

# Quaderni di pronto consumatore



QUADERNO N. 11/12 - ANNO III - NOVEMBRE/DICEMBRE 2010

EDITORE: CENTRO TECNICO PER IL CONSUMO - DIRETTORE RESP. LINDA GRILLI



## Tutti in forma con il "Pranzo sano fuori casa"

**In Toscana almeno 600.000 persone, concentrate per la maggior parte nei centri urbani, consumano abitualmente il pranzo fuori casa.**

Per il cosiddetto "pranzo funzionale", ossia quello legato ad impegni quotidiani di studio o di lavoro, sempre di più la scelta cade su mense scolastiche o aziendali (5,3%), ristoranti, trattorie, tavole calde (3,1%), bar (4,8%) e perfino il posto di lavoro (9,1%). "Pranzo sano fuori casa" è un progetto promosso dalla Regione Toscana che intende aumentare la possibilità per chi mangia fuori casa di consumare un pasto un pasto di qualità e bilanciato dal punto di vista nutrizionale. L'iniziativa - inserita nel programma "Guadagnare salute in Toscana" e collegata alle iniziative "Vetrina Toscana" e "Piramide Alimentare Toscana" - è stata realizzata dall'assessorato al diritto alla salute, dall'assessorato alla tutela consumatori e utenti e dall'assessorato al commercio, in collaborazione con il Centro Tecnico per il Consumo (CTC), le Asl, Unioncamere Toscana e le associazioni di categoria FIPE Confcommercio Toscana e Fiepet Confesercenti Toscana.

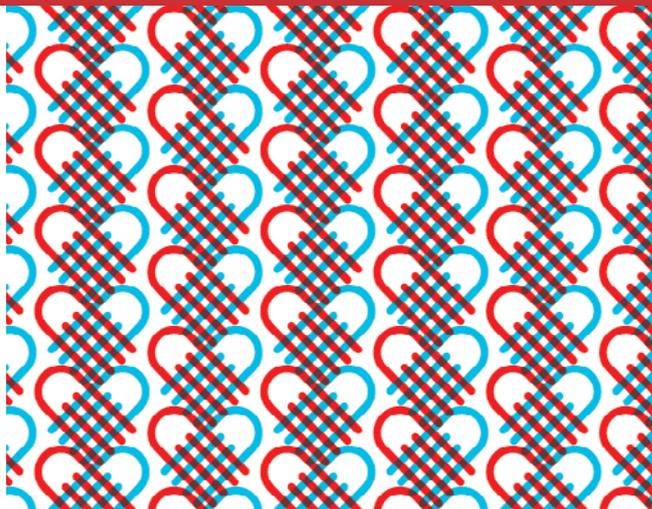
Gli esercizi che aderiscono al progetto si sono impegnati ad offrire ai propri clienti, oltre alle loro consuete proposte gastronomiche, anche un pasto che, oltre ad essere vario e gustoso, abbia tutte le caratteristiche nutrizionali dei piatti "salutistici", secondo linee guida condivise. Si impegneranno, ad esempio, a privilegiare per questi piatti prodotti di produzione locale, a utilizzare frutta e verdura di stagione e alimenti preferibilmente freschi. I piatti, le insalate e i panini saranno proposti in modo semplice e gustoso, nel rispetto della tradizione gastronomica toscana e della corretta alimentazio-

ne. Gli esercenti che aderiranno al progetto, oltre a beneficiare delle attività di pubblicizzazione e comunicazione, parteciperanno a incontri gratuiti sui vari temi e aspetti nutrizionali, in cui troveranno spazio anche esercitazioni pratiche. E' prevista la distribuzione di materiale informativo, sia agli utenti che ai ristoratori che saranno riconoscibili tramite l'apposizione di un logo. Grande soddisfazione per l'iniziativa arriva anche dal Presidente della Regione Toscana, Enrico Rossi: "Scienziati di tutto il mondo concordano sul fatto che il nostro benessere dipende, in larga misura, dalle scelte che facciamo quando ci sediamo a tavola. Lo dicono i dati dell'Organizzazione Mondiale della Sanità: un'alimentazione sbilanciata è tra i principali fattori di rischio per lo sviluppo di gravi patologie. Le malattie indotte da cattiva alimentazione rappresentano anche un costo economico altissimo, stimato in oltre il 7% della nostra spesa sanitaria. Promuovere abitudini alimentari corrette, può dunque rappresentare un fattore importante nel migliorare la salute collettiva. Gli operatori della ristorazione che aderiranno al progetto "Pranzo sano fuori casa", potranno quindi contribuire a realizzare questo obiettivo, inserendo nella propria offerta prodotti di stagione, di produzione locale, freschi e genuini. Seguire una dieta sana, a partire dai propri gusti ma tenendo sempre in vista i bisogni del proprio organismo, è possibile ed è più facile di quello che sembra. 'Pranzo sano fuori casa' sarà il marchio di qualità che potrà diventare il punto di riferimento di chi cerca, e di chi offre, cibo sano, genuino e toscano".

