

Claudia Paltrinieri

MANGIARE A SCUOLA

La rivoluzione
della mensa sostenibile
che cambierà il mondo



Foodinsider.it

FARE SCUOLA

Strumenti per insegnanti, genitori, dirigenti,
Amministrazioni, organizzazioni, aziende sanitarie

FrancoAngeli

I lettori che desiderano informarsi sui libri e le riviste da noi pubblicati possono consultare il nostro sito Internet: www.francoangeli.it e iscriversi nella home page al servizio “Informatemi” per ricevere via e.mail le segnalazioni delle novità o scrivere, inviando il loro indirizzo, a “FrancoAngeli, viale Monza 106, 20127 Milano”.

Claudia Paltrinieri

MANGIARE A SCUOLA

La rivoluzione
della mensa sostenibile
che cambierà il mondo

FARE SCUOLA

Strumenti per insegnanti, genitori, dirigenti,
Amministrazioni, organizzazioni, aziende sanitarie

FrancoAngeli

Copyright © 2019 by FrancoAngeli s.r.l., Milano, Italy.

L'opera, comprese tutte le sue parti, è tutelata dalla legge sul diritto d'autore. L'Utente nel momento in cui effettua il download dell'opera accetta tutte le condizioni della licenza d'uso dell'opera previste e comunicate sul sito www.francoangeli.it.

Indice

Introduzione: Foodinsider e le ragioni del libro	pag.	7
1. Dove la mensa è tempo scuola		
Mense scolastiche estere e italiane dove la mensa è un momento educativo integrato nella didattica	»	9
2. Dall'educazione all'alfabetizzazione alimentare		
I concetti chiave dell'educazione alimentare e ambientale moderna; modelli di riferimento e strumenti	»	23
3. La rivoluzione dell'alimentazione sostenibile		
La mensa scolastica alla luce dei suoi impatti sull'ambiente e sulle economie locali	»	37
4. Non sprecare a scuola		
Il valore economico e ambientale dello spreco e le buone pratiche per evitarlo o trasformarlo in risorsa	»	62
5. Cosa mangiare in mensa		
Gli errori più frequenti nei menù e come bilanciare un pasto sano e sostenibile. Chi già lo fa	»	80
6. Il gusto: cucine, cuochi e formazione		
Riscoprire e aggiornare la competenza dei cuochi della ristorazione scolastica, dare valore alle cucine interne	»	103

7. La mensa partecipata

Quello che tutti i genitori devono sapere: le Commissioni mensa come leva per fare comunità e radicarla sul territorio pag. 120

La mensa buona, sana e sostenibile è... » 137

Ringraziamenti » 139

Bibliografia ragionata » 140

Introduzione: Foodinsider e le ragioni del libro

C'è chi connota *Foodinsider* come il “Greenpeace della mensa”, chi lo chiama il “TripAdvisor” dei menù scolastici e chi “L'osservatorio della bontà”. Di fatto è un movimento che nasce dal basso, da un gruppo di genitori che vogliono trasformare la mensa scolastica in uno strumento di salute per i bambini e per il pianeta.

Foodinsider nasce nel 2015 con l'obiettivo di monitorare l'equilibrio dei menù proposti nelle scuole ed essere di stimolo per migliorare la qualità del pasto. Da un fermento di idee prende vita il progetto del **rating dei menù scolastici**, ovvero di una classifica che si alimenta attraverso i dati di un questionario a punti sviluppato dall'ASL2 di Milano, digitalizzato e pubblicato online su www.foodinsider.it. Dalla pubblicazione della prima classifica, nel 2016, emerge una realtà di mense disomogenee e troppo distanti dalle raccomandazioni dell'OMS per un'alimentazione sana. Ne parlano i giornali e la televisione e questa visibilità permette di fare leva sulla reputazione dei Comuni e di innescare una competizione virtuosa. Il grande merito della **classifica dei menù** è quello di aver portato alla luce, nel panorama opaco delle mense scolastiche italiane rilevato attraverso dati oggettivi, delle realtà straordinarie, che in breve tempo diventano modelli di riferimento e driver del cambiamento, in una logica di emulazione.

Già nei primi tre anni, dal 2015 al 2018, il rating registra un trend di evoluzione dei menù scolastici, che iniziano a prendere in considerazione e ad applicare le Raccomandazioni dell'OMS. Foodinsider diventa così un *influencer*, un soggetto a cui i genitori si rivolgono per chiedere aiuto per migliorare i menù delle loro scuole, per evitare di chiudere le cucine interne o per fare educazione alimentare a scuola.

