

# NATURALMENSA

*Progetto Sociale  
di Educazione Alimentare  
e di Sviluppo Locale*



# NATURALMENSA

## *dall'Educazione Alimentare allo Sviluppo Locale*

*Naturalmena nasce dalla volontà dell'Amministrazione Comunale di rinnovare ed innovare il servizio di refezione scolastica, con l'obiettivo strategico di non impostarlo come semplice servizio di erogazione di*

*pasti ma pensarlo come progetto fortemente connotato da una funzione educativa dal punto di vista alimentare, sia nella direzione di una corretta informazione scientifica per gli alunni e le loro famiglie che dall'incentivazione del consumo dei prodotti da filiera*

*corta e agricoltura biologica. Soltanto attraverso una corretta nutrizione ed un'intensa attività educativa ed esperienziale si può trasmettere ai bambini ed ai ragazzi il gusto per il mangiare sano ma anche il rispetto per l'ambiente e la necessità di consumare quello che*

*serve nelle opportune quantità, nel rispetto dei principi della sostenibilità per l'ambiente. Il progetto ha l'ambizione di fare scuola, con la visione di un nuovo modo di incentivare lo sviluppo locale, orientando gli alunni e le loro famiglie su nuovi stili di vita e nuove*

*professioni, nel solco del nostro passato, fatto di agricoltura e pastorizia. NaturalMensa vuole essere anche un modo nuovo di fare comunità, valorizzando prodotti e produttori locali, seguendo i principi della trasparenza e della tracciabilità, applicando criteri che inneschino meccanismi di economia circolare. Un progetto ambizioso,*

*da costruire insieme a voi, inseguendo il gusto di credere che un domani migliore è possibile e possiamo contribuire a realizzarlo.*

*Il Sindaco Dott. Ing. Rocco Rosano*

# NATURALMENSA

*E' un ambizioso progetto ideato in sinergia tra il Comune di Castelsaraceno e la Cooperativa Sociale Cosmos.*

*Gli obiettivi di educazione e consapevolezza alimentare si associano al rispetto per l'ambiente, all'utilizzo di prodotti biologici e a filiera corta, alla valorizzazione della cultura enogastronomica locale e alla sensibilizzazione di progetti sociali di sviluppo del territorio.*



## *Il cibo è più vicino*

*La filiera corta è un concetto che riguarda la distanza percorsa dal cibo per arrivare sulle nostre tavole: a un minore tragitto corrispondono minore inquinamento, maggiore freschezza, riduzione dei passaggi tra produttori e consumatori, meno imballaggi e maggiore espressione della cultura gastronomica locale.*



## *Conosco ciò che mangio*

*Il pasto è un momento educativo importante. Gli operatori e gli insegnanti hanno, infatti, l'occasione di aiutare i bambini a relazionarsi con gli altri, a superare le loro abitudini, per conoscere aromi e gusti nuovi.*



## *Viaggio con il gusto*

*Ogni piatto è un viaggio alla scoperta di popoli e regioni nuove: un modo più piacevole per imparare la geografia! Un menù bilanciato può diventare ricco di sorprese per il palato e per la mente.*

## *Rispetto per l'ambiente*

*Il momento del pasto inizia nei campi e finisce quando ciò che abbiamo consumato si trasforma in energia o in...spazzatura!*

*Il rispetto per l'ambiente passa attraverso la coltivazione biologica, la riduzione degli scarti e la pratica attenta della raccolta differenziata.*

## *Il cibo è una storia*

*Anche dietro i piatti più conosciuti ci sono spesso storie dimenticate.*

*Gli operatori e gli insegnanti, stimolando la curiosità dei bambini, possono contribuire a conoscere, con ricerche e ricette ideate in classe, ognuna di esse.*

## *La mia tavola è la tua tavola*

*Il momento del pasto è un'occasione di scambio con i propri compagni di tavola: si mangia, si chiacchiera, ci si conosce anche condividendo i propri gusti.*

## *Che cos'è l'agricoltura biologica?*

*È un metodo di coltivazione e di allevamento che esclude l'utilizzo di OGM e sostanze di sintesi chimica (pesticidi, fertilizzanti, antibiotici ecc.), sostituendoli con prodotti naturali.*



