruciale. Le abitudini sane e corrette trasmesse al bambino e dallo stesso mantenute durante la mensa scolastica possono stimolare altri bambini ad adottare per emulazione gli stessi comportamenti, situazione questa che bene esprime la funzione educativa della refezione come momento di apprendimento per i bambini.

L'intervento in pillole

- ⇒ Il Comune di Livorno affida in appalto a fornitori selezionati il Servizio di Ristorazione Scolastica.
- ⇒ Il Servizio è gestito secondo le linee guida contenute nella Carta del Servizio di Ristorazione Scolastica.
- ⇒ La Carta fornisce anche le Tabelle Dietetiche Ordinarie e le informazioni per accedere al Servizio Dietetico Personalizzato.

- ⇒ I prodotti alimentari impiegati nella preparazione dei pasti sono selezionati sulla base delle Tabelle Dietetiche.
- ⇒ Le Tabelle Dietetiche sono la risultante di un “compromesso validato” tra esigenze nutrizionali, sicurezza alimentare e gradimento dei pasti.
- ⇒ Le Tabelle Dietetiche sono valutate e validate dalle USL locali.
- ⇒ La refezione è un momento di apprendimento e di forte impatto educativo.
- ⇒ Il ruolo del personale scolastico è fondamentale durante la refezione.
- ⇒ La cultura alimentare deve essere divulgata sin dall’infanzia.
- ⇒ Genitori e famiglie rappresentano componenti cruciali nel processo di educazione alimentare del bambino.
- ⇒ La dieta salutare si misura sui criteri di qualità, quantità e varietà del cibo e di regolarità dei pasti.

3. Modelli di ristorazione collettiva mista pubblico-privata ed educazione alimentare: Pensa che mensa!

SIAF: principali caratteristiche e mission aziendale

SIAF – Servizi Integrati Area Fiorentina è una società di ristorazione collettiva a partecipazione mista pubblico-privata nata nel 2002 per volontà di:

- Comune di Bagno a Ripoli
- ASL 10
- Gemeaz Cusin Spa (adesso Gemeaz Elixir spa).



Figura 5: logo dell'Azienda

SIAF serve:

- centri ospedalieri
- residenze sanitarie assistite
- università e scuole
- consorzi e imprese.

Fatturato annuo	> 12.000.000
Dipendenti	185
Pasti annui somministrati	> 2.650.000

Figura 6: i numeri dell'Azienda al 2016

La mission aziendale si fonda sui principi di:

- sviluppo di legami col territorio
 - allo scopo di creare un sistema aperto ed integrato che metta in rete i produttori di filiera corta, i lavoratori e i clienti
 - impiegando prodotti locali di qualità
- innovazione e reinterpretazione della tradizione
 - proponendo una cucina sana e buona
 - rispettando la stagionalità degli alimenti
- educazione alimentare
 - promuovendo un'alimentazione corretta a tutela della salute
- rispetto dei consumatori
 - favorendo un consumo consapevole.

L'importanza del contesto territoriale

SIAF nasce a Bagno a Ripoli, località della cintura fiorentina che storicamente forniva le piante aromatiche al Mercato Centrale. Per questo motivo lo spirito aziendale è fortemente influenzato dalla tradizione locale.

L'Azienda ha sposato sin dalle sue origini una nuova filosofia della ristorazione collettiva, concependo la figura del ristoratore quale nuovo gastronomo.

Il “ristoratore gastronomo” è consapevole che “mangiare è un atto agricolo” e che insieme ai produttori assume un ruolo fondamentale nella comunità. SIAF ha da sempre lavorato per colmare la distanza tra ristorazione ed agricoltura, cercando di:

- condividere le conoscenze gastronomiche con i produttori
- selezionare i prodotti locali sulla base della storia gastronomica locale e della stagionalità.

Da Slow Food alla “comunità del cibo”

Dal 2006, a seguito di una forte iniziativa del Comune di Bagno a Ripoli per la realizzazione di un progetto di filiera corta e grazie alla piena condivisione dei principi ispiratori di Slow Food, SIAF ha intrapreso un percorso di sviluppo ispirato ai valori di “buono, pulito e giusto”. Il coinvolgimento della comunità ha consentito la costituzione di una vera e propria “comunità del cibo” basata su un patto tra scuola, insegnanti, genitori ed agricoltori locali.

L'iniziativa “Prim'olio”

Un primo esempio di “comunità del cibo” è l'iniziativa aziendale “Prim'olio”, lanciata nel novembre 2006 in occasione della “Mostra Mercato dell'Olio Extravergine di Oliva e dei Prodotti Tipici Locali delle Colline di Bagno a Ripoli”, evento nel quale SIAF s'impegna a ritirare dalle prime 5 aziende classificate una parte di olio extra vergine di oliva da utilizzare nella refezione scolastica. Grazie all'iniziativa si consolida la collaborazione con gli agricoltori del territorio, cercando di promuovere altre produzioni locali.

La concertazione con CIA e Comune di Bagno a Ripoli

Nel dicembre 2006, in occasione di una conferenza con CIA e Comune di Bagno a Ripoli, SIAF propone agli agricoltori locali:

- la tabella dei consumi mensili dei prodotti utilizzati
- l'inserimento dei prodotti provenienti da filiera corta nelle ricette dei menù della refezione ospedaliera e scolastica.

L'evento è stato occasione per ridurre la distanza tra agricoltura, ristorazione ed amministrazione comunale.

La collaborazione con Chelazzi e le nuove collaborazioni

Nel 2007, a seguito dell'incontro con CIA e Comune di Bagno a Ripoli, SIAF inizia a collaborare col produttore locale Chelazzi per la fornitura di basilico e aromi. La collaborazione consente a Chelazzi di fornire direttamente a SIAF i prodotti senza avvalersi della piattaforma intermedia di Mercafir (Centro alimentare polivalente di Firenze).

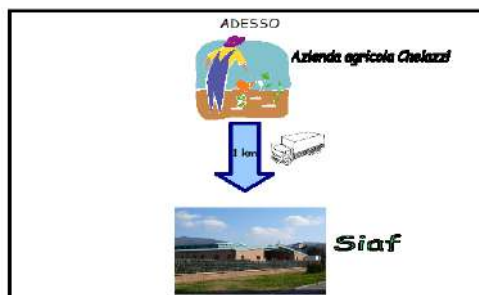
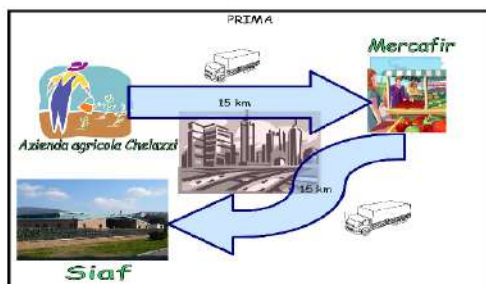


Figura 7: catena di fornitura Chelazzi-SIAF

Soddisfatti dell'esperienza fatta e del rapporto instaurato col produttore, SIAF intraprende nuove collaborazioni con altri fornitori locali.

Nel settembre 2007 SIAF pianifica la produzione di zucche gialle e radicchio scottellato con l'Azienda Agricola Le Macine.

Nei mesi successivi inizia la co-produzione con la Cooperativa Agricola Primavera di prodotti esclusivi per SIAF tra cui:

- torte di pasticceria
- schiacciatine
- olio e.v.o. delle Colline di Bagno a Ripoli
- miele
- pane
- purea di mela cotogna biologica.

Strategica la scelta dell'olio: è senza dubbio più sostenibile un olio e.v.o. prodotto e fornito da agricoltori locali rispetto ad un olio e.v.o. biologico proveniente da altre regioni o altri paesi.

La pianificazione delle produzioni alimentari e fornitura dei prodotti

A seguito dei risultati ottenuti dall'esperienza fatta con l'Azienda Agricola Le Macine, SIAF propone alle aziende agricole fornitrici la pianificazione delle coltivazioni finalizzate alla produzione di materie prime per la preparazione dei menù.

prodotto	gennaio	febbraio	marzo	aprile	maggio	giugno	luglio	agosto	settembre	ottobre	novembre	dicembre
basilico	50	30	60	70	100	50	100	90	50	100	30	
salvia	20	30	30	30	40	30	30	20	30	20	30	
rosmarino	30	20	30	20	20	30	30	30	20	20	20	
zucchine fiorentine cultivar Fiesole						1100	1000	1000	1000			
fiore di zucca						5	10	10				
cavolo nero selezione	110	90	100			100	140	100	80	100	200	
pomodori fiorentini selezione						1600	1980	1300	1800			
bietola in foglie	200	110	140	20					20	40	30	
porri	130	150	178							140	340	
zucca gialla	40	30								200	114	

Figura 8: esempio di pianificazione delle produzioni alimentari

L'interesse per l'agricoltura biodinamica e la collaborazione con Talea

Consapevole che gli agricoltori sentono forte il legame con la natura e con i suoi ritmi, cercando di riscoprire le vecchie tradizioni contadine e le usanze paesane, SIAF inizia a collaborare con l'Azienda Agricola Talea per la fornitura di prodotti provenienti da agricoltura biodinamica, metodo di coltura che si basa sulla sostenibilità delle produzioni e che considera come un unico eco-sistema il suolo e la vita che si sviluppa su di esso. Come pesticida al posto del rame, ad esempio, vengono usati degli infusi naturali di brassica.



	GENNAIO	FEBBRAIO	MARZO	APRILE	MAGGIO	GIUGNO	LUGLIO	AGOSTO	SETTEMBRE	OTTOBRE	NOVEMBRE	DICEMBRE
BARBABIETOLA ROSSA												
BIETOLE												
BROCCOLI												
CARDI												
CAROTE												
CAVOLIFIORI												
CAVOLI VERZA												
CAVOLI CAPPUCCIO												
CETRIOLI												
CIPOLLE												
FAGIOLINI IN ERBA												
FINOCCHI												
INSALATE												
POMODORI												
PORRI												
RADICCHIO												
RAVANELLI												
RUCOLA												
SPINACCI												
ZUCCA GIALLA												
ZUCCHINE												

Figura 9: stagionalità delle produzioni biodinamiche

Prezzo giusto, flessibilità e sostenibilità

SIAF applica con i fornitori una politica di prezzo equo facendo riferimento al prezzo di mercato corrente dei prodotti biologici.

Questo vale anche per i fornitori che sono biologici o biodinamici, ma che non lo sanno o non hanno richiesto la certificazione.

L'esempio di Talea è utile per capire quanto il legame tra agricoltura e ristorazione sia importante: gli agricoltori sono i primi conoscitori della tradizione gastronomica locale. A volte antiche ricette possono esaltare il sapore di un alimento spesso non gradito o sottovalutato. Il caso del farro soffiato molto gradito dai bambini ne è la prova.