UN PROGETTO CHE INTENDE AUMENTARE  
LA POSSIBILITÀ PER CHI MANGIA FUORI CASA  
DI CONSUMARE UN PASTO GUSTOSO, BILANCIATO  
DAL PUNTO DI VISTA NUTRIZIONALE E DI QUALITÀ



**PRANZO SANO  
FUORI CASA**



## “Pranzo Sano fuori casa”: gli impegni della Regione

**L**a Regione Toscana è promotrice di numerosi progetti relativi all'alimentazione (Piramide alimentare toscana, Vetrina toscana, Frutta nelle scuole, E vai con la frutta, filiera corta, etc.). A questo proposito abbiamo rivolto alcune domande alla Dott.ssa Antonella Turci, dirigente Regione Toscana (Responsabile settore Tutela dei consumatori e utenti).

**Per “Pranzo sano fuori casa” in che modo vi siete coordinati con gli altri soggetti coinvolti nel progetto?** Per quanto riguarda l'alimentazione, la Regione Toscana si è impegnata attivamente su più fronti: ciò che è importante oggi evidenziare è la volontà di procedere in modo più organico e sinergico, già partendo da una maggiore collaborazione fra diversi settori regionali e le ASL, in relazione poi con soggetti esterni quali le Associazioni di categoria (Confesercenti e Confcommercio) e dei consumatori, rappresentate dal Centro Tecnico per il Consumo (CTC). In questo caso la Direzione Generale Diritti di cittadinanza e coesione sociale (Settore prevenzione sanità), la Direzione Generale Competitività del sistema regionale e sviluppo delle competenze (Settore Promozione turismo) e la Direzione Generale Presidenza (Settore Tutela consumatori) hanno condiviso nel corso del 2010 gli obiettivi generali, attivandosi per declinare il progetto secondo le proprie specifiche competenze e finalità: salute, commercio e consumatori. Tre diversi e a volte conflittuali aspetti, che devono però trovare un obiettivo condiviso: la salute del cittadino, la professionalità dell'esercente e la soddisfazione del consumatore.

**Quali obiettivi si è posta la Regione quando ha dato il via a questo progetto?**

Il progetto nasce nell'ambito del programma ministeriale “Guadagnare salute... rendere facili le scelte salutari”, di cui al DPCM 4 maggio 2007, e della DGRT 800/2008, che hanno come obiettivi quello di favorire il consumo di cibi salubri nella ristorazione collettiva (scuole, ospedali, mense aziendali), di sensibilizzare i luoghi di ristoro e di promuovere prodotti sani per scelte salutari.

L'obiettivo generale è dunque quello di promuovere l'acquisizione, l'adozione consapevole e attiva e il mantenimento di comportamenti salutari: per raggiungere questo scopo in modo efficace, è necessario spostarsi su un approccio di tipo comportamentale, che non si limita all'informazione. In questo senso la ristorazione, aziendale o pubblica, costituisce un momento fondamentale per promuovere l'acquisizione da parte dei consumatori di comportamenti alimentari corretti, non solo attraverso la disponibilità di informazioni ma anche e soprattutto con l'offerta di pasti nutrizionalmente bilanciati, vari, gustosi e sicuri anche per chi mangia fuori casa. L'abitudine a consumare i pasti fuori casa si sta sempre più diffon-

dendo e interessa molteplici categorie di persone; il tempo da dedicare alla ristorazione è limitato e l'utente si trova sovente a dover scegliere, senza una adeguata attenzione, tra piatti eccessivamente calorici, poveri in vitamine e minerali, ricchi in sodio e grassi. Da qui l'importanza di sensibilizzare e formare gli addetti alla produzione e somministrazione di alimenti, affinché la qualità nutrizionale diventi una prerogativa fondamentale dei loro prodotti.

**Gli esercenti che aderiranno all'iniziativa dovranno sottoscrivere degli impegni?**

I pubblici esercizi che intendono aderire all'iniziativa si impegneranno a garantire, secondo un apposito disciplinare, redatto tenendo conto della letteratura scientifica di riferimento e in particolare delle Linee Guida per una corretta alimentazione, un'offerta corretta e responsabile di alimenti, nel rispetto di poche regole chiare, condivise e facilmente verificabili dai consumatori. Stante la particolare attenzione rivolta al gusto, al gradimento e alla presentazione dei propri piatti, il ristoratore, in questo percorso, assume un ruolo attivo di vero promotore di salute, poiché può orientare e facilitare le scelte del cliente.

I gestori dei pubblici esercizi di ristorazione che intendono aderire potranno usufruire di una certa visibilità: sarà loro attribuito un simbolo identificativo per contraddistinguere l'adesione al progetto e potranno utilizzare canali informativi come pagine in siti web istituzionali e inserzioni promozionali nei giornali locali. Inoltre è prevista per i ristoratori la possibilità di partecipare a percorsi informativi in ambito nutrizionale ed enogastronomico, con esercitazioni pratiche, tenute da esperti in nutrizione e cuochi

*Daria Domenici*



*Nella foto Antonella Turci*



## Ad Arezzo, Pisa, Pistoia e Lucca il maggior numero di adesioni

**C**hi ha seguito da vicino il progetto "Pranzo sano fuori casa" è la Dott.ssa Emanuela Balocchi, responsabile del Settore Servizi di Prevenzione in Sanità Pubblica e Veterinaria della Regione Toscana. Ecco la sua testimonianza.