Foodinsider cresce, nel 2017, grazie a un Comitato Scientifico che sostiene l'osservatorio su base volontaria e coinvolge professionisti del mondo

della scuola, della sostenibilità, della salute e della gastronomia. Nello stesso anno, entra a fare parte della rete internazionale di *Eating City* e inizia a intervenire a eventi sul tema della ristorazione scolastica anche all'estero, per esempio in occasione del World Catering Forum di Parigi del 2018. A ottobre 2019 Foodinsider è chiamato per un'audizione presso la Commissione Educazione del Governo Basco per portare la propria esperienza sulla ristorazione scolastica e presentare le *best practice* italiane; nello stesso anno è invitato come relatore alla prima conferenza internazionale in Spagna sulle “mense scolastiche sane e sostenibili”.

Foodinsider parla alle famiglie, alla scuola, alle istituzioni sanitarie, al mondo accademico, all'economia e alla politica per cercare sinergie, condividere know-how e fare rete, con la convinzione che sia necessario sviluppare e diffondere una cultura del cibo buono, sano e sostenibile, a partire dall'infanzia e quindi dalla scuola. Con questa visione l'osservatorio è alla continua ricerca di modelli virtuosi in Italia e all'estero, dove amplia la propria rete e con cui avvia scambi per alimentarsi di nuove conoscenze da diffondere attraverso i propri canali. Foodinsider comunica attraverso il sito www.foodinsider.it, le pagine Facebook e Twitter.

Questo libro nasce con l'intento di raccogliere tutte le esperienze di valore emerse dalle indagini di questi anni, insieme alla voce e all'esperienza di professionisti che hanno arricchito di conoscenza, di esperienze e di casi di studio le pagine di questo testo. È dunque la **rete** di Foodinsider a esprimersi attraverso questo libro, l'espressione di un lavoro corale che vuole rappresentare e promuovere una “mensa al plurale”, dove il pasto a scuola è il risultato delle diverse competenze necessarie per realizzare un gioco di squadra vincente. La mensa intesa non come servizio per “riempire le pance” dei bambini, ma per nutrirli. Un nutrimento che sposa un'idea innovativa di mensa scolastica che vive sul territorio da cui si alimenta e a cui restituisce ricchezza. Non solo una ricchezza economica misurabile, ma un benessere che accresce la comunità locale. La mensa, dunque, come strumento per avviare politiche sociali e ambientali a basso impatto che si diffondono grazie al potere di contagio della cultura, capace di esprimere valori e coinvolgere le famiglie.

Il libro vuole aprire il lettore all'idea di una mensa diversa, moderna, capace di sviluppare una comunità intorno al “mangiare a scuola”. Una mensa dalla quale può nascere un cambiamento profondo che coinvolge tutta la comunità educante, quindi la scuola, le famiglie e la collettività.

Claudia Paltrinieri, autrice e curatrice del libro, ha ideato e fondato Foodinsider.it e lo dirige dal 2015.

1. Dove la mensa è tempo scuola

Mense scolastiche estere e italiane
dove la mensa è un momento educativo
integrato nella didattica

Era il 1963 quando, nelle scuole italiane, si smise d'impartire lezioni di economia domestica. Prima di allora alle fanciulle in età da marito si insegnava a gestire la casa e la famiglia. Cuore del percorso didattico, oltre al cucito e al riordino, erano la spesa, la cucina e l'alimentazione.

Chiusa l'esperienza della riforma Gentile, per seguire l'evoluzione di una società in pieno boom economico arrivarono le "applicazioni tecniche" e la scuola smise di trasmettere competenza nella conduzione degli aspetti pratici della vita e di promuovere uno stile alimentare fondato sulla dieta mediterranea.

Negli anni '60, mentre in Italia l'economia domestica entrava nella sua fase di declino, in Svezia la materia diventava obbligatoria per maschi e femmine. E così tutti gli studenti di 11 anni si ritrovavano – e si trovano tuttora – a imparare aspetti essenziali della conduzione della casa tra i quali cucinare, organizzare un pasto dall'inizio alla fine e conoscere le basi dell'educazione alimentare, come i nutrienti fondamentali di cui il corpo ha bisogno per stare in salute.