La fornitura di prodotti locali e stagionali richiede flessibilità e conoscenza gastronomica da parte del ristoratore ed è senza dubbio un elemento di sostenibilità per tutti i soggetti coinvolti nella filiera: i prodotti locali stagionali possono essere cucinati in mille modi diversi senza per questo rinunciare al gusto. Il pesto di cavolo nero, da una ricetta antica contadina, è una pietanza molto gradita dai bambini. Così come la frittata di uova. SIAF, per evitare di utilizzare uova liofilizzate o pastorizzate, ha stipulato un contratto di collaborazione con un allevatore di Vicchio (FI) per la fornitura di uova fresche biologiche. Le uova fornite vengono sgusciate e frullate dal personale aziendale che poi le impiega nella preparazione di frittate.

“Pensa che mensa”

Nel 2008, in occasione del Salone del Gusto a Torino, SIAF partecipa al progetto di Slow Food “Pensa che mensa” in qualità di azienda selezionata e rappresentativa dei principi di “buono, pulito e giusto”. Tema del progetto è la condivisione di una ristorazione nuova e sostenibile basata su:

- ✓ qualità delle materie prime
- ✓ filiera corta
- ✓ recupero e conservazione della tradizione dei sapori
- ✓ educazione al gusto e alla convivialità.

“Più vicino è più buono”

Nel biennio 2011-2012 SIAF partecipa al bando regionale PAR (Piano Agricolo Regionale) col progetto di sviluppo della filiera corta “Più vicino è più buono”, già presentato nel 2012 a Firenze in occasione di Terra Futura.

La realizzazione del progetto ha portato a:

- attività di studio finalizzate
 - alla quantificazione mensile dei prodotti necessari alle mense scolastiche
 - al confronto con i quantitativi dei prodotti già conferiti dalla filiera corta
- attività di ricerca di nuovi produttori locali
- visite alle aziende agricole coinvolte per la raccolta dei dati e dei materiali necessari per la redazione dei documenti progettuali
- programmazione mensile della fornitura alle mense scolastiche dei prodotti necessari
- formalizzazione di contratti bilaterali SIAF-produttore per la fornitura di prodotti di filiera corta
- laboratori esperienziali
 - sulla filiera corta
 - sul recupero di ricette antiche e sulla tradizione culinaria locale
 - sullo spreco alimentare.

Il progetto ha consentito l’inserimento nel servizio di ristorazione scolastica dello spuntino di metà mattinata con pane di grani antichi e marmellata di frutti di stagione.



Figura 10: esempi di laboratori ed eventi divulgativi

Durante i laboratori e la refezione si nota quanto molte pietanze siano sconosciute ai bambini o da essi non gradite a causa di una cultura alimentare carente. Un esempio è dato dal rapporto che i bambini spesso hanno con alcuni alimenti tra cui il pesce. SIAF racconta l’esperienza fatta in una scuola in cui alcuni bambini non gradivano il pesce, senza tuttavia conoscerne realmente forma e sapore. La visione

e il contatto con l'alimento e l'assaggio del piatto cucinato correttamente hanno cambiato il giudizio dei bambini, i quali non hanno esitato a chiederne una seconda porzione.



Figura 11: esempio di laboratori ed eventi divulgativi

I laboratori ed il coinvolgimento dei produttori e degli agricoltori hanno un importante effetto educativo anche sul tema dello spreco alimentare. SIAF porta ad esempio i vegetali, in particolare le patate, di cui non si dovrebbe gettare via nulla, nemmeno la buccia o le parti più esterne, poiché sono tutti elementi utili per la preparazione, ad esempio, di brodi vegetali, zuppe e vellutate di verdura, come nelle più tradizionali ed antiche ricette contadine.

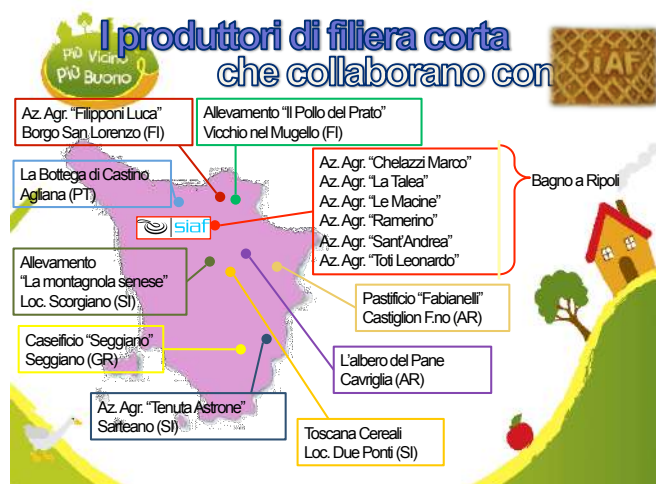


Figura 12: mappa produttori filiera corta

L'Azienda nell'arco dell'anno programma le colture con i produttori locali, recupera i piatti tradizionali e interviene sull'offerta formativa con laboratori alimentari che

avvicinano i bambini ai prodotti dall'orto alla tavola. “Più vicino è più buono” è, dunque, un progetto di educazione alimentare e di promozione della filiera corta.

La vendita itinerante

I risultati del progetto “Più vicino è più buono” e l’obiettivo aziendale di investire sul tema dell’educazione alimentare danno impulso all’iniziativa del “Temporary Store”, che consiste nella vendita itinerante di prodotti di filiera corta utilizzando un furgone personalizzato. L’iniziativa nasce dall’esigenza di avvicinarsi al territorio e alla comunità facendo riscoprire "sotto casa" ricette e prodotti della cucina locale, che spesso le famiglie non sanno riproporre ai bambini non abituantoli così a certi gusti.



Figura 13: furgone personalizzato per la vendita itinerante

Gli obiettivi dell’iniziativa sono:

- incentivare l'acquisto e l'uso di prodotti di filiera corta da parte della comunità
- far conoscere la realtà produttiva locale e regionale (filiera corta) e sostenerne lo sviluppo
- sostenere produzioni di qualità ed ampliarne le opportunità di commercializzazione
- diffondere informazioni e conoscenze sui temi della salute e dell'ambiente
- sostenere il ruolo dei genitori nell'educazione alimentare dei figli
- sostenere percorsi di inserimento o reinserimento lavorativo di soggetti svantaggiati allo scopo di potenziarne le capacità residue.

Altre iniziative e la partecipazione ad EXPO come “buona pratica”

Ulteriori iniziative avviate nel corso degli ultimi anni sono:

- la collaborazione con una cooperativa di pescatori di Viareggio per la fornitura di pesce fresco
- la collaborazione con alcuni produttori di carne bovina del Mugello
- la fornitura di pasta e pane prodotti con farine di grani antichi per recuperare tradizioni gastronomiche dimenticate.

Con il contributo del Comune di Bagno a Ripoli, attraverso un lavoro di progettazione e pianificazione nonché di acquisto e lavorazione dei prodotti di filiera corta, SIAF ha concretamente sviluppato un rapporto di collaborazione con

14 produttori locali, i quali forniscono molti dei prodotti necessari alla confezione dei pasti destinati alle scuole.

L'intervento in pillole

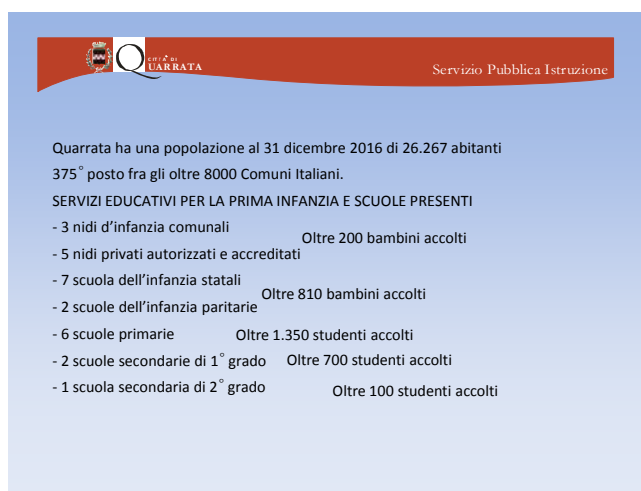
- ⇒ SIAF investe sullo sviluppo dei legami col territorio, sul recupero delle tradizioni agricole e gastronomiche, sulla filiera corta, sull'educazione alimentare.
- ⇒ La realtà aziendale è fortemente e positivamente influenzata dalla tradizione locale.
- ⇒ Il ristoratore è il nuovo gastronomo.
- ⇒ “Mangiare è un atto agricolo”.
- ⇒ È necessario condividere le conoscenze gastronomiche con i produttori e selezionare i prodotti locali sulla base della storia gastronomica locale e della stagionalità.
- ⇒ SIAF ha contribuito a creare una “comunità del cibo” costituita da Ente Comunale, utenti, clienti e produttori.
- ⇒ La partecipazione ad eventi di settore ha consentito lo sviluppo di collaborazioni con produttori locali e, quindi, della filiera corta.
- ⇒ Le collaborazioni con i produttori locali hanno portato alla pianificazione e alla programmazione della fornitura delle materie prime necessarie alla preparazione dei menù.
- ⇒ Le collaborazioni con i fornitori hanno portato, in alcuni casi, alla co-produzione di prodotti esclusivi per SIAF per la preparazione dei pasti.
- ⇒ L'educazione alimentare passa anche e soprattutto attraverso laboratori esperienziali per i bambini e le loro famiglie.
- ⇒ Iniziative come la vendita itinerante contribuiscono alla promozione dei prodotti locali e alla divulgazione della cultura alimentare sul territorio.

4. L'esperienza delle mense nel Comune di Quarrata

Il Comune di Quarrata è un comune che si occupa direttamente di nido, trasporto scolastico e ristorazione scolastica.

Quarrata è una città con più di 26 mila abitanti che ha in gestione molte scuole, complessivamente oltre 3160 bambini divisi tra scuole per l'infanzia, primarie e secondarie. Il progetto della ristorazione scolastica prosegue da diversi anni.

Figura 14 Comune di Quarrata, iscritti alle scuole dell'infanzia al 31/12/2016



Il servizio di ristorazione viene offerto ogni anno a più di 2 mila bambini per un totale di 230 mila pasti l'anno. Ha avuto inizio nel settembre del 2004, e fin dall'inizio, ha fatto evidenziare diverse problematiche. I risultati erano genitori arrabbiati e bimbi che non mangiavano. Bisognava cambiare e bisognava farlo andando nella direzione del mangiare sano e del mangiare bene.

Migliorare il servizio di ristorazione scolastica del Comune di Quarrata.

Come primo passo è stato necessario riunire intorno ad un tavolo tutti coloro che erano coinvolti nella ristorazione scolastica per far emergere punti di forza, bisogni, ma anche punti di debolezza definendo insieme come affrontare le varie problematiche.