**Il progetto si inserisce in una progettualità di lungo periodo della Regione Toscana, sempre più attenta non soltanto alla salute dei cittadini, ma anche alla valorizzazione dei prodotti locali. Qual è un primo bilancio di questa iniziativa?**

Il bilancio relativo alla prima fase è positivo e si è caratterizzato per la costruzione di un sistema di relazioni che coinvolge in modo integrato e a vario titolo diversi attori: soggetti titolari delle attività che si occupano di tutela della salute, di sviluppo economico, di agricoltura e di comunicazione; associazioni di categoria rappresentative della ristorazione; associazioni dei consumatori.

Attraverso percorsi di condivisione si sono raggiunti i seguenti primi importanti risultati: l'elaborazione delle linee guida per i ristoratori (rappresentano gli impegni che questi sono tenuti a rispettare per far parte del progetto), la pianificazione della strategia comunicativa, l'elaborazione dei materiali informativi, la costruzione della rete dei ristoratori, la realizzazione di moduli informativi per i ristoratori e l'elaborazione dell'attività di monitoraggio.

Tutto muove dalla constatazione che la ristorazione, aziendale o pubblica, possa costituire un contesto fondamentale per promuovere l'acquisizione, da parte dei consumatori, di comportamenti alimentari corretti. Nell'ambito del progetto in questione, in particolare, tali comportamenti potranno essere favoriti da varie opportunità, quali la possibilità di fruire di pasti nutrizionalmente bilanciati e di acquisire materiali informativi specifici. In questo percorso saranno valorizzati concetti come la filiera corta, la stagionalità e la tipicità del prodotto, ecc.

Si vuole dare la possibilità di trovare nei pubblici esercizi e anche sulle mense della ristorazione collettiva gli alimenti e quindi i piatti che contraddistinguono il territorio, con un guadagno in termini di freschezza, composizione nutrizionale, gusto. Per tale motivo "Pranzo sano fuori casa" è collegato alla PAT (Piramide alimentare toscana) che individua in ambito regionale prodotti e abitudini per un'alimentazione corretta, in linea con le caratteristiche culturali e le tradizioni locali

**Qual è stata la risposta da parte degli operatori della ristorazione?**

La campagna di adesione rivolta ai ristoratori ha raccolto alla fine di gennaio 2010 la partecipazione di circa 380 esercizi commerciali in tutta la Toscana.

Si prevede che a seguito della campagna di comunicazione regionale ci saranno altre adesioni.

I ristoratori hanno dimostrato un notevole interesse all'iniziativa, cogliendo le varie opportunità di cui possono beneficiare, ovvero: acquisire clienti attirati dall'offerta salutistica, visibilità attraverso una campagna regionale di comunicazione, segnalazione del locale in un elenco pubblicato sul sito web del progetto, allestimento del locale con vetrofaneria, cartello vetrina, materiale informativo, ecc.

**Ritiene che i cittadini abbiano recepito positivamente e apprezzato l'iniziativa?**

Il progetto è stato presentato in occasione di varie manifestazioni regionali (Terra futura, Festival della creatività, Dire e fare). E' evidente l'interesse dei cittadini, soprattutto di quelli consapevoli dell'importanza di un'alimentazione salubre e gustosa.

**In quali aree della Regione ci sono state più adesioni?**

Ad oggi, le province di Arezzo, Pisa, Pistoia e Lucca sono quelle che vedono il maggior numero di adesioni.

**Trattandosi di un progetto di lungo periodo, entro quanto tempo pensa che l'alimentazione sana e il consumo di prodotti locali diventerà una vera e propria esigenza per i cittadini?**

E' difficile fare una stima: gli studi epidemiologici hanno messo in evidenza che l'acquisizione di comportamenti salubri da parte dei cittadini richiede diversi anni di interventi di promozione e prevenzione. In tale direzione le attività di "Pranzo sano fuori casa" intervengono contemporaneamente su due livelli: sensibilizzare e formare gli addetti alla produzione e somministrazione di alimenti affinché la qualità nutrizionale diventi una prerogativa fondamentale dei loro prodotti; sensibilizzare tutti i cittadini a mantenersi in salute e in forma attraverso una buona ed equilibrata alimentazione e una costante attività fisica.