## **RISPETTO DELLE RISORSE**

*Gli alimenti biologici nascono dal principio generale del rispetto, per l'uomo e la natura. La loro produzione è volta a minimizzare l'impatto umano nell'ambiente e ad evitare lo sfruttamento eccessivo delle risorse naturali, in particolare del suolo e dell'acqua. Uno degli obiettivi primari dell'agricoltura biologica è quello di preservare la fertilità dei terreni attraverso particolari pratiche, come rotazioni colturali, sovesci, uso di fertilizzante animale ed organico. L'acqua è una delle nostre risorse più preziose: il sistema agricolo biologico esclude il rischio che residui di fertilizzanti o pesticidi di sintesi chimica, ormoni della crescita o antibiotici finiscano nelle acque di falda o superficiali.*

## **TUTELA DELLA BIODIVERSITA'**

*Gli alimenti biologici si distinguono da quelli prodotti con tecniche convenzionali non solo perché prodotti senza pesticidi e fertilizzanti chimici ma anche perché sono ottenuti seguendo i ritmi naturali, mantenendo così intatte le caratteristiche organolettiche indispensabili alla nostra salute.*

*La rotazione delle colture, il rispetto dei tempi di crescita e l'uso di specie vegetali e razze autoctone, differenziano la produzione e aumentano la varietà, preservando e incrementando la molteplicità delle forme di vita negli ecosistemi.*

## **BENESSERE ANIMALE**

*Gli animali allevati con questo metodo si nutrono di alimenti biologici, sono curati con l'ausilio di farmaci omeopatici o fitoterapici; non assumono antibiotici, ormoni o altre sostanze che stimolano artificialmente la crescita o la produzione. L'allevatore biologico rispetta le esigenze etologiche degli animali con particolare riguardo allo stile di vita di ciascuno di essi, garantendo spazi adeguati dove possano muoversi e agire liberamente.*

## **PRESIDIO SUL TERRITORIO**

*L'agricoltura biologica garantisce la difesa dell'ambiente e la cura del paesaggio, ricercando equilibrio e armonia con ciò che la circonda. Un territorio convertito al biologico propone la varietà al posto dell'uniformità: diversificazione di colture, di prodotti, di razze allevate e di ambienti naturali ricreati.*

## **ATTENZIONE AL SOCIALE**

*L'agricoltura biologica mette al centro l'uomo e il senso di responsabilità degli individui che lavorano nelle aziende agricole. Costituisce un modello di sviluppo multifunzionale riconosciuto, che consente di offrire servizi di carattere sociale alla collettività.*

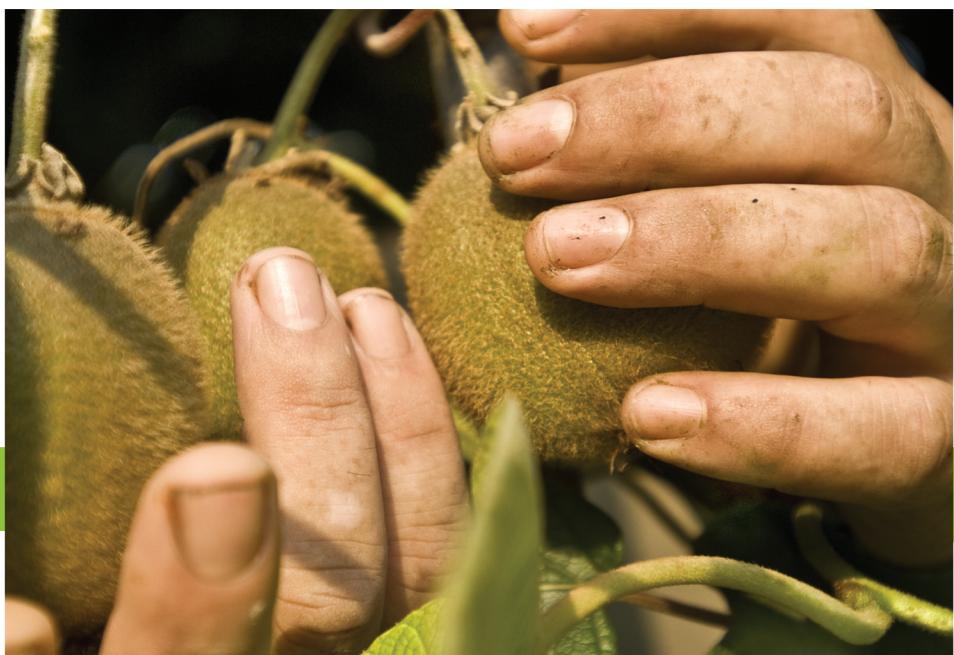


# I PRODOTTI BIOLOGICI SONO...

## ...BUONI

*Il prodotto biologico di origine vegetale, arrivando sulla nostra tavola con rispetto della stagionalità, è più fresco, più gustoso e ricco di sostanze nutritive rispetto all'omologo coltivato con tecniche convenzionali, anche se, a volte, può apparire meno "bello".*