Il lavoro ha avuto inizio concentrandosi su:

- qualità degli alimenti
- variabilità degli alimenti
- stagionalità degli alimenti
- modalità di cottura.

Aspetti molto importanti sono inoltre stati:

- l'educazione alimentare
- la sicurezza alimentare
- il servizio e lo sporzionamento
- la formazione del personale
- i giusti tempi e luoghi del pasto

Gli strumenti su cui si è concentrata l'azione di revisione sono stati:

- menu/ programma alimentare

- lo spuntino di metà mattina
- la partecipazione dei genitori alla commissione mensa

I punti di forza e di debolezza del progetto.

Dall'analisi i punti di forza emersi sono stati:

- presenza in tutte le 14 scuole di una cucina, che sporziona e che cuoce il primo piatto;
- 2 centri di cottura distinti (uno per il nido e uno per scuole d'infanzia e primarie);
- attiva collaborazione con l'Asl
- presenza attiva della Commissione mensa
- forte motivazione e impegno dell'Ufficio, dove coloro che operavano erano essi stessi genitori e quindi ulteriormente motivati ad agire
- la volontà politica di investire tempo e risorse nella salute e nel futuro dei bimbi.

I punti di debolezza emersi sono stati:

- scarsa attenzione al momento della colazione
- poca stagionalità e variabilità del menù e poca valorizzazione di prodotti locali
- scarso coinvolgimento dei genitori e assenza di azioni di educazione alimentare
- poca formazione del personale
- poca attenzione all'aspetto organizzativo del servizio e degli ambienti
- poca sensibilizzazione dell'aspetto educativo del momento del pranzo

Le attività che hanno portato al successo del progetto di Quarrata.

1. Internalizzare tutti i pasti fatti dai bambini a scuola
2. Evitare ripetizioni nel menu dei pasti
3. Coinvolgimento attivo dei genitori
4. Investire nell'educazione alimentare
5. Rendere adatti i luoghi dove si mangia
6. Adottare un approccio formativo ed esperienziale
7. Sostenibilità ambientale del servizio: l'impronta idrica del menu
8. Adottare una dieta sana e salutare e verifica della qualità dei prodotti
9. Rilevazione periodica del gradimento del servizio
10. Monitoraggio degli sprechi
11. Riconoscimenti esterni
12. Attenzione alla sostenibilità economica e alle pari opportunità di accesso

Internalizzare tutti i pasti fatti dai bambini a scuola

Le attività volte al miglioramento del progetto hanno avuto inizio nel 2006, con un sopralluogo nelle scuole per constatare quello che accadeva quotidianamente. Uno degli aspetti emersi in maniera più chiara è stata la merenda dei bambini di metà mattina. I bimbi consumavano alimenti molto pesanti e in notevoli quantità, che li faceva arrivare all'ora di pranzo ancora sazi.

La prima svolta è stata quindi quella di organizzare il momento della colazione direttamente a scuola, offrendola ai bambini senza alcun costo per le famiglie.

Una colazione adeguata, diversa a seconda dei giorni, composta da frutta biologica, focaccia, yogurt o frutta, pizza, pane e olio.

Tutti i bambini, a parte coloro che avevano particolari problemi alimentari, mangiavano gli stessi prodotti, fossero essi iscritti o no al sistema di ristorazione alimentare.

Evitare ripetizioni nel menu dei pasti

Un secondo intervento è stato quello di lavorare sul menu per arrivare a non avere mai una ripetizione nei cibi. Ad esempio se in una settimana il pesce veniva servito di lunedì, la settimana successiva sarebbe stato servito di martedì, e così via per gli altri alimenti.

Coinvolgimento attivo dei genitori

Un'azione chiave è stata il coinvolgimento dei genitori. Per conseguire questo scopo ogni anno a tutti i genitori è stato mandato un opuscolo informativo nel quale sono stati indicati i componenti della Commissione mensa, composta da un genitore, un insegnante e da un operatore della distribuzione. Nell'opuscolo sono stati indicati inoltre i recapiti telefonici dei rappresentanti dei genitori delle commissioni mensa per mettere in relazione genitori e loro rappresentanti. Ogni giorno un membro della commissione ha avuto il compito di mangiare con i bambini per verificare la qualità del servizio. Cosa che hanno potuto fare anche i genitori previa richiesta. Questa azione ripetuta nel tempo ha permesso ai genitori di toccare con mano la qualità del servizio offerto.

Sempre nell'ottica di aumentare la partecipazione dei genitori e delle famiglie alla ristorazione, ogni anno viene consegnato a tutti il ricettario dei prodotti, per permettere alle famiglie di verificare la loro composizione ed individuare eventuali allergeni.

Investire nell'educazione alimentare

Un'altra attività è stata quella di investire nell'educazione alimentare. In primo luogo dei genitori, attraverso un percorso formativo ed informativo che li ha coinvolti direttamente. In secondo luogo nell'educazione dei bambini, mettendo in campo proposte come le fattorie didattiche utili per far capire loro lezioni importanti, come la necessità di mangiare quello che la natura può dare, rispettando la stagionalità e la varietà dei prodotti.

In ultimo luogo la formazione del personale. Aspetti importanti da trasmettere a coloro che in ultima istanza operavano sul cibo sono stati le quantità delle porzioni e l'aspetto dei piatti gradevole alla vista dei bimbi. Il tutto attraverso accorgimenti semplici come il dare una sola porzione per ogni bimbo (in linea con le raccomandazioni dei pediatri) anche se questo ha significato andare contro alle opinioni comuni, in primis dei genitori.

Rendere adatti i luoghi dove si mangia

Un lavoro molto importante è stato quello di operare sui luoghi del pasto, facendo attenzione alla loro acustica, insonorizzando i locali, all'estetica, colorando le pareti, e alla distribuzione dei tavoli e delle persone.

Adottare un approccio formativo ed esperienziale

Una attenzione particolare è stata data al nido, in quanto primo approccio per il bimbo ad un sistema di ristorazione scolastica.

Il principio guida è stato “le difficoltà aiutano a crescere...”. Nel momento del pasto i bimbi hanno iniziato a sperimentare cosa vuol dire mangiare e come procurarsi il cibo. Hanno imparato ad usare bicchieri, piatti e posate, a trattare il cibo, nonostante questo abbia fatto scontrare con rischi e difficoltà. Un simile approccio non poteva non essere condiviso con i genitori, i quali hanno gradualmente imparato e capito l'importanza di mettere i bimbi, anche quelli molto piccoli, nelle condizioni di operare sul cibo imparando facendo. Sono state ispirate dagli stessi principi le attività agricole con i bambini, laboratori dove i bimbi, aiutati da educatori, hanno imparato a toccare con mano la coltivazione dei prodotti che mangiavano, capendo non solo le origini ma anche il valore del cibo.

Sostenibilità ambientale del servizio: l'impronta idrica del menu

L'esperienza di Quarrata è diventata nel 2010 oggetto di studio e tesi di laurea della dott.ssa Katarzyna Demska la quale nella sua analisi si è occupata di calcolare l'impronta idrica del menu, ovvero la quantità di acqua necessaria per produrre i cibi di cui è composto. E' stata una delle attività che ha permesso di migliorare notevolmente la qualità del servizio offerto andando ad ottimizzare la sostenibilità ambientale del menu. Da questo lavoro è scaturita la necessità di ridurre quegli alimenti a più alto impatto ambientale come la carne. Essa infatti oltre ad essere un alimento da consumare moderatamente è sicuramente uno degli alimenti che consuma più acqua per la sua produzione. A parità di sostanze nutritive i cereali ad esempio ne consumano notevolmente di meno.

Figura 15 Pietanze a base di carne della ristorazione scolastica del Comune di Quarrata

utilizzo pietanze a base di CARNE					
Anno Scolastico	gioni/pasto	Primi piatti a base di carne (unico piatto)	piet. Base CARNE	di cui prosciutti	%
2010-2011	185		101	16	54,6
2011-2012	188		93	15	49,5
2012-2013	184		84	14	45,7
2013-2014	189		78	13	41,3
2014-2015	186	5	76	5	40,9
2015-2016	188	8	72	11	38,3
2016-2017	188	10	70	7	37,2

Adottare una dieta sana e salutare e verifica della qualità dei prodotti

Un altro intervento reso necessario è stata la verifica dei prodotti usati per l'alimentazione dei bimbi. Verifica delle componenti organolettiche per cui sono stati scelti, attraverso la compilazione di schede tecniche, e verifica che i prodotti fossero sempre gli stessi per tutta la durata del contratto con i fornitori. Per operare in questo senso è stato necessario stipulare contratti con i fornitori particolarmente dettagliati. Una di queste ad esempio è stata l'indicazione del nome scientifico del prodotto al fine di garantire che il fornitore fornisse sempre una specifica qualità di prodotto e non un'altra. Un'altra attenzione è stata quella di dotare il personale che si occupa dei pasti di schede da compilare, nelle quali

indicare le caratteristiche dei prodotti associandola alla loro etichetta, per garantirne la tracciabilità.

Rilevazione periodica del gradimento del servizio

Negli anni 2011, 2013 e 2015 si è arrivati inoltre ad effettuare una rilevazione del gradimento del servizio ristorante. Nella rilevazione fatta nel 2015 i questionari compilati sono stati 850 su 1530 consegnati, dimostrando un'alta partecipazione. L'indagine ha mostrato che l'85% dei bimbi mangia bene e con piacere sempre o nella maggior parte dei casi e che i genitori hanno dichiarato di condividere progetti come "La merenda a scuola" e i menu come "Chilometro zero" o "Tutto biologico" per il 96% dei casi. Nel complesso l'indagine ha mostrato un buon gradimento del progetto.

Monitoraggio degli sprechi

Per verificare l'efficacia della soluzione di Quarrata nello spreco alimentare, è stato avviato in collaborazione con la Regione Toscana il progetto "Penso, mangio e non spreco", un progetto nel quale sono stati monitorati quotidianamente per un anno gli sprechi di cibo di due mense scolastiche. I risultati emersi sono stati molto incoraggianti:

Tabella 1 Percentuale di consumo di alcuni prodotti nella ristorazione scolastica del Comune di Quarrata

Pietanza	Percentuale di prodotto consumato
Pasta in brodo	91%
Arista agli aromi	82%
Nasello	83%
Spinaci	73%
Passato di verdure	75%
Straccetti di pollo	93%
Merluzzo dorato	78%
Fagioli all'olio	74%

La figura che segue mostra per l'anno appena trascorso quali sono stati i prodotti consumati e in quali quantità.