## Un indirizzo per gli operatori della ristorazione

**Il progetto "Pranzo sano fuori casa" è stato promosso dalle Aziende sanitarie toscane. Per questa ragione abbiamo intervistato la Dott.ssa Maria Giannotti, Direttore del Dipartimento alimenti e veterinaria dell'Asl 11 di Empoli**

### In che modo la USL di Empoli ha partecipato al progetto?

La USL di Empoli è stata individuata come capofila del progetto e ha partecipato a tutte le fasi di ideazione e di attuazione dello stesso. In collaborazione con altre aziende sanitarie toscane, in particolare con le capofila di area vasta, ovvero le USL di Viareggio, di Pistoia e di Siena, e con la Regione Toscana, nel corso della prima fase abbiamo stretto rapporti di collaborazione con tutti i soggetti coinvolti, per dare vita a un processo di progettazione congiunta. Grazie a questi scambi abbiamo realizzato le Linee Guida del progetto e ci siamo suddivisi i compiti. Alle associazioni di categoria è stato affidato il compito di divulgare il progetto tra i propri associati, le associazioni dei consumatori hanno il compito di monitorare l'andamento del progetto, tenendo sotto controllo il grado di aderenza allo stesso da parte degli esercizi e il gradimento dei consumatori, mentre le USL hanno il compito di monitorare tutta la parte del progetto di carattere igienico-sanitario.

### Quali sono i principi fondamentali che avete individuato nelle Linee Guida?

Siamo partiti dall'idea che anche chi mangia fuori casa deve trovare nella ristorazione l'opportunità di mettere in atto scelte alimentari nutrizionalmente corrette; inoltre un pasto oltre che sano deve possedere altre due caratteristiche deve essere piacevole e quindi gustoso e anche legato alle tradizioni culturali e gastronomiche del territorio. Un pranzo di questo tipo, caratterizzato da queste tre caratteristiche, è alla base del progetto "Pranzo sano fuori casa". Per offrire agli esercenti un percorso per realizzare pranzi gustosi e nutrizionalmente corretti, nelle Linee Guida abbiamo fornito alcune indicazioni. Innanzitutto abbiamo invitato a riscoprire le caratteristiche nutrizionali dei prodotti toscani, i cui elementi principali sono il pane senza sale e l'olio extravergine d'oliva. Inoltre abbiamo raccomandato l'inserimento nel menù di un piatto di frutta, nel rispetto del criterio di stagionalità. Abbiamo chiesto di preferire l'utilizzo di prodotti freschi rispetto a quelli conservati, con l'eccezione dei prodotti surgelati al naturale, di cucinare utilizzando ricette sempli-

ci, preferendo piatti locali e tradizionali, di evitare di somministrare alimenti già conditi, mettendo a disposizione dei clienti i condimenti, di non aggiungere liquori o zucchero alla macedonia di frutta.

Anche per quanto riguarda i pranzi veloci, tipicamente caratterizzati da panini da asporto, abbiamo stabilito particolari precauzioni nella loro preparazione, come quella di utilizzare solo un ingrediente per volta (salumi o formaggio o pesce) possibilmente insieme alle verdure, e di evitare l'associazione di salumi e formaggi oltre l'aggiunta di salse.

### In base all'esperienza della vostra USL, i problemi di salute correlati all'adozione di regimi alimentari non equilibrati sono aumentati negli ultimi anni?

È un dato ormai diffuso l'aumento delle malattie cronicodegenerative (obesità, diabete, malattie cardiovascolari, sindrome metabolica, etc.) in Italia e nelle popolazioni europee in generale. Si tratta di malattie a genesi multifattoriale, legate a stili di vita non corretti e nelle quali l'alimentazione riveste una grande importanza. Purtroppo l'aumento delle malattie cronicodegenerative è legato anche al nostro attuale modo di vivere, caratterizzato da una vita molto sedentaria. Grazie a questo progetto cerchiamo di recuperare stili di vita (alimentare, di movimento) che vadano incontro a un miglioramento generale di vita delle persone.

### Considerato il gran numero di persone che consumano abitualmente il pranzo fuori casa, coordinarsi con la ristorazione per promuovere stili di vita salutari può rappresentare una soluzione a problemi di salute quali obesità, ipertensione, ipercolesterolemia, etc.?

Rappresentare una soluzione è sicuramente troppo ambizioso: "Pranzo sano fuori casa" si pone l'obiettivo di facilitare comportamenti di salute e mette in atto alcune delle azioni previste nell'ambito della deliberazione GR 800 del 13 ottobre 2008 "Guadagnare Salute". La ristorazione aziendale e pubblica può infatti costituire un contesto importante per promuovere l'acquisizione da parte dei consumatori di comportamenti alimentari corretti. Per adesso abbiamo raccolto circa 400 adesioni, distribuite in tutte le Province, quindi si può già affermare che il progetto ha suscitato interesse tra gli esercenti.



Nella foto Maria Giannotti

UNA CORRETTA ALIMENTAZIONE SI DEVE CONIUGARE  
CON ALTRI DUE AGGETTIVI FONDAMENTALI: PIACEVOLE  
E LEGATO ALLA NOSTRA TRADIZIONE CULTURALE



## Rivalutare il pasto veloce

**P**er chiarire l'importanza di una iniziativa come "Pranzo sano fuori casa" abbiamo intervistato la Dott.ssa Stefania Vezzosi, dietista che lavora presso l'UFS Igiene degli Alimenti e Nutrizioni, del Dipartimento di Prevenzione, dell'Az. USL 3 Pistoia.