*Latte, formaggi, yogurt, uova, salumi e carni hanno maggiori qualità nutrizionali perché le condizioni di allevamento hanno permesso agli animali da cui derivano di crescere in modo più sano mangiando alimenti biologici freschi e vari.*



## **...SICURI**

*L'uso di pesticidi, antibiotici, ormoni, conservanti, coloranti è dannoso per la salute dell'uomo e dell'ambiente. I prodotti biologici sono ottenuti senza utilizzare sostanze chimiche di sintesi e OGM in ogni fase della produzione, conservazione e trasformazione.*

## **...CONTROLLATI**

*L'agricoltura biologica è sottoposta ai controlli che riguardano tutta la filiera produttiva. Nel biologico non ci si basa su autodichiarazioni dell'azienda, ma su un sistema di controllo uniforme in tutta l'Unione Europea e stabilito da appositi regolamenti comunitari. I controlli e la certificazione vengono effettuati da Organismi autorizzati dal Ministero delle Politiche Agricole Alimentari e Forestali. Il logo biologico e il sistema di etichettatura hanno il compito di assicurarsi che i prodotti acquistati siano stati coltivati e confezionati in modo conforme alla regolamentazione europea sull'agricoltura biologica.*

## **CERCA LA FOGLIA**

*Il nuovo logo che, dal 2010, identifica in etichetta un prodotto biologico è una foglia verde formata da 12 stelle, una delle quali è una cometa. Questo simbolo, unico per tutti i paesi europei, ci fornisce la certezza che il prodotto è stato ottenuto con metodo biologico e, nel caso di prodotti trasformati confezionati, che almeno il 95% degli ingredienti che lo compongono è Bio.*



*Oltre a quelli biologici, i prodotti di NaturalMensa sono: certificati, regionali, legati a tradizioni locali; potrai inoltre trovare beni provenienti da paesi economicamente meno sviluppati, prodotti da contadini e artigiani del Sud del mondo.*

## **PRODOTTI BIOLOGICI (Reg. CE 834/2007)**

*Sono prodotti ottenuti nel rispetto di norme comunitarie che escludono l'uso di OGM e sostanze chimiche di sintesi, sostituiti con concimi organici o minerali. Gli allevamenti, in larga misura all'aperto, prevedono l'utilizzo di mangimi esclusivamente biologici e di terapie omeopatiche o fitoterapiche. La preferenza per le razze autoctone contribuisce alla biodiversità e alla conservazione della specie e dell'habitat naturale.*

## **PRODOTTI A "FILIERA CORTA"**

*Sono prodotti che derivano dall'organizzazione di un preciso modello distributivo delle derrate alimentari, basato sulla massima riduzione dei passaggi di intermediazione commerciale tra produttore e consumatore finale, garantendo maggiore freschezza e genuinità.*

## **PRODOTTI "A KM 0"**

*Sono prodotti locali venduti o somministrati nelle vicinanze del luogo di produzione. Risultano valorizzate produzioni locali e tradizioni gastronomiche.*

## **PRODOTTI DOP**

*(Denominazione di Origine Protetta - Reg. CE 510/2006)*

*Il marchio DOP identifica prodotti la cui produzione e trasformazione ha luogo in una precisa area geografica.*

*Offre garanzie su origine, provenienza delle materie prime, appartenenza, poiché i prodotti presentano caratteristiche particolari dovute ad un intimo legame con un territorio con peculiarità geologiche, agronomiche e climatiche inimitabili e tipicità, ovvero rispetto del metodo di produzione tradizionale.*

## **PRODOTTI IGP**

*(Indicazione Geografica Protetta - Reg. CE 510/2006)*

*Il marchio IGP identifica la provenienza dei prodotti agroalimentari da un'area geografica precisamente determinata.*

*A differenza del marchio DOP, è però sufficiente che almeno una delle fasi di produzione, trasformazione e/o elaborazione avvenga nell'area indicata.*



## **PRODOTTI DEL COMMERCIO EQUO E SOLIDALE**

*Provengono da paesi del Sud del mondo e con il loro consumo si favoriscono progetti di sviluppo e cooperazione locale e si promuovono i diritti economici e sociali delle popolazioni più povere.*



## Perché scegliamo prodotti Bio?

- ✓ Perché sono buoni, nutrienti e sani;
- ✓ Perché sono ottenuti senza l'impiego di prodotti chimici di sintesi;
- ✓ Perché preservano la qualità dell'acqua e dell'aria;
- ✓ Perché mantengono gli equilibri naturali;
- ✓ Perché promuovono la biodiversità;
  - ✓ Perché la frutta e la verdura rispettano la stagionalità;
- ✓ Perché la carne non contiene antibiotici;
  - ✓ Perché non contengono conservanti e coloranti;
  - ✓ Perché sono controllati in ogni fase del processo;
- ✓ Perché sono certificati da organismi autorizzati dal Ministero.