Figura 16 Consumo di alcuni generi alimentari nella ristorazione scolastica del Comune di Quarrata. Anno 2016

Comune di QUARRATA		Servizio Pubblica Istruzione	
Consumo di alcuni generi alimentari nell'anno 2016			
Carote 4.650kg	Finocchi 2.550kg	Patate 5.300Kg	Insalata 1.350kg
Mele 9.515Kg	Banane 12.780 Kg	Kiwi 1.640Kg	Pere 1.530Kg
Arance 2.850Kg	Clementine 880 kg	Uva 750Kg	Susine 630Kg
Melone 280Kg			
Cipolle 730Kg	Sedano 610Kg	Porri 390Kg	Cavolo 510Kg
Broccoli 115Kg			
Zucchine 350Kg	Zucca gialla 238Kg	Bietola 815Kg	
Pesce Surgelato 4.420kg	Tonno 770Kg		
Piselli Surg. 810kg	Spinaci Surg. 1.535kg	Fagiolini Surg. 820kg	
Pasta di semola 6.000kg	Pesto 130Kg	Olio Ex. IGP Montalbano 2.200Litri	
Riso 1.950kg	Tortellini 365Kg	Ravioli 620Kg	Gnocchi 510Kg
Orzo 275kg	Lenticchie 560kg	Farro 370kg	Ceci 105kg
Fagioli 630Kg			
Pane 12.450Kg	Pizza 3.580Kg	Schiacciata 4.760Kg	
Suino 2.615kg	Magro di bovino 1.150kg	Pollo 2.100kg	Tacchino 2.090kg
Pecorino DOP 300kg	Montanello 90 kg	Grana Padano DOP 540kg	
Stracchino 590Kg	Ricotta 1.365Kg	Mozzarella 1.750Kg	
Prosciutto crudo Toscano DOP 485kg	Prosciutto cotto Alta Qualità 415kg		

Riconoscimenti esterni

I risultati positivi dell'esperienza di Quarrata hanno avuto anche dei riconoscimenti internazionali, come la pubblicazione nel 2014 su World Nutrition una rivista a tiratura mondiale.

Figura 17 World Nutrition ottobre 2014



Attenzione alla sostenibilità economica e alle pari opportunità di accesso

Infine l'aspetto economico. Il servizio costa complessivamente al comune € 1.173.748, 99, mediamente € 5,09 a pasto. I genitori coprono tale quota per il 67,31%, con un tasso di effettiva riscossione del 96,19%. La retta che viene imputata ai genitori è calcolata in base al reddito. Fino a 2 mila euro è gratuita e poi l'aumento è proporzionale al reddito da un valore minimo di 1,60 € a pasto ad un massimo di 4,80 € per le fasce di reddito più alte.

Il successo dell'esperienza di Quarrata.

Il successo di Quarrata nella ristorazione scolastica è da attribuirsi in primo luogo alla volontà politica di un'amministrazione che ha voluto investire nel futuro dei suoi piccoli cittadini, concentrandosi sull'alimentazione che è uno dei fattori che è alla base del benessere fisico ed educativo dei bimbi. Un investimento nel futuro ma con ampie implicazioni nel presente di coloro che come i genitori, gli insegnanti, gli operatori, gli uffici amministrativi, le aziende, hanno avuto modo di sperimentare con mano una gestione sana ed illuminata di un settore di ristorazione scolastica.

Il coinvolgimento dei genitori, degli operatori, ma soprattutto degli insegnanti è stato un altro dei fattori che hanno determinato il successo di Quarrata. Coinvolgere i genitori negli aspetti decisionali e nella condivisione degli intenti delle modalità per raggiungerli, e soprattutto coinvolgere gli insegnanti e gli operatori nella funzione educativa connessa al momento del pasto, a partire proprio dal momento della somministrazione.

La condivisione del progetto da parte dei genitori si è manifestata non solo nelle rilevazioni di gradimento del servizio, ma soprattutto nel rispetto del pagamento delle rette, facendo registrare un tasso di effettiva riscossione delle rette prossima al 100%. Questo testimonia il fatto che il pagamento delle spese per la mensa diventano sostenibili dalle famiglie quando viene percepito che tali spese vanno a migliorare la salute dei bimbi e la sostenibilità ambientale.

5. Break con rinfresco e aperitivo a cura di CIRFOOD



6. Tavoli dialogico-deliberativi

Dopo le relazioni introduttive sono stati organizzati dei tavoli di discussione secondo il programma riportato nella tabella seguente:

16.45 - 17.15	Esperti rispondono alle domande
17.15 - 17.45	Prima sessione: quali difficoltà per una dieta salutare a casa?
17.45 - 18.15	Seconda sessione: quali difficoltà per una dieta salutare a scuola?
18.15 - 18.45	Quali idee progettuali per favorire il consumo di una dieta salutare?

Contenuti della discussione

La discussione si è sviluppata e partì dall'obiettivo di favorire il consumo di una dieta salutare, capace cioè di rispondere ai principi della Piramide Alimentare Toscana e di essere coerente con le indicazioni proposte dalla dott.ssa Francesca Andreazzoli durante l'incontro dell'11 Marzo, per cui ai fini nutritivi una dieta adeguata richiede:

- Assunzione di carboidrati prevalentemente complessi per il 60-65% della dieta;
- Assunzione di proteine 10-15% prevalentemente da fonti vegetali
- Assunzione di grassi per il 10-15%
- Un idoneo apporto di vitamine, sali minerali, acqua e fibre (figura 18).



Una dieta salutare richiede:

- Assunzione di carboidrati prevalentemente complessi per il 60-65% della dieta;
- Assunzione di proteine 10-15% prevalentemente da fonti vegetali
- Assunzione di grassi per il 10-15%
- Un idoneo apporto di vitamine, sali minerali, acqua e fibre.

Figura 18 - La composizione di una dieta adeguata

A partire da questo obiettivo è stato chiesto ai partecipanti di discutere **cosa** (figura 19) è necessario fare sia a casa sia nelle mense scolastiche e **come** farlo (figura 20)

Cosa fare?

Per promuovere la salute è necessario un percorso che deve coinvolgere tutti e che può essere diviso in 4 fasi

- Informazione
- Consapevolezza
- Responsabilità
- Azione

Chi deve agire? Ciascuno di noi:

- Genitori
- Insegnanti
- Medici
- Politici



Figura 19 - Cosa fare per garantire il consumo di una dieta salutare. Suggerimenti per la discussione

Come fare?

Programmi didattici di ecologia della salute e quindi

- Una materia scolastica vera e propria
- Programmi
- Libri di testo
- Interrogazioni
- Voti
- Bocciature

Strutture scolastiche adatte e corretta alimentazione a scuola

WCRF 2009 POLICY REPORT

- Fornire quotidianamente pasti salutarie per allievi ed insegnanti, nonché spazi per la ricreazione e l'attività sportiva.
- Includere obbligatoriamente la nutrizione (compresa la preparazione dei cibi e la cucina) e l'attività fisica nel curriculum scolastico.
- Assicurarsi che il materiale didattico sia indipendente da interessi commerciali.
- Non consentire la vendita di bevande zuccherate, né di merendine o di altri *snack* ricchi di zucchero, sale e grassi, nei distributori automatici e nei bar delle scuole.

Figura 20 - Come fare? Suggerimenti per la discussione

Metodologia per la discussione

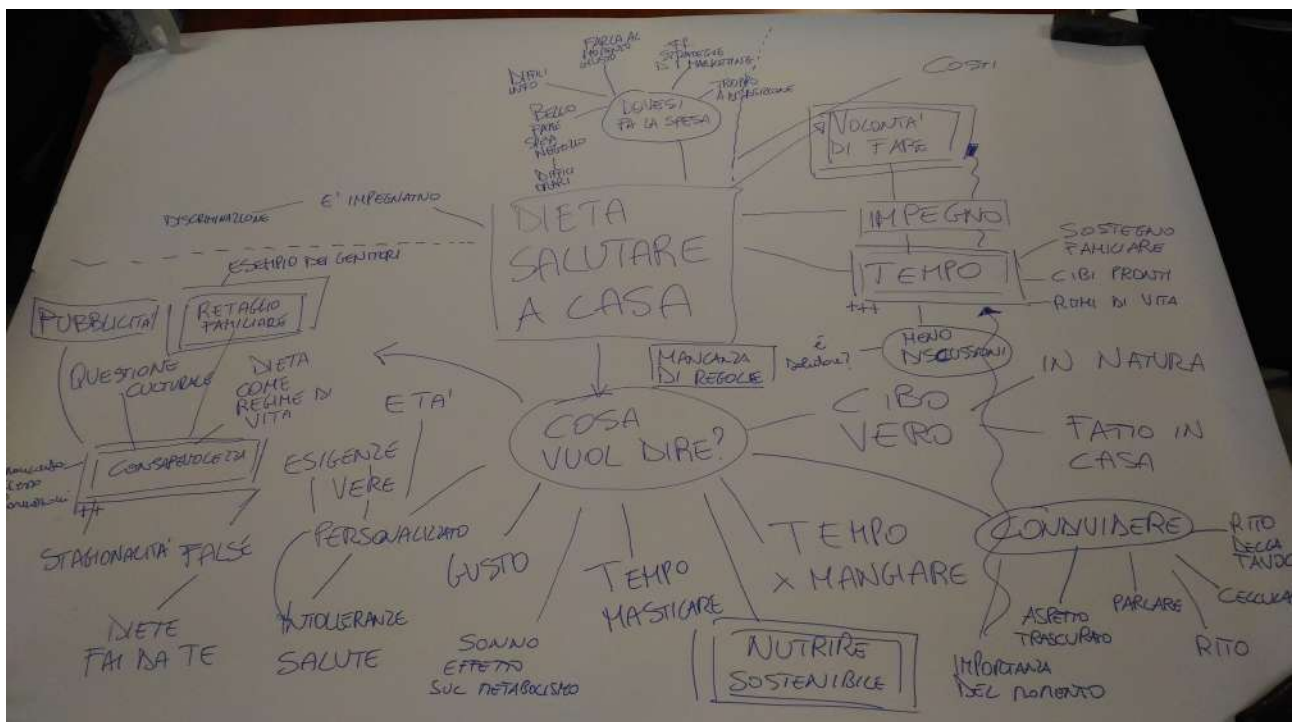
Per favorire la discussione è stata utilizzata la tecnica delle mappe mentali.



Le mappe mentali sono una tecnica di rappresentazione grafica della conoscenza, utile per schematizzare idee complesse, relazioni, fattori emotivi e dati oggettivi.

Una mappa mentale consiste in un disegno nel quale i concetti vengono presentati in forma grafica: l'idea principale si trova al centro dello schema, mentre le informazioni e i dettagli di approfondimento vengono rappresentati come bracci che dal centro si allargano via via verso l'esterno.