**L'iniziativa ha l'obiettivo di promuovere l'adozione di abitudini alimentari sane anche durante i cosiddetti "pasti funzionali". Pensa che sia possibile conciliare l'esigenza di rapidità con una alimentazione sana?**

Direi proprio di sì. L'obiettivo di questa iniziativa è proprio quello di rivalutare il "pasto veloce" valorizzandone i suoi aspetti positivi, quali l'interruzione lavorativa, la relazione interpersonale e la tavola come luogo di piacere e benessere.

L'iniziativa intende generare e facilitare, a livello di comunità, una riflessione critica sul consumo (spesso indifferente e in piedi) di pasti ripetitivi, comunque poco equilibrati, a base di alimenti eccessivamente ricchi in grassi, zuccheri e calorie, che non possono certo definirsi salutari. Tutto ciò in un momento storico in cui l'attenzione dei cittadini verso l'alimentazione equilibrata è sensibilmente cresciuta, coinvolgendo ampie fasce di popolazione per sesso, età, area geografica, classe economica e culturale.

**E' diffusa la convinzione che un pranzo sano e leggero sia poco gustoso o saporito: è possibile sfatare questo mito negativo?**

Istintivamente mi viene da rispondere con le parole di Marion Nestle (una delle maggiori esperte in ambito mondiale di politiche alimentari e salute) "...la miglior ragione per seguire la dieta mediterranea è il modo in cui unisce gusto e salute". E' spontaneo e naturale per un dietista di sanità pubblica (quale io sono) associare le parole "sano, leggero gustoso e saporito" al nostro modello alimentare toscano, frutto di un'antica ed equilibrata tradizione, nel quale ritroviamo protagonisti l'olio d'oliva, il pane, la pasta, le verdure, gli ortaggi, la frutta, il pesce e i legumi, pur non mancando la carne, le uova o i derivati del latte. Un modo di alimentarsi che, nel tempo, ha saputo davvero coniugare, in una fantasia di ingredienti e di sapori, qualità e quantità con varietà, semplicità, gusto, sobrietà, sostenibilità e salute.

**Tra gli obiettivi dell'iniziativa c'è anche quello di definire e rendere note le caratteristiche nutrizionali di un pasto anche in relazione ai target di riferimento: pensa che sia un obiettivo troppo ambizioso?**

Non direi, soprattutto se verrà adottato un sistema informativo semplice, davvero comprensibile (magari con l'utilizzo di simboli grafici) in grado di orientare e sostenere la scelta degli alimenti da inserire anche nei pasti successivi, al fine di rendere più equilibrata l'intera giornata alimentare. Far conoscere le caratteristiche nutrizionali di un pasto, almeno a mio avviso, significa però andare oltre la semplice elencazione di principi nutritivi, calorie, grammi, ecc.

**Pensando alla fascia d'età giovanile, cioè quella più esposta a rischi di cattive abitudini, cosa ritiene sia più importante comunicare? Quali sono le abitudini da evitare assolutamente?**

Come accennavo prima, anzitutto evitare di saltare il pasto, le porzioni troppo abbondanti, i piatti o comunque le preparazioni



Nella foto Stefania Vezzosi

alimentari (es. panini, snack, ecc.) troppo ricchi in grassi e sale, preferendo, al loro posto, alimenti di origine vegetale, cereali integrali (pane e pasta integrali), legumi, verdura e frutta fresca e di stagione. E' importante anche evitare di accompagnare il pasto con succhi di frutta e bibite dolci.

Relativamente alle bevande, infatti, per "...portare in tavola la felicità" ...e la salute, a dispetto della pubblicità, basta una generosa dose di acqua! Consumare il pasto seduti, magari in piacevole compagnia, può inoltre aiutare a mangiare più lentamente, evitando così inutili e sconsigliabili abbuffate che, quasi sempre "appesantiscono" senza soddisfare il palato.

**Spesso chi pranza fuori casa tende ad assumere velocemente sempre gli stessi alimenti: che conseguenze può avere una simile abitudine?**

La monotonia, senza variazioni nella scelta degli alimenti è spesso causa non trascurabile di eccessi o carenze nutrizionali. In questa direzione, la Piramide Alimentare Toscana, rappresenta indubbiamente un valido supporto per orientarci nella frequenza di consumo di alimenti senza escluderne alcuno, sintonizzando così piacere gastronomico con scienza dell'alimentazione.

**L'iniziativa si inserisce e si integra in una serie di altre attività di interesse regionale volte alla diffusione di stili di vita sani. Trattandosi di un obiettivo di lungo periodo, sulla base della sua esperienza professionale, in quanto tempo è possibile abituarsi ad un nuovo regime alimentare e abitudini alimentari sane? In altre parole: è possibile che gradualmente uno stile di vita più salutare diventi un'esigenza?**

Stabilire partnership, costruire alleanze fra sistema pubblico, privato e società civile è oramai considerata una fase irrinunciabile delle politiche per la salute, dirette a mobilitare le risorse della comunità per soddisfarne i bisogni. In questo caso specifico, si tratta infatti di maturare e radicare la cultura del "Pranzo sano fuori casa" e, come sappiamo, i processi culturali di così grande portata richiedono sempre tempo e graduale affermazione. Il positivo fermento programmatico, organizzativo ed operativo - per niente scontato - osservato, però, in questo progetto e l'entusiasmo di tutti coloro che hanno scelto di condividere e confrontare il proprio sapere e le proprie esperienze per sottolineare il ruolo dell'alimentazione a favore del benessere, rappresentano elementi significativi che lasciano spazio ad un prudente ottimismo.