Attualmente anche in Danimarca e in Finlandia l'economia domestica e l'educazione alimentare fanno parte del curriculum scolastico, mentre in Scozia nutrizione, cibo e ambiente sono temi interdisciplinari che toccano tutte le materie all'interno delle quali si trovano collegamenti con l'alimentazione e la sostenibilità.

Nel nostro sistema scolastico gli aspetti che rimandano al cibo e all'educazione alimentare sono espressi nelle *Linee guida per l'educazione alimentare* pubblicate dal MIUR, che ribadisce il fatto che la mensa è "tempo scuola". Come scrive la Cassazione con la sentenza depositata il 30 luglio 2019: "se è vero che il 'tempo mensa' è parte integrante del 'tempo scuola', è anche vero che la relativa azione educativa può es-

sere messa in atto dall'istituzione scolastica solo attraverso il servizio di refezione scolastica". Un'affermazione che vuole valorizzare la mensa, ma che non tiene conto del fatto che la mensa non è presente in tutte le scuole d'Italia e non eroga un servizio di qualità con pasti sani e buoni ovunque, condizione indispensabile per poter fare educazione alimentare.

Al di là di questo disallineamento della Corte di Cassazione con la realtà italiana, rimane il fatto che l'educazione è l'aspetto che distingue la mensa scolastica da tutti gli altri servizi di ristorazione collettiva pubblica e la eleva a strumento di "educazione alimentare" all'interno della scuola. Sul tema dell'educazione alimentare torneremo nei capitoli successivi, ma qui è importante comprendere che, dal momento in cui si afferma che la mensa scolastica ha un ruolo educativo, occorre necessariamente chiedersi quale sia il modello di mensa che meglio assolva questa responsabilità: quali caratteristiche deve avere la mensa scolastica per essere davvero "educativa"?

1.1. Mense a confronto

Se guardiamo oltre i confini nazionali, è evidente che in ogni Paese la mensa ha la sua identità. Non tutte le nazioni offrono questo servizio all'interno della scuola: in Olanda, in Egitto e in tutto il Nord Africa non c'è refezione scolastica. In Spagna la mensa è considerata un "servizio complementare", in Danimarca è un servizio opzionale introdotto da appena un decennio ed è in competizione con il pasto da casa. In Finlandia, al contrario, la mensa esiste da 70 anni ed è gratuita, così come i libri di testo, per gli studenti dai 6 ai 18 anni. Il modello finlandese spicca per l'eccellenza scolastica e la mensa è il suo fiore all'occhiello: il pasto è di qualità, spesso legato ai prodotti del territorio e l'equilibrio della dieta è dettato da linee guida stabilite per legge. Ogni due anni il Paese premia tre chef della ristorazione scolastica per incentivare il gusto e la qualità dei piatti.

Per trovare una nazione dove la mensa è una scuola di vita che integra tradizione, salute e cultura, occorre arrivare in **Giappone**. Istituita a pieno titolo nella scuola nel 1954 attraverso il *School Lunch Act* (una legge nata dopo la Seconda guerra mondiale per sostenere una popolazione infantile ancora soggetta a gravi privazioni), nel 2005 è stata ulteriormente valorizzata con una norma ad hoc (*Shokuiku*, "l'educazione al cibo e alla nutrizione") che le ha permesso di entrare a tutti gli effetti nella didattica quotidiana. Oggi il momento del pasto integra tradizione, cultu-

ra e conoscenza con l'obiettivo di radicare nei bambini una consapevolezza critica sul che cosa mangiare nel rispetto della salute e della natura. *Hara hachi bun me* è un insegnamento tratto dal confucianesimo che si traduce con **mangia finché non sarai sazio all'80%**: un detto diffuso nella cultura popolare che insegna a non eccedere nelle porzioni, che a scuola sono i bambini a servire. Tradizione ed educazione sono già nelle corde della cultura nipponica e la mensa consente di declinare questi valori in chiave moderna. La cornice all'interno della quale si consuma il pasto a scuola valorizza lo spirito di cooperazione, l'applicazione di regole sociali, l'igiene, la conoscenza e il senso di gratitudine. Dopo che l'insegnante ha descritto alla classe il menù del giorno, i bambini collaborano e, a turno, servono i pasti, che possono comprendere riso, zuppe, carne o pesce e verdure. La preparazione avviene ogni mattina nelle cucine interne utilizzando prodotti freschi e di stagione, spesso locali se non addirittura provenienti dall'orto della scuola. Non si avanza nulla, perché è vietato sprecare cibo.