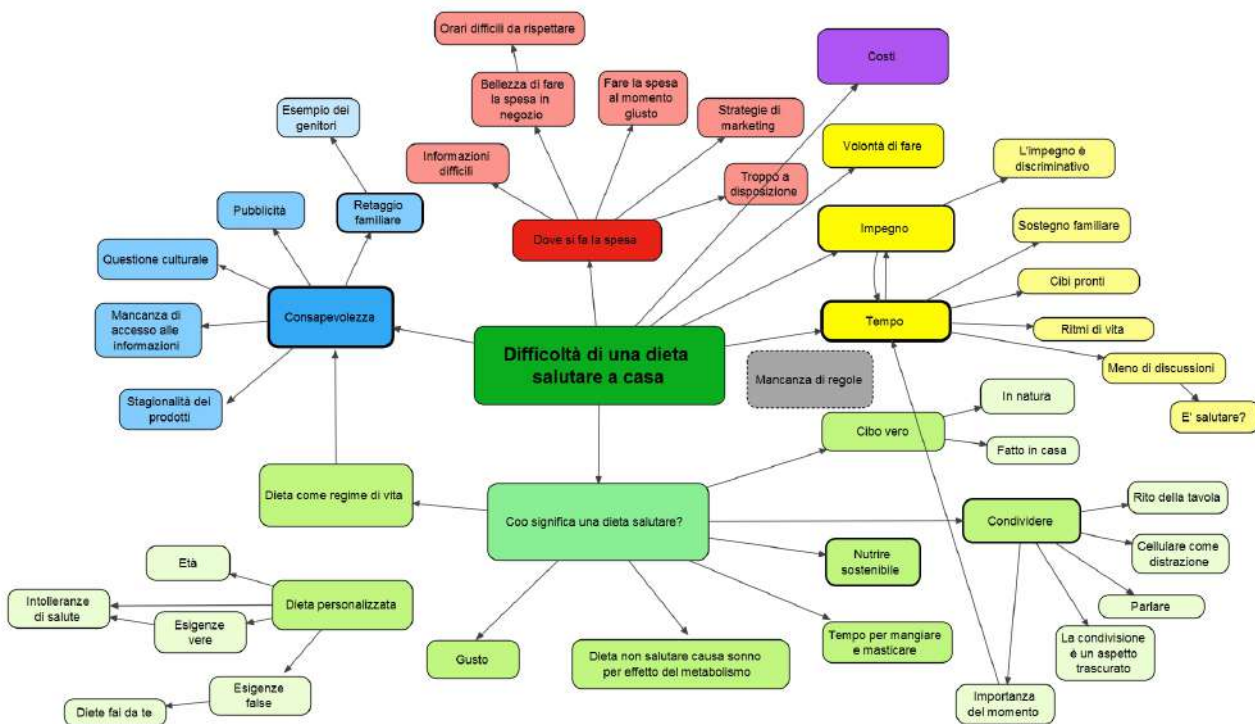
Uno dei grandi pregi delle mappe mentali è costituito dalla loro capacità di rappresentare in modo immediato la struttura gerarchico-associativa delle informazioni. Inoltre l'uso dei colori e delle immagini, stimola la creatività del gruppo di lavoro e l'attenzione di coloro che successivamente utilizzeranno le mappe leggendole.



6.1 Tavolo 1: animato da Nicola Zagni

Difficoltà per una dieta salutare a casa

Figura 21 rappresentazione mappa sulle difficoltà di una dieta salutare a casa



2. Cosa significa dieta salutare?

- Dieta come un regime di vita
- Dieta personalizzata: in funzione dell'età, di esigenze vere come le intolleranze alimentari e legate alla salute, non soggetta ad esigenze false che producono diete fai da te.
- Dieta con gusto
- Dieta non salutare causa sonno per effetto del metabolismo
- Una dieta in cui si ha il tempo di mangiare e masticare
- Nutrire sostenibile
- Momento di condivisione in cui diventano importanti durante il pasto aspetti come: rito della tavola, evitare il cellulare, parlare, condividere, dare importanza al momento

3. Aspetto molto importante il tempo

- Sostegno familiare
- Attenzione alla tendenza al consumo dei cibi pronti
- Ritmi di vita frenetici
- Meno discussioni

4. Aspetto importante e strettamente connesso al tempo è l'impegno e la voglia di fare

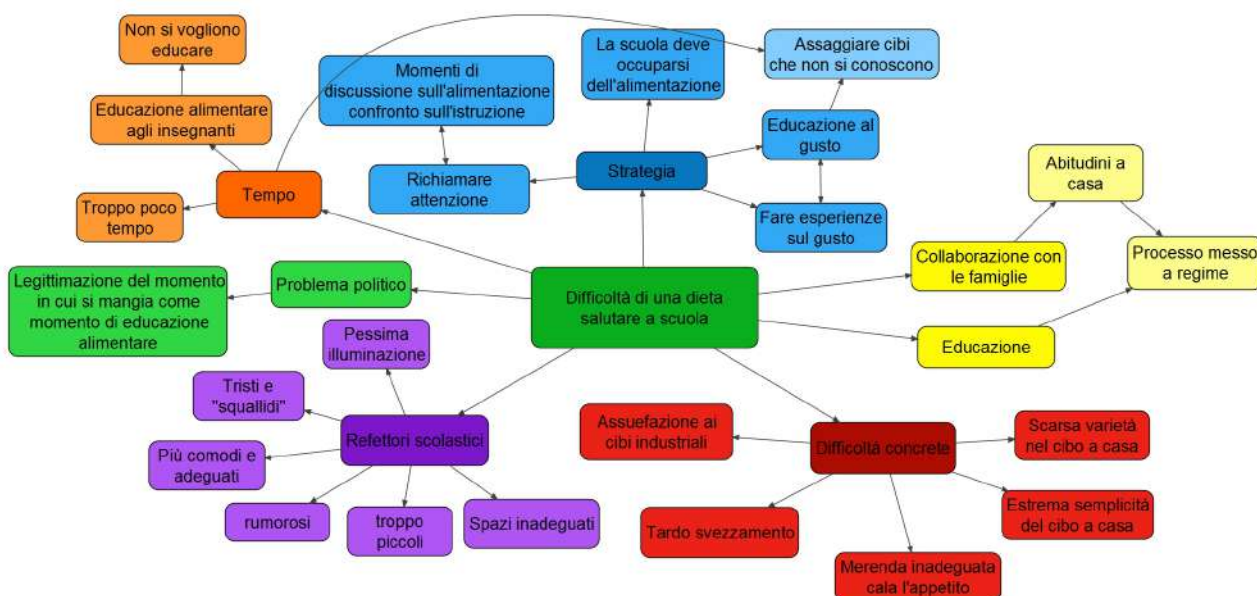
- L'impegno è un fattore di discriminazione tra le persone che seguono o non seguono una dieta salutare a casa

5. Costi

6. Difficoltà legate a dove si fa la spesa
 - Troppa scelta e troppi prodotti a disposizione
 - Attenzione alle strategie di marketing
 - Fare la spesa al momento giusto
 - Apprezzare la spesa in negozio anche se hanno orari difficili da rispettare
 - Difficile reperimento delle informazioni
7. Avere consapevolezza dell'importanza di una dieta salutare
 - Necessario un retaggio familiare ed un esempio da parte dei genitori
 - Pubblicità
 - Questione culturale
 - Mancanza di accesso alle informazioni
 - Attenzione alla stagionalità dei prodotti

Difficoltà per una dieta salutare a scuola

Figura 22 rappresentazione mappa sulle difficoltà di una dieta salutare a scuola

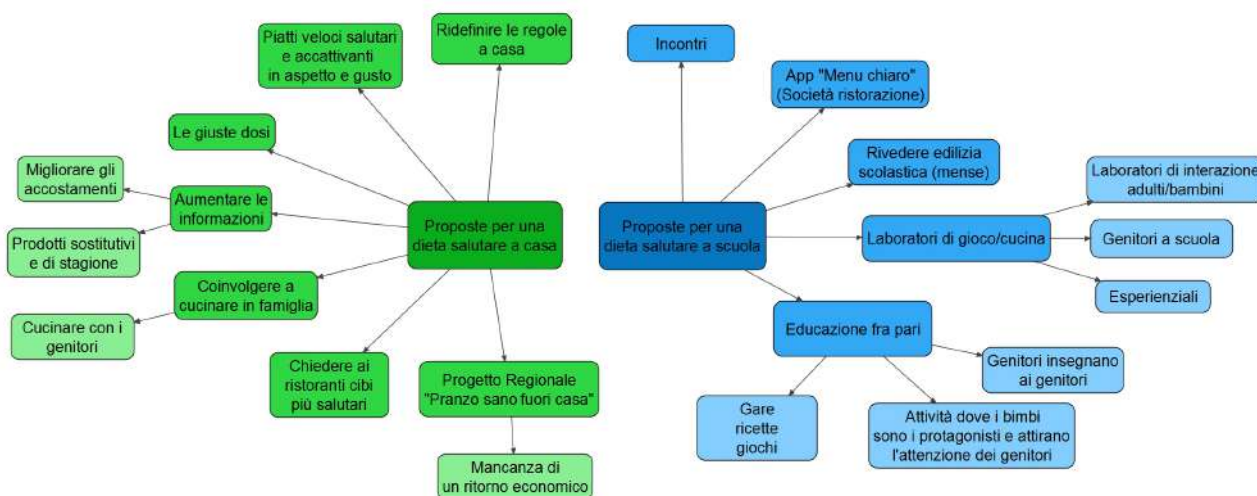


1. Difficoltà concrete
 - Scarsa varietà nel cibo di casa
 - L'estrema semplicità del cibo di casa rende intolleranti i bimbi alla varietà di prodotti
 - Una merenda inadeguata fa calare l'appetito
 - Ritardi nello svezzamento
 - Assuefazione ai cibi industriali
2. Necessaria collaborazione con le famiglie
 - Mettere a regime processi che migliorino le abitudini a casa ed educino bimbi e genitori
3. Attività strategiche
 - Fare esperienza sul gusto
 - Educare al gusto, assaggiando e abituandosi anche a cibi che non si conoscono
 - La scuola deve occuparsi dell'alimentazione

- Organizzare momenti di discussione e confronto sull'alimentazione e l'istruzione
 - Necessario richiamare l'attenzione su questi temi
4. Tempo
- Troppo poco a disposizione
 - Necessaria una educazione alimentare agli insegnanti, soprattutto per quelli che non la reputano importante
5. Problema politico
6. Questione politica
- Ottenere una legittimazione del momento in cui si mangia come momento di educazione alimentare
7. Refettori scolastici
- Pessima illuminazione
 - Sono tristi e "squalidi"
 - Renderli più comodi e adeguati
 - Renderli meno rumorosi
 - Sono troppo piccoli
 - Spesso gli spazi sono inadeguati

Proposte per una dieta salutare a casa e a scuola

Figura 23 rappresentazione mappa sulle proposte per una dieta salutare a casa e a scuola