Alessandra Marilli

L'INIZIATIVA INTENDE GENERARE UNA RIFLESSIONE  
CRITICA SUL CONSUMO DI PASTI RIPETITIVI, POCO EQUILIBRATI,  
A BASE DI ALIMENTI ECCESSIVAMENTE RICCHI IN GRASSI,  
ZUCCHERI E CALORIE



## Come far parte di "Pranzo sano fuori casa"

### Gli impegni

Occorre rispettare le indicazioni nutrizionali contenute nelle linee guida del progetto:

- offrire ai propri clienti un pasto vario, gustoso ed equilibrato; privilegiare prodotti di produzione locale, utilizzando frutta e verdura di stagione e alimenti preferibilmente freschi;
- preparare piatti, insalate e panini in modo semplice, nel rispetto della tradizione gastronomica toscana.

### Le opportunità

Visibilità attraverso una campagna regionale di comunicazione, segnalazione del locale in un elenco pubblicato sul sito web del progetto, allestimento del locale con vetrofania, locandina, cartello in vetrina.

Incontri informativi volontari e gratuiti, tenuti da chef insieme a esperti di nutrizione. Materiale informativo per i clienti e gadget.

### I soggetti coinvolti

- Regione Toscana
- Giunta regionale: Direzione Generale Diritti di cittadinanza e coesione sociale, Direzione Generale Competitività del sistema regionale e sviluppo delle competenze, Direzione Generale Presidenza
- Aziende USL toscane
- Agenzia regionale di Sanità
- Unioncamere Toscana
- Associazioni di categoria rappresentative degli esercizi di ristorazione: Fipe Confcommercio Toscana, Fiepet Confesercenti Toscana
- Centro Tecnico per il Consumo
- Pubblici esercizi che aderiscono al progetto.

### Progetti e programmi regionali correlati

Il progetto "Pranzo sano fuori casa" si integra con le seguenti altre iniziative di interesse regionale:

- il Progetto Piramide Alimentare Toscana (PAT) che fornisce indicazioni su prodotti e scelte per una alimentazione corretta, in linea con le caratteristiche culturali e con le tradizioni alimentari della regione;
- "Vetrina Toscana" che promuove gli esercizi commerciali aderenti alla rete attraverso la sottoscrizione del disciplinare che prevede la presenza nell'offerta merceologica di produzioni tipiche e tradizionali toscane (agroalimentari e artigiane) per promuovere le produzioni locali e le identità territoriali della regione;
- La campagna di comunicazione istituzionale "Voglio

vivere così" ispirata ad uno stile di vita toscano, attento all'ambiente, alle produzioni locali, alla salute e ad un'alimentazione sana stilizzata nella piramide alimentare toscana (PAT);

- il Piano promozionale di Toscana Promozione per il 2010 di cui alla DGR 793/2009 per lo sviluppo dell'economia e del territorio della Toscana e il sostegno degli imprenditori toscani; Le attività derivanti dalla L.R. 18/2002 "Norme per l'introduzione dei prodotti biologici, tipici e tradizionali nelle mense pubbliche e programmi di educazione alimentare nella Regione Toscana";
- il Progetto regionale "Filiera corta - rete regionale per la valorizzazione dei prodotti agricoli toscani", di cui alla D.G.R. 335 del 14 maggio 2007 con il quale sono state create iniziative su tutto il territorio di mercati di produttori, spacci locali, arte e cibo e patti di filiera;
- Il progetto "E vai con la frutta" diretto a promuovere il consumo di prodotti ortofrutticoli freschi e stili di vita più sani e verificarne l'efficacia in diversi contesti (scuola e ambienti di lavoro);
- il Documento di Attuazione annuale 2009 per la difesa dei consumatori e degli utenti ai sensi della L.R. 9/2008, approvato con DGR n. 222 del 30/03/2009.

### Come aderire

Partecipare al progetto non comporta il versamento di alcuna somma di denaro: basta compilare il modulo di adesione online all'indirizzo [www.regione.toscana.it/pranzosanofuoricasa](http://www.regione.toscana.it/pranzosanofuoricasa) oppure rivolgendosi agli sportelli dei C.A.T. di Confcommercio Toscana e Confesercenti Toscana (l'elenco è disponibile su [www.confcommercio.toscana.it](http://www.confcommercio.toscana.it) e [www.confesercenti.toscana.it](http://www.confesercenti.toscana.it)).

