

un giubileo SANO E GUSTOSO

Fourchette verte festeggia 20 anni di promozione dell'alimentazione equilibrata



Fourchette verte (FV) è un'associazione che da vent'anni promuove l'alimentazione equilibrata con l'obiettivo di contribuire alla prevenzione di alcune malattie (disturbi cardiovascolari, alcuni tipi di tumore, malattie connesse all'obesità, ecc.) e migliorare così la salute della popolazione.

di Valentina Galli

FV nasce come progetto nel 1994 su iniziativa dei ristoratori ginevrini e del Dipartimento della sanità e socialità del Canton Ginevra. Il Ticino vi aderisce nel 1996; l'Associazione Fourchette verte Ticino (FV-TI) - presieduta oggi da Rinaldo Rossi - nasce il 18 ottobre del 2000 ed è sostenuta dall'allora Dipartimento delle Opere Sociali (ora Dipartimento della Sanità e della Socialità), in particolare dal Servizio di Promozione e valutazione sanitaria, attraverso il programma d'azione cantonale "Promozione della salute 2017-2020".

L'attività principale di FV è l'attribuzione di un marchio di qualità nutrizionale e la regolare verifica del rispetto dei suoi criteri. Il marchio è accessibile a tutte le strutture della ristorazione che ne fanno richiesta e adempiono a specifici criteri nutrizionali e ambientali: offrire pasti sani ed equilibrati ovvero incoraggiare il consumo di frutta e verdura preferibilmente fresca e di stagione; offrire fonti di carboidrati (di preferenza integrali) e proteiche in adeguata quantità e variando il più possibile; preferire oli di buona qualità e limitare la quantità di grassi saturi; limitare l'uso del sale; variare gli alimenti e preferire metodi di cottura leggeri atti a preservare le proprietà nutrizionali degli alimenti.

I criteri ambientali includono invece: l'offerta di un ambiente sano in cui è assicurato il rispetto delle norme igieniche; la protezione all'esposizione del fumo di tabacco ed è implementata la raccolta differenziata. FV-TI organizza anche corsi di cucina sana per professionisti, collabora con enti esterni per formazioni scolastiche, del personale e per consulenze in ambito alimentare.

FV s'impegna in tal modo a invitare i consumatori ad adottare un regime alimentare più sano e aumentare e migliorare le conoscenze nell'ambito della salute, sia dei consumatori, sia dei professionisti della ristorazione.

Attualmente le strutture ticinesi detentrici del marchio FV sono 295 tra nidi dell'infanzia, istituti scolastici, ristoranti, mense aziendali, istituti sociali, cliniche, ospedali e case per anziani.

Fourchette verte Ticino

ti@fourchetteverte.ch

T 004191 923 22 63

www.fvticino.ch o www.fourchetteverte.ch