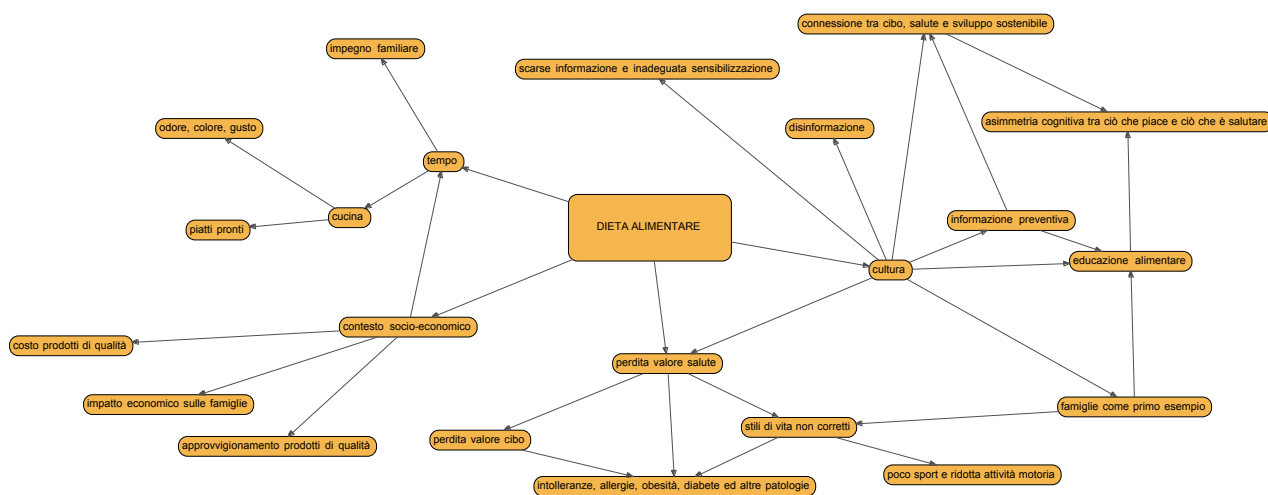
1. Proposte per una dieta salutare a casa
- Ridefinire le regole alimentari a casa
 - Imparare a preparare piatti saluti che siano al tempo stesso veloci, e accattivanti in aspetto e gusto
 - Alimentarsi nelle giuste dosi
 - Aumentare le informazioni su migliori accostamenti dei cibi, sulla stagionalità anche con l'ausilio di prodotti sostitutivi
 - Coinvolgimento della famiglia nella cucina
 - Chiedere ai ristoranti cibi più saluti
 - Investire su progetti regionali come "Pranzo sano fuori casa". Fare in modo che questi progetti abbiano un ritorno e una sostenibilità economica

2. Proposte per una dieta salutare a scuola

- Promuovere incontri
- Utilizzo di strumenti informatici come l'app "Menu Chiaro" proposta dalla Società della ristorazione
- Rivedere l'edilizia scolastica per quanto riguarda le mense ed i refettori
- Promuovere laboratori di gioco/cucina, dove possano interagire bambini e adulti/genitori, stimolino i genitori a venire a scuola, permettano di fare esperienza
- Promuovere momenti formativi tra pari, dove i genitori più informati possono educare quelli meno informati, momenti dove è possibile attirare l'attenzione dei genitori rendendo i loro figli protagonisti
- Promuovere gare, ricette, giochi

6.2 Tavolo 2: animato da Alessandro Tortora

Figura 24 - Rappresentazione mappa sulle difficoltà di una dieta salutare a casa



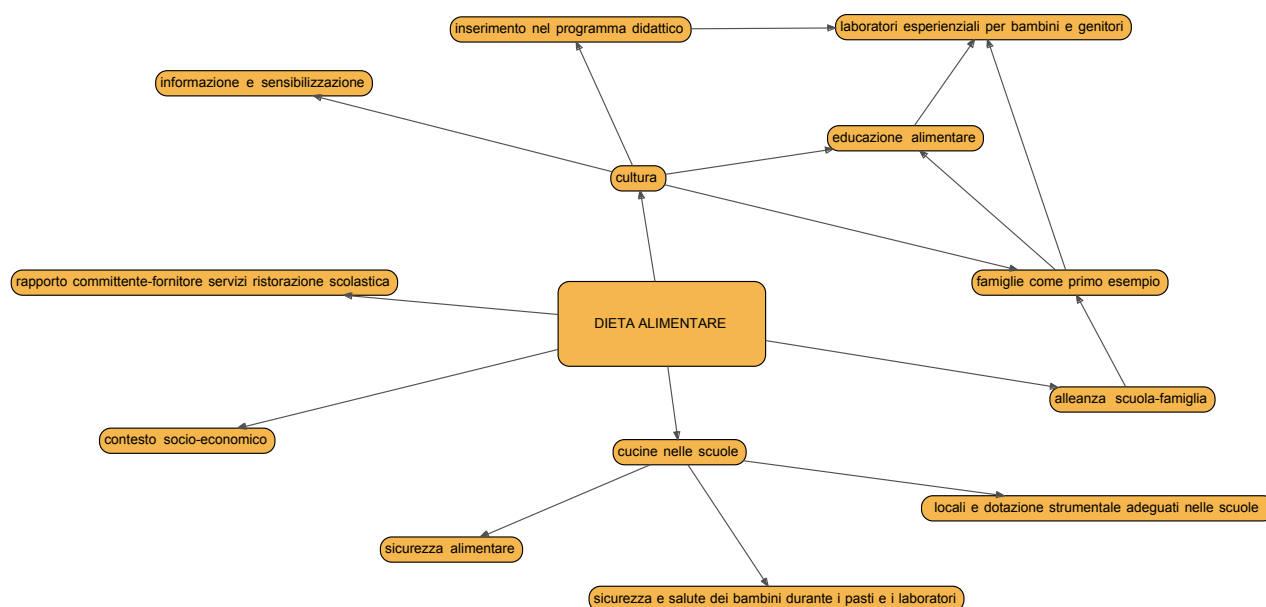
Difficoltà per una dieta salutare a casa

1. Mancanza di tempo per cucinare
2. Inesperienza nella preparazione dei pasti
3. Costo delle materie prime di qualità
4. Difficoltà di reperire prodotti di qualità in contesti urbani
5. Carenze culturali e scarsa educazione alimentare
6. Stili di vita non corretti e relativa perdita di valore della salute e del cibo

Proposte per una dieta salutare a casa

1. Informazione e sensibilizzazione delle famiglie
2. Rinforzare l'alleanza scuola-famiglia
3. Programmi di aiuto al consumo
4. Laboratori esperienziali per le famiglie sui temi della salute, della cucina e delle spreco alimentare

Figura 25 - Rappresentazione mappa sulle difficoltà di una dieta salutare a scuola



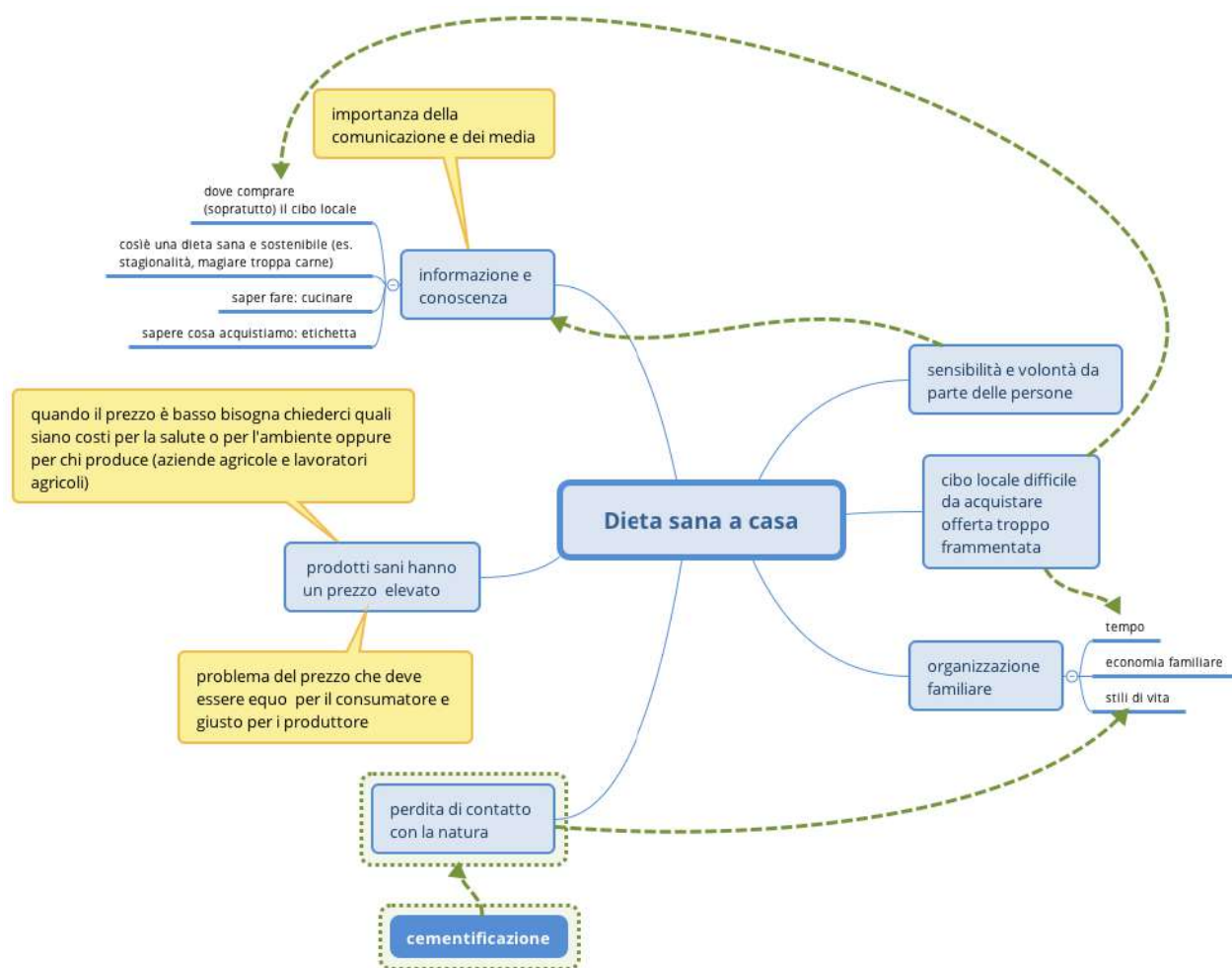
Difficoltà per una dieta salutare a scuola

1. Programmi di educazione alimentare inadeguati
2. Scarsa educazione alimentare dei bambini da parte delle famiglie
3. Scarsa cultura alimentare delle famiglie
4. Deboli o inesistenti rapporti collaborativi tra scuola e fornitore del servizio di refezione scolastica
5. Mancanza delle cucine nelle scuole
6. Dotazione strumentale delle scuole inadeguata
7. Formazione del personale scolastico addetto alla refezione