In alternativa è possibile contattare Confcommercio Toscana (tel. 055 468141 - [f.cacioli@confcommercio.toscana.it](mailto:f.cacioli@confcommercio.toscana.it)) o Confesercenti Toscana (tel. 055 3036109 - [ireneluciani@confesercentitoscana.it](mailto:ireneluciani@confesercentitoscana.it)): il referente risponderà a tutte le domande ed invierà agli interessati il materiale informativo dell'iniziativa.

### Altre informazioni utili

Nel sito [www.regione.toscana.it/pranzosanofuoricasa](http://www.regione.toscana.it/pranzosanofuoricasa) è disponibile tutta la documentazione relativa alle finalità del progetto, le linee guida, le opportunità, le attività di monitoraggio e le modalità di adesione.

Per osservazioni e suggerimenti:  
[pranzosanofuoricasa@regione.toscana.it](mailto:pranzosanofuoricasa@regione.toscana.it)

CHIEDIAMO A CHI ADERISCE DI METTERE IN GIOCO  
PROFESSIONALITÀ E CREATIVITÀ PER GARANTIRE PIATTI  
GUSTOSI OLTRE CHE SANI



## Verifica e sviluppo del progetto

### Monitoraggio delle attività

L'andamento del progetto è monitorato da un sistema che prevede:

l'elaborazione di strumenti di monitoraggio per gli utenti e gli esercenti: modeling, rilevazioni, misurazioni, reporting, destinati ad informare la Regione Toscana ed i suoi partner di progetto sull'andamento dell'iniziativa ed a fornire sintesi destinate ad utenti ed esercenti;

- l'elaborazione, l'interpretazione dei risultati e la valutazione del progetto diretta all'individuazione e allo sviluppo di pratiche efficaci;
- la condivisione dei risultati tra i partner di progetto.

L'attività di monitoraggio è gestita dal Centro Tecnico per il Consumo (CTC), con il supporto del gruppo di lavoro regionale. L'indagine di valutazione nei confronti degli esercenti è svolta dalle associazioni di categoria.

### Prosecuzione e sviluppo del progetto

Quanto sopra indicato costituisce il sistema di interventi previsto nella prima fase attuativa del progetto. In seguito alla valutazione dei risultati, effettuata sulla base della sopramenzionata attività di monitoraggio, saranno elaborate ulteriori modalità di prosecuzione e sviluppo del progetto.

### Verifica

L'attività di verifica sul rispetto degli adempimenti e dei requisiti previsti dalle linee guida è affidata al Centro Tecnico per il Consumo su linee di indirizzo approvate dal gruppo di lavoro.

Nel caso in cui emergano inadempienze da parte dell'esercizio commerciale rispetto agli impegni sottoscritti con l'adesione al progetto, la Regione provvederà ad escludere l'esercizio dai benefici offerti e a cancellarlo dagli elenchi degli esercenti aderenti al progetto.

La contestazione avverrà con procedura semplificata e senza particolari ritualità formali, la contestazione potrà essere effettuata anche tramite posta elettronica all'indirizzo indicato sulla scheda di adesione.

L'impresa oggetto di segnalazione verrà invitata fornire una sua memoria in merito nei termini richiesti. In caso di silenzio da parte dell'impresa, decorsi 60 giorni dall'invio della contestazione l'impresa sarà cancellata dall'elenco delle adesioni al progetto per l'anno in corso.

In caso di silenzio da parte della Regione Toscana la contestazione sollevata sarà considerata decaduta decorso il termine di 60 giorni dalla data di invio della memoria da parte dell'impresa.

Per maggiori informazioni:

[www.regione.toscana.it/pranzosanofuoricasa](http://www.regione.toscana.it/pranzosanofuoricasa)



**Centro Tecnico per il Consumo**

via Pellicceria, 6 - 50123 Firenze

tel. 055 2608813 - fax 055 2729154

[segreteria@centrotecnicoconsumo.it](mailto:segreteria@centrotecnicoconsumo.it)

<http://www.prontoconsumatore.it>

L'ATTIVITÀ DI MONITORAGGIO SARÀ GESTITA  
DAL CENTRO TECNICO PER IL CONSUMO (CTC), CON IL SUPPORTO  
DEL GRUPPO DI LAVORO REGIONALE



ANIMA DEL CENTRO TECNICO PER IL CONSUMO  
LE 11 ASSOCIAZIONI DEI CONSUMATORI CHE LO COMPONGONO

## Centro Tecnico per il Consumo della Toscana

**S**ituato nel cuore di Firenze, il Centro Tecnico per il Consumo è un'associazione di secondo livello, cioè una "associazione di associazioni", il cui scopo è promuovere e coordinare le attività delle associazioni dei consumatori-utenti toscane. Il centro nasce dall'esigenza di supportare le numerose iniziative delle varie associazioni che lo compongono attraverso il raccordo tra politiche nazionali e politiche a livello regionale, come previsto dalla legge nazionale 281/98 e dalla legge regionale 9/2008.