In Giappone troviamo evidenze straordinarie della possibile connessione tra qualità della mensa, educazione e salute: secondo la rivista "The Lancet"¹, il Paese vanta l'aspettativa di vita più alta e il più basso tasso di obesità al mondo: appena 3,7% di adulti obesi rispetto al 9,8% in Italia e il 38,2% negli Stati Uniti².

Il "caso" Scozia

Si può ipotizzare quindi una relazione tra mensa e salute pubblica? La **Scozia** ne è convinta, e per contrastare il progressivo aumento di patologie strettamente correlate all'alimentazione – come obesità, diabete, malattie cardiovascolari e alcuni tumori – nel 2003 ha avviato una rivoluzionaria *food policy* che ha coinvolto tutta la ristorazione pubblica, mense scolastiche incluse.

Il Governo ha assunto un ruolo di guida nella food policy pubblica per promuovere un modello alimentare che fosse più sostenibile, migliorativo per la salute e di stimolo per l'economia del Paese. Per rafforzare la leva del cambiamento, alla motivazione salutistica ha associato opportunità economiche. Si è partiti cioè da una preoccupazione legata alla salute pubblica

1. *Forecasting life expectancy, years of life lost, and all-cause and cause-specific mortality for 250 causes of death: reference and alternative scenarios for 2016-40 for 195 countries and territories*, in "The Lancet", vol. 392, n. 10159: www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0140673618316945.

2. OECD, Obesity Update, 2017 testo disponibile al sito www.oecd.org/els/health-systems/Obesity-Update-2017.pdf.

e si è esteso il pensiero all'economia, all'educazione, all'ambiente, all'accessibilità al cibo, alla povertà, alla *food resilience*.

Dal 2003 al 2009 sono stati investiti 137 milioni di sterline (oltre 155 milioni di euro) per migliorare la qualità del cibo a scuola, offrire training agli addetti alle cucine, ristrutturare i refettori e sviluppare percorsi di formazione del corpo insegnante in materia di educazione alimentare, educazione al gusto e consumo consapevole. Grazie all'impegno e ai fondi profusi, è stato possibile elevare la qualità degli alimenti e trasformare la percezione della mensa scolastica: da servizio mediocre a strumento di promozione della salute e del benessere e mezzo per educare futuri consumatori consapevoli, dotati di capacità critica.

A scuola, la didattica si è arricchita di connessioni con i concetti di benessere, salute, alimentazione e sostenibilità. L'educazione alimentare è diventata trasversale a tutte le discipline. Parallelamente, sono stati integrati programmi che hanno coinvolto vari attori della filiera alimentare: pescatori, allevatori, contadini, esperti di agricoltura biologica. La sinergia con gli operatori del mercato alimentare è stata funzionale anche a portare nuova forza lavoro in un settore che spesso non è capace di attrarre neo diplomati.

Il *Food Education Program* ha riconosciuto l'importanza degli insegnanti e dei cuochi e ha garantito loro la necessaria formazione, anche con l'ausilio di attrezzature originali come il *Cooking Bus*: un autobus itinerante attrezzato per tenere al proprio interno corsi di cucina (tecniche di base ed educazione alimentare), rivolti sia agli studenti sia ai docenti, il cui training è stato fondamentale per accompagnare il cambiamento e coinvolgere gli alunni nella transizione.

Strategico si è rivelato anche il lavoro sulle competenze dei cuochi per consentire loro di rinunciare al cibo processato e realizzare piatti con ingredienti freschi; transizione indispensabile per puntare su un'alimentazione più sana e sostenibile.

Robin Gourlay, principale regista di questa riforma, che abbiamo intervistato, sostiene che nell'arco temporale di 10 anni la *School Food Reform* scozzese ha alimentato la crescita del settore *food & drink* (+35%) e ridotto l'obesità infantile. Ha inoltre permesso di raggiungere in anticipo gli obiettivi fissati dal Governo Scozzese in materia di sostenibilità, consentendo di ridurre le emissioni di gas serra.