Proposte per una dieta salutare a scuola

1. Informazione, sensibilizzazione e formazione del personale scolastico
2. Rinforzare l'alleanza scuola-famiglia
3. Progetti pilota per l'inserimento nei menù di prodotti salutari graditi ai bambini
4. Laboratori esperienziali per i bambini sui temi della salute, della cucina e dello spreco alimentare
5. visite e laboratori per i bambini presso i fornitori e i produttori coinvolti nel servizio di ristorazione scolastica
6. Regolamentazione degli appalti per la fornitura dei servizi di ristorazione, inserendo criteri di premialità per la filiera corta
7. Educazione alimentare come materia da inserire nel programma formativo dei bambini
8. Riduzione dello spreco nelle mense attraverso l'iniziativa "doggy bag"
9. Concertazione pubblico - privato per la valorizzazione del sistema agroalimentare locale e le aree rurali
10. Coinvolgimento dei genitori nella fase di approvazione dei menù e conseguente validazione sanitaria degli stessi

6.3 Tavolo 3: animato da Giaime Berti



Difficoltà per una dieta salutare a casa

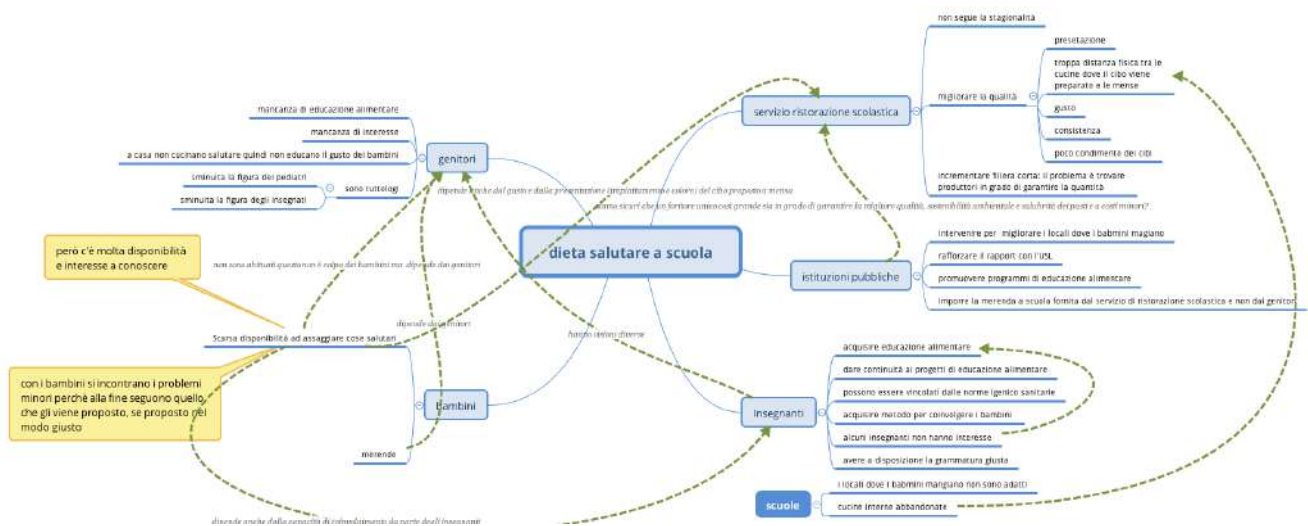
1. Prezzo dei prodotti sani e locali elevato:
 - Quando si acquista il cibo bisogna chiederci i motivi di un prezzo basso: i costi che non si pagano ne prezzo si pagano poi nella salute delle persone e dell'ambiente o lo pagano chi produce (aziende agricole che non ricevono il giusto compenso o i lavoratori agricoli che sono sfruttati come avviene per gli immigrati nella raccolta dei pomodori).
 - il problema del prezzo è l'equilibrio tra equità per il consumatore.
2. Manca la sensibilità e la volontà da parte delle persone di consumare una dieta sana.
3. Organizzazione familiare:
 - Poco tempo per cucinare, per andare a fare la spesa e per andare a cercare ed acquistare i prodotti locali
 - Stili di vita in cui il cibo ha perso la sua importanza e si sono perse anche le tradizioni culinarie

- Nell'economia domestica il cibo non ha il giusto peso, si spendono soldi per altre cose
- 4. Perdita di contatto con la natura questo influenza la conoscenza sul cibo (es. stagionalità) e anche l'avere orti familiari
 - Nelle zone urbane la perdita di contatto con la natura è dovuta soprattutto alla cementificazione per cui non ci sono più spazi verdi
- 5. Cibo locale difficile da comprare:
 - Offerta troppo frammentata, non c'è tempo per fare la spesa
- 6. Informazione e conoscenza
 - Non si sa dove poter comprare prodotti di filiera corta
 - Mancanza di sapere:
 - i. le famiglie non sanno cosa è una dieta salutare e sostenibile per mancanza di educazione alimentare (es. quali cibi mangiare, la stagionalità)
 - ii. le famiglie non sanno cosa acquistano questo per mancanza di trasparenza, soprattutto nelle etichette
 - iii. le famiglie non conoscono i prodotti e le ricette
 - Mancanza di saper fare: nelle famiglie si è persa la capacità di cucinare

La comunicazione in generale e i media (tv e giornali) hanno un ruolo molto importante nell'informazione

Proposte per una dieta salutare a casa

1. Promuovere l'educazione alimentare attraverso laboratori non attraverso conferenze
2. Promuovere corsi di cucina salutare
3. Sostenere gli orti scolastici:
 - a. Per recuperare il rapporto con la natura
 - b. Per promuovere l'educazione alimentare
4. Ridurre la cementificazione e promuovere spazi verdi in città
5. Favorire trasparenza nelle etichette (legislazione ma anche coinvolgere gli operatori del settore)
6. Promuovere informazione attraverso la comunicazione soprattutto da parte dei media locali (televisioni e giornali)
7. Rendere i prodotti di filiera corta più facilmente accessibili



Difficoltà per una dieta salutare a scuola

1. Genitori:

- Mancanza di educazione alimentare
- Mancanza di interesse
- A casa non cucinano salutare e quindi non educano il gusto dei bambini
- Sono tuttologi:
 - i. Sminuita la figura del pediatra
 - ii. Sminuita la figura dell'insegnante

2. Insegnanti e scuole

- Mancanza di educazione alimentare
- Poco coinvolgimento dei bambini durante il pasto e il pasto non è utilizzato come momento di educazione alimentare
 - i. Mancanza di competenze in relazione ai metodi sul coinvolgimento dei bambini
- Non hanno a disposizione la grammatura giusta delle porzioni
- (Alcuni) non hanno interesse
- Cucine interne delle scuole abbandonate
- Locali delle mense non adatti

3. Bambini (costituiscono il problema minore visto che comunque c'è molto interesse e disponibilità a conoscere e che seguono quello che gli viene proposto, se proposto nel modo giusto):

- Scarsa disponibilità ad assaggiare che dipende:
 - i. Dalla non educazione alimentare e al gusto dei genitori
 - ii. Dallo scarso coinvolgimento a pranzo da parte degli insegnanti
 - iii. Dal gusto, dall'impiattamento e dal colore del cibo proposto
- Merende non favorisco il pranzo: questo è un problema legato ai genitori e alle istituzioni pubbliche che dovrebbero vietare la merenda portata da casa e garantire la merenda a scuola da parte

4. Servizio di ristorazione scolastica:
- Non segue la stagionalità
 - Incrementare la filiera corta: problema che dipende dai produttori. E' molto difficile trovare produttori in grado di garantire la quantità necessaria.
 - Necessità di migliorare la qualità:
 - i. Gusto
 - ii. Presentazione
 - iii. Consistenza
 - iv. Poco condimento dei cibi
 - v. Troppa distanza fisica tra le cucine dove il cibo viene preparato e le mense dove il cibo è consumato