Amministrato dall'Assemblea – composta da tutte le associazioni – il Centro Tecnico per il Consumo è condotto attualmente dal Presidente Pietro Tanzini e coordinato dal Direttore Gabriella Galastri. Nello svolgimento delle sue funzioni, a seconda delle necessità, il CTC si articola in gruppi di lavoro e sessioni tematiche per lavorare su questioni e problemi inerenti i diritti di cittadinanza, la tutela dei consumatori-utenti, il mercato e molto altro. Grazie ai finanziamenti e alle risorse del Ministero delle Attività Produttive e della Regione Toscana, il Centro ha potuto realizzare numerose iniziative e dotarsi di strutture e strumenti indispensabili per poter essere di supporto alle associazioni toscane. In particolare, il CTC mette a disposizione due sportelli itineranti, cioè mezzi di trasporto che – dotati di apparecchiature informatiche – fungono da sportelli informativi durante le manifestazioni itineranti. Presso la sede del Centro è poi possibile svolgere video conferenze e consultare l'aula multimediale, dotata di otto postazioni PC a disposizione delle associazioni ma anche di altri soggetti che ne facciano richiesta attraverso la stipula di un'apposita convenzione. Di particolare utilità è il centro di documentazione (CDoCTC), cioè una biblioteca aggiornata di periodici e pubblicazioni, istituita con lo scopo di diventare un punto di riferimento per tutti coloro che desiderino conoscere o approfondire le tematiche inerenti il settore consumeristico. Grazie ad un programma di catalogazione innovativo gli utenti potranno consultare in rete il catalogo messo a disposizione del Centro. Il Centro Tecnico per il Consumo è poi impegnato nell'avvio di rapporti e iniziative con istituzioni, organizzazioni ed enti di altri paesi per coordinare un'azione sinergica in materia consumeristica.

All'interno del Centro è nato nel 2005 l'ISEC (Istituto per lo Sviluppo della Educazione al Consumo), un istituto di formazione, nato dalla collaborazione tra CTC e Camera di Commercio di Firenze, che ha l'obiettivo di tutelare il consumatore incentivando la partecipazione dei cittadini ai processi decisionali. Si tratta di una sfida importante in un mercato sempre più globalizzato e complesso, dove il nuovo rapporto creatosi tra cittadino e mercato necessita di un impulso di tipo culturale, che aiuti il consumatore-utente ad acquisire consapevolezza dei suoi diritti per partecipare attivamente alla vita produttiva del paese, sia in veste di utente che di fornitore di beni e/o servizi. Tra gli obiettivi operativi dell'ISEC vi sono attività di formazione, ricerca, editoriali e di supporto professionale. L'anima del CTC sono le 11 associazioni che lo compongono, costantemente impegnate in numerose attività e promotrici di battaglie a tutela del cittadino:



ACU

### ACU

Via Carriona, 44 - 54033 Carrara  
tel. 0585 72110 - fax 0585 72110  
gonnellitoscana@libero.it



### ADICONSUM TOSCANA

via Carlo del Prete, 135 - 50127 Firenze  
tel. 055 4379684 - 055 3269042  
fax 055 3269043  
adicons@dada.it

### ADOC TOSCANA

via V. Corcos, 15 - 50142 Firenze  
tel. 055 7325586 - fax 055 7325586  
adoc toscana@virgilio.it

### ADUSBEF TOSCANA

via Montebello, 76  
tel. 055 361935 - 055 3228095  
fax 055 3228095  
segreteria@adusbef toscana.it

### CITTADINANZATTIVA TOSCANA

Via degli Asili, 35 - 57126 Livorno  
tel. 0586 829553 - fax 0586 829553  
cittadinanzattivatoscana@email.it

### CONFCONSUMATORI TOSCANA

Via Modena 23 - Firenze  
tel. e fax 055 585564  
toscana@confconsumatori.it

### FEDERCONSUMATORI TOSCANA

Via Nazionale, 17 - 2° piano  
50123 - Firenze  
tel. 055 217195 - fax 055 280334  
fct.toscana@federconsumatoritoscana.it

### LEGA CONSUMATORI TOSCANA

Via Cesare Studiati, 25 - 56100 Pisa  
tel. 050.2206498 - fax 050.43094  
pisa@legaconsumatori.it

### MC TOSCANA

Corso Amedeo 127 - Livorno  
tel. 0586 892984 int. 7 - fax 0586 208743  
toscana@movimentoconsumatori.it

### MDC TOSCANA

Via Puccini, 42 - 51100 Pistoia  
tel. e fax 0573.26682  
pistoia@mdc.it

### UNC

via P. A. Mattioli, 8/A - 53100 Siena  
tel. 0577 286600 - fax 0577 286600  
uncsiena@libero.it

### QUADERNI DI PRONTOCONSUMATORE

Anno III numero 11/12 - Supplemento mensile di Prontoconsumatore, periodico telematico registrato al Tribunale di Firenze al n. 5404 del 7 marzo 2005 - **Direttore Responsabile** Linda Grilli - **Hanno collaborato** a questo numero Daria Domenici, Alessandra Marilli - **Editore** Centro Tecnico per il Consumo - **Immagini:** © Phottl, © CTC - **Grafica** Sliv di Silvia Salvioli