

Fourchette Verte Ticino. Il marchio dell'alimentazione equilibrata



Fourchette verte (FV) è un'associazione che 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.

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), invece, 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 dell'Associazione

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.

I criteri nutrizionali richiedono di 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 igie-

niche; la protezione all'esposizione del fumo di tabacco ed è implementata la raccolta differenziata.

Oltre alle attività principali sopra menzionate, FV-TI organizza 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 Fourchette verte sono 273 e comprendono nidi dell'infanzia, istituti scolastici, ristoranti, mense aziendali, istituti sociali, cliniche, ospedali e case per anziani.



Per maggiori informazioni

Fourchette verte Ticino

Tel. 091 923 22 63

ti@fourchetteverte.ch

www.fvticino.ch

o www.fourchetteverte.ch