COMUNE DI
MUZZANO

AlimenTIamo

INIZIATIVA DEL COMUNE DI MUZZANO

Progetto pilota di sviluppo sostenibile per un'alimentazione sana

Il Comune di Muzzano ha promosso, studiato e realizzato, in collaborazione con Silvia Finali responsabile di IniziativeGea, un progetto pilota di un anno chiamato "**AlimenTIamo**" che ha come principale obiettivo quello di promuovere la cultura del mangiare sano senza rinunciare al buon gusto. Il progetto si prefigge di offrire alla popolazione e ai ristoratori spunti e iniziative per riflettere sulle abitudini alimentari e sui principi di una corretta alimentazione e di inserire un pasto vegetariano alla settimana nelle due mense del Comune. Nel mettere in pratica il progetto si collaborerà con Isabella Lischetti consulente alimentare per le mense delle scuole dell'infanzia e con i promotori del gruppo mensa (elementari) del Comune di Muzzano.

Il Municipio di Muzzano è lieto di invitare la popolazione ad un aperitivo in tema per la presentazione del progetto che avrà luogo

VENERDI 21 OTTOBRE ALLE ORE 18.30
PRESSO LA SALA MULTIUSO

Alla base del progetto c'è un concetto semplice e fondamentale, cioè quello di incoraggiare anche un'alimentazione a base di prodotti vegetali locali, il più possibile sana e sostenibile, ma nello stesso tempo gustosa e variata, e tutto questo facendo in modo che le ricette proposte per ogni singolo giorno dell'anno siano coerenti con l'offerta di frutta e verdura di stagione in Ticino e che si possano quindi trovare senza problemi nelle aziende locali. In questo modo e tralasciando per il momento di considerare gli effetti positivi sulla salute e sui costi della sanità, oltre ad aiutare le aziende agricole e affini con sede nel nostro Cantone si limiteranno i movimenti delle merci trasportate e si ridurranno le immissioni di inquinanti.
Mangiare non è solo un fatto privato quotidiano ma l'anello di una lunga catena che riguarda la collettività e svariati aspetti dell'intero ecosistema (malattie, inquinamento, spreco idrico, deforestazione, carestie...). Lo sviluppo sostenibile tradotto in termini di alimentazione ci porta dunque a riflettere su questi aspetti fondamentali.
Incentivare un'alimentazione sana per tutti, riscoprire e promuovere tutto un mondo di cibi genuini, nutrienti, vegetali, ma gustosi, e non da ultimo appunto a basso impatto ambientale, significa anche valorizzare l'agricoltura locale, promuovere un minor consumo di carne e grassi animali proponendo il consumo di quelle vegetali, con particolare attenzione alla frutta e verdura di stagione, tutto a beneficio della salute (anche come prevenzione delle malattie degenerative più diffuse, compresa l'obesità), della terra e di Tutti i suoi abitanti.
Questi aspetti legati all'educazione alimentare riteniamo siano attuali e di interesse sociale nonché di notevole importanza per le generazioni future perché ci permettono di 'costruire' oggi anche il mondo di domani.

A tal riguardo gli appelli della comunità scientifica internazionale sono ormai noti e vanno tutti in questa direzione, anche con proposte di vie alternative possibili e percorribili fin da subito. In questi ultimi anni diverse città nel mondo (Gand, Brema, San Francisco, Washington, San Paolo, Città del Capo e recentemente anche Losanna) hanno aderito all'iniziativa internazionale di inserire una giornata vegetariana alla settimana nel settore pubblico e privato (mense scolastiche, mense aziendali, ospedali, ristoranti...), come segnale di un'azione collettiva e condivisa.

Con questo progetto vorremmo offrire qualcosa di concreto e tangibile che speriamo possa trovare l'apprezzamento della popolazione e magari fungere da base anche a altri enti locali per promuovere una più sana alimentazione che ricordiamo, oltre a migliorare la qualità di vita può diminuire in modo significativo i costi sanitari e l'inquinamento ambientale.

Con il progetto **AlimenTIamo,** il Municipio intende promuovere concretamente questi temi offrendo gli spunti per una giornata o un pasto vegetariano alla settimana, per conoscere i piaceri della tavola e della natura, per dimostrare come si può benissimo unire gusto, salute e sostenibilità e invita l'intera comunità a condividerne le finalità arricchendo le proprie abitudini alimentari con nuove proposte.

Il Comune metterà a disposizione della popolazione materiale informativo consultabile presso lo sportello informatico (www.muzzano.ch) e stampato su carta reperibile presso la cancelleria.
Promuoverà inoltre durante l'anno alcune iniziative aperte a tutta la comunità.

Il materiale informativo sarà suddiviso in:

ABCibario : breve introduzione all'alimentazione naturale 100% vegetale e ai suoi buoni ingredienti oltre a frutta e verdura (cereali, legumi e altri alimenti proteici, semi, frutta secca, dolcificanti naturali...), con le loro caratteristiche e il loro utilizzo.

Ricettario:
Quattro stagioni attorno al tavolo, 20 ricette al mese, 5 ricette a settimana (e menu festivi), che comprendono antipasti, primi, secondi, contorni, piatti unici e dolci che seguono l'offerta stagionale in Ticino, in **2** parti:
Ricettario1: Autunno/Inverno con ingredienti stagionali
Ricettario2: Primavera/Estate con ingredienti stagionali

Il **Ricettario1** è stato realizzato grazie anche alle proposte e alla disponibilità di:
-**Daniele Ferrantini**, chef del Ristorante Il Radicchio di Lugano.
-**Michela De Petris**: medico chirurgo e dietologa, specializzata in Scienze dell'alimentazione, ricercatrice presso l'Istituto Nazionale dei Tumori di Milano e specialista all'Ospedale San Raffaele di Milano.
-**Simone Salvini**, executive chef di Organic Academy, chef docente dell'Associazione Vegetariani Italiana e dell'Istituto Europeo di Oncologia di Umberto Veronesi.
E alcuni suggerimenti da Fattoria Pedroia di Gordola e Azienda Tigusto SA di Gerra Piano.

Il **Ricettario2**, in preparazione, verrà arricchito anche dalle proposte e dalla disponibilità di:
-**Giovanni Allegro** chef insegnante della Scuola di cucina "Cascina Rosa" e collaboratore del dipartimento di Scienze biomediche di Torino nell'ambito di progetti di ricerca sulla prevenzione dei tumori.
-**Pietro Leeman** chef del ristorante "Joia" specializzato in alta cucina naturale.

Durante l'anno sono previste altre iniziative (mostra itinerante sull'alimentazione ecologica, adatta agli adulti e alle scuole, corso di cucina).

Nella speranza di avere colto la vostra curiosità cordialmente vi salutiamo.

Per ulteriori informazioni sul progetto rivolgersi alla cancelleria e/o al Sindaco Oliver Korch.