## **EDUCAZIONE ALIMENTARE**

*NaturalMensa è anche un progetto di educazione alimentare, pensato per promuovere la cultura e consapevolezza alimentare, nel rispetto coerente dell'ambiente, uno stile di vita salutistico e l'educazione al movimento. Il progetto coinvolge non solo gli alunni, ma anche le famiglie e la comunità locale, attraverso incontri e workshop con la biologa nutrizionista, con i fornitori e con gli esperti-appassionati del Settore.*

*E' attivo uno sportello per le famiglie, per offrire un servizio di consulenza con l'opportunità di avere consigli sull'alimentazione della propria famiglia, rispetto a specifiche esigenze.*

## **STORIE DI CAMBIAMENTI**

*NaturalMensa vuole "fare comunità": tutti siamo chiamati a partecipare a questo ambizioso progetto, che può diventare modello di sviluppo ma ancor prima "modus vivendi".*

*Infatti attraverso la partecipazione, il progetto si rafforza e il suo modello diventa stile di vita, adozione condivisa.*

*Siamo invitati non solo ad eventi pensati per valorizzare la cultura enogastronomica locale, per conoscere le storie che si celano dietro i prodotti che acquistiamo, e diffondere pratiche di attività motoria; ma anche ad incontri in-formativi con soggetti impegnati nella promozione di uno stile di vita ecosostenibile e solidale.*

*La cultura crea #CambiaMenti e il progetto coinvolgerà diverse associazioni del settore impegnati nella promozione degli stili di vita salutari, per confrontarsi, contaminarsi e crescere.*

# **COMUNICAZIONE & CONDIVISIONE**

*NaturalMensa ha l'ambizione di voler scrivere, insieme, una Storia di Qualità.*

*Il progetto ha un sito web, [www.naturalmensa.it](http://www.naturalmensa.it), in cui presentiamo il progetto, il team che lo coordina, lo organizza e rende fruibili i servizi abbinati; in cui descriviamo i prodotti che acquistiamo per la mensa scolastica, i fornitori da cui li acquistiamo.*

*All'interno del sito troverete un'utile sezione, [Download](#), da cui si può scaricare materiale informativo che riguarda direttamente il progetto, i Menu, o argomenti attinenti.*

*Nella sezione [Contatti](#) sono indicati indirizzo email e recapito telefonico per scriverci, per segnalarci la vostra opinione su un aspetto del progetto e per darci dei consigli.*

*Dal sito, si può poi accedere al [blog di NaturalMensa](#), in cui verranno caricati articoli pensati per la promozione degli eventi, per la descrizione del servizio e la condivisione di storie, di testimonianze del territorio.*

*Potete seguirci anche tramite la [pagina Facebook NaturalMensa](#), cliccando Mi piace e invitando i vostri amici a fare altrettanto.*

*Potrete interagire indirettamente condividendo e commentando i nostri contenuti o contribuire direttamente ad arricchire questa esperienza usando l'hashtag [#NaturalMensa](#) e taggando la pagina (@NaturalMensa), postando per esempio il consiglio di una vostra ricetta e la foto del pasto.*

*Naturalmensa è un progetto sperimentale, in cui la partecipazione è un tassello fondamentale.*

*Buona Esperienza a Tutti!*





## *Info e Contatti:*

[www.naturalmensa.it](http://www.naturalmensa.it)

[info@naturalmensa.it](mailto:info@naturalmensa.it)

Fb: NaturalMensa

## *Comune di Castelsaraceno:*

Piazza Piano della Corte, n.1  
85031 Castelsaraceno (Pz)

[www.comune.castelsaraceno.pz.it](http://www.comune.castelsaraceno.pz.it)

## *Cooperativa Cosmos:*

cell\_320.0885824

[comunica.cosmos@gmail.com](mailto:comunica.cosmos@gmail.com)