La rivoluzione della mensa scolastica scozzese

di *Robin Gourlay*³, Senior Consultant Governo Scozzese

Il Governo Scozzese si è impegnato a sradicare la povertà infantile partendo da un assunto: l'associazione tra povertà e malattia. Lo scopo era quello di creare un miglioramento generale dei pasti scolastici in tutta la Scozia. L'obiettivo principale è stato quindi il miglioramento della salute come risposta agli alti tassi di sovrappeso e obesità tra i bambini.

Di conseguenza, nel 2003 il Governo Scozzese ha convocato un gruppo di esperti che ha permesso di ripensare la mensa scolastica per rivitalizzare i menù e riorganizzare il servizio. È stato istituito un sistema di monitoraggio indipendente con la collaborazione delle aziende di ristorazione scolastica e il personale scolastico.

È stato elaborato un rapporto nel quale si è definito a livello nazionale lo standard qualitativo del pasto scolastico, che deve essere orientato al lavoro e alle partnership locali. Con esso sono stati determinati i fattori chiave che influiscono positivamente sull'applicazione degli standard per sviluppare una collaborazione tra i professionisti della ristorazione, le scuole e le comunità scolastiche – insegnanti, genitori e alunni stessi.

Sebbene il rapporto si concentri soprattutto sulle norme in materia di alimenti e nutrienti, esso riguarda anche l'ambiente della cucina e della ristorazione, distributori automatici, formazione del personale e misure per eliminare lo stigma dei pasti gratuiti per gli alunni svantaggiati i cui genitori beneficiavano di un sostegno al reddito.

L'aspetto più significativo nella definizione del modello di mensa scolastica è che esso viene inteso come parte dell'istruzione e della promozione della salute, e non come un'attività commerciale. Di conseguenza sono necessarie risorse adeguate per questo servizio, visto come strategia di prevenzione e tutela della salute, libero da pressioni commerciali competitive. Il risultato è che praticamente tutti i pasti scolastici in Scozia non sono forniti da ristoratori privati ma dalle stesse autorità locali.

Nel complesso vi è stato un aumento significativo (dal 34% al 48% nel 2012/13) di alimenti prodotti in Scozia – un aumento di 42 punti percentuali rispetto al 2007/08. In termini finanziari, ciò rappresenta una spinta all'economia locale di circa 28 milioni di sterline e circa il 65% di questo importo è attribuibile al cibo per le scuole.

3. Robin Gourlay è stato nominato Ufficiale dell'Ordine dell'Impero Britannico (OBE) in segno di riconoscimento per i suoi servizi all'industria alimentare scozzese.

L'esempio concreto della food policy scozzese trova un'esemplificazione nella regione dell'East Ayrshire, dove nel 2008 le istituzioni locali hanno avviato un nuovo modello di mensa scolastica denominato *Food for life, gold catering*. L'obiettivo del progetto è stato quello di rendere la dieta più sana privilegiando i prodotti locali e biologici. La sperimentazione ha coinvolto inizialmente 26 scuole (oggi 40) e ha puntato a introdurre il **70% di prodotti locali, di cui il 50% biologici, e fornire per il 90% cibo non processato**. Nel progetto sono stati coinvolti tutti gli stakeholder (i produttori locali, le scuole e la comunità), con i quali sono stati definiti i criteri per misurare il valore generato dal progetto sul territorio nel tempo. In questo modo è stato possibile valutare, a fronte di un **investimento** di £71.000 con un aumento del costo pasto di 2,9 p (circa 15 centesimi di euro), un ritorno pari a £510.000.

Per arrivare a questo dato è stato utilizzato il *Social Roi*, un metodo accreditato che consente di misurare il valore extrafinanziario rispetto all'investimento fatto integrando nell'analisi i costi e i benefici sociali, economici e ambientali, assenti dai conti convenzionali. Sono **stati quantificati**, per esempio, le emissioni di CO₂ e i costi di trasporto risparmiati (37,7 tonnellate di CO₂ in un anno) acquistando prodotti a filiera corta, le spese sanitarie evitate a causa di una riduzione dell'obesità e un migliore benessere fisico e, dal punto di vista dei fornitori, i nuovi territori convertiti al biologico.

Tanti gli aspetti positivi generati dal nuovo modello di mensa e su diversi piani: maggiore gradimento dei pasti, minori sprechi, minori costi di gestione dei rifiuti, miglioramento della salute e del rendimento scolastico, aumento delle abitudini alimentari sane, migliore apprezzamento del territorio e delle relazioni con le istituzioni e quindi maggiore consenso politico. Un approccio