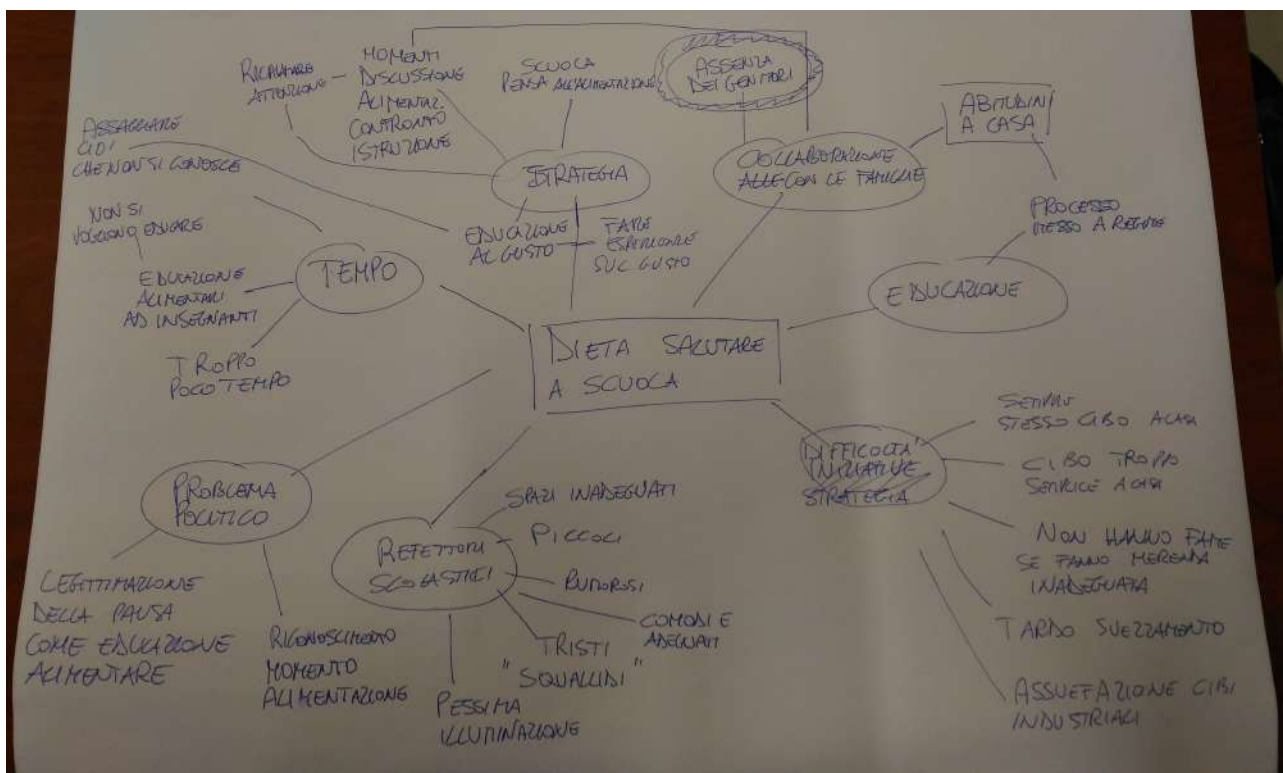
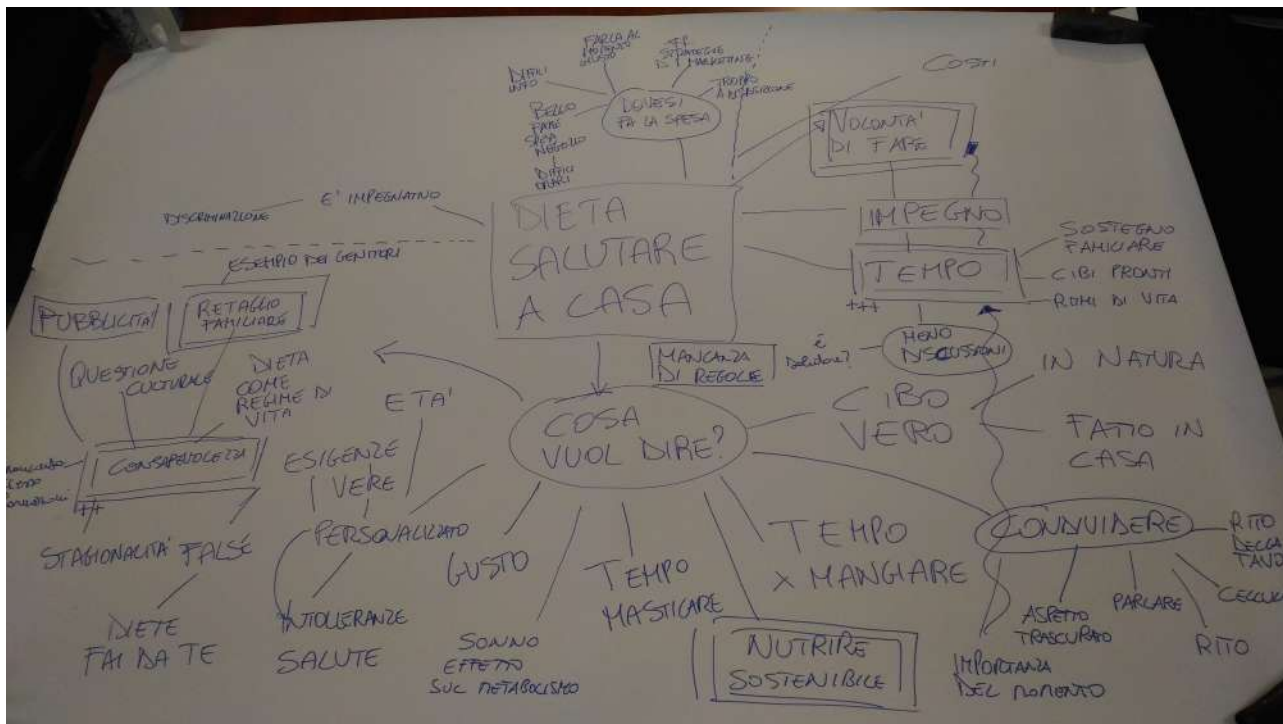
Siamo sicuri che un fornitore unico così grande sia in grado di garantire la migliore qualità, sostenibilità ambientale e salubrità dei pasti e a costi minori?

Proposte per una dieta salutare a scuola

1. Promuovere l'educazione alimentare/ favorire orti scolastici:
 - a. Dei genitori (attraverso attività esperienziali e corsi di cucina)
 - b. Dei bambini (attraverso attività esperienziali)
 - c. Degli insegnanti (attraverso corsi di formazione e attività esperienziali)
2. Migliorare i locali delle mense
3. Ripristinare le cucine interne
4. Ripensare il servizio di ristorazione scolastica con un maggiore coinvolgimento pubblico e di maggiore collaborazione con aziende private locali

6.4 Le foto e i disegni delle mappe

Tavolo 1



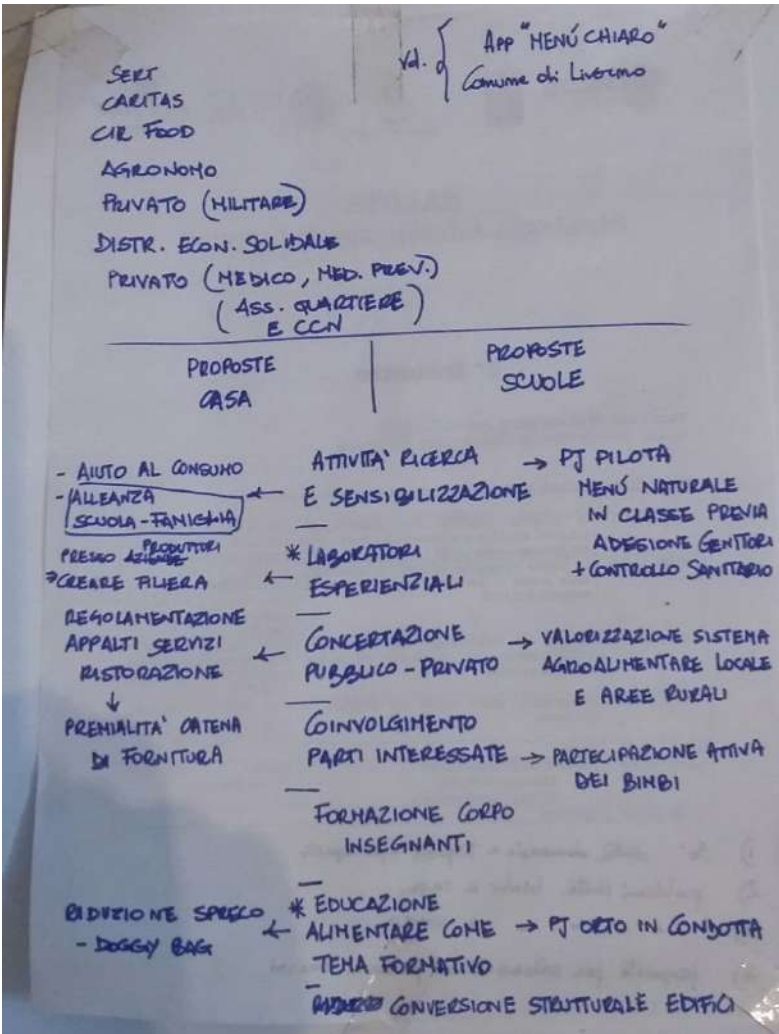
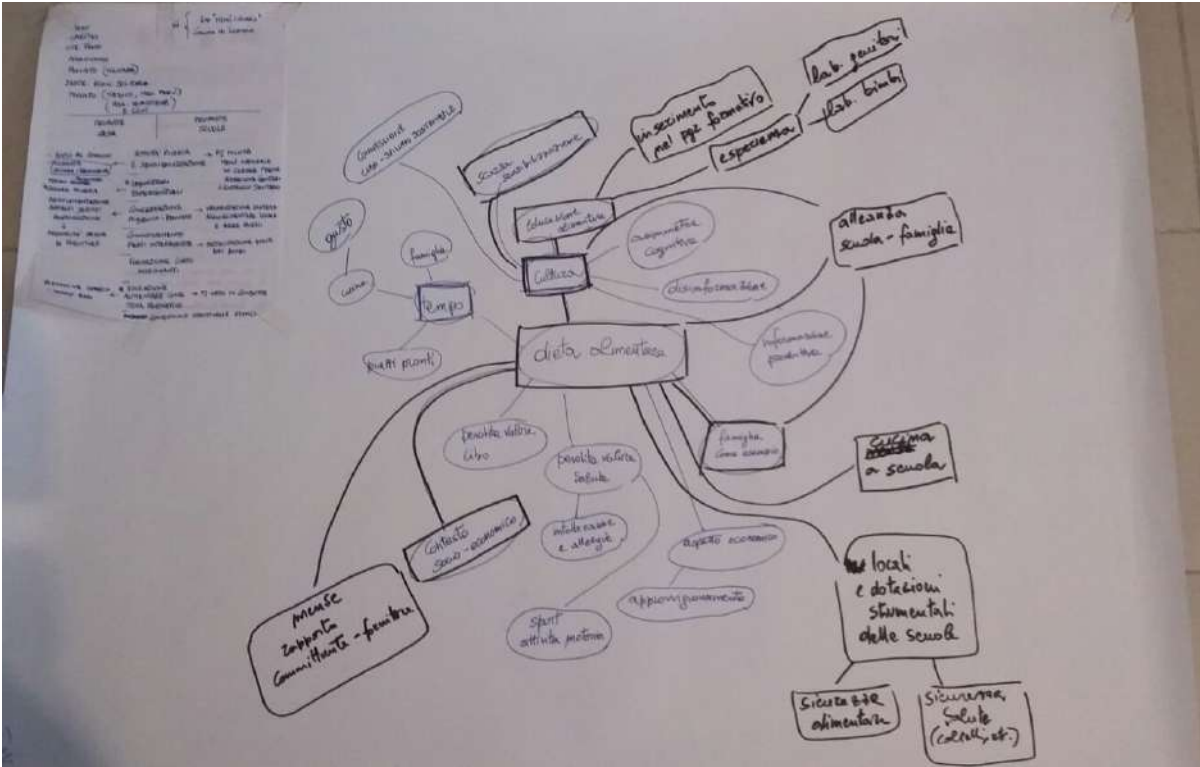
CASA

- RIDEFINIRE LE REGOLE CASA
- PIATTI VECCI SALUTARI E ACCATTI VANTI IN ASPECTO E GUSTO
- LE GIUSTE DOSI
- AUTHENTICARE INFORMAZIONI
 - L MIGLIORARE ACCOSTAMENTI
 - L PRODOTTI SOSTITUITI E AI STAGIONE
- COMVOLGERE A CUCINARE IN FAMIGLIA
 - L CUCINARE CON I GENITORI
- CHIEDERE AI RISTORATORI CBI PIÙ SALUTARI
- "PRANZO SANO FUORI CASA" PROGETTO DELLA REGIONE
 - L MANIARE RITORNO ECONOMICO

SCUOLA

- LABORATORI ^{IN CUCINA} GIOCO X ABITUANSI AGOSTO
 - L MAMMA/PAPA' - ADULTO + BABBY
 - L GENITORI A SCUOLA
 - L ESPERENZIALI
- INCONTRI
- EDUCAZIONE TRA PARI
 - L GENITORI INSEGNANO AI GENITORI
 - L BIMBI IN PRIMO PIANO
 - "FAR FARE FIGURONE AL BIMBO"
 - L GARE/RICETTE (GIOCCHI
- APP "MENU CHIARO" (Sociale interazione)
- RIVEDERE ENLIZIA SCOLASTICA (MENSE)

Tavolo 2



Tavolo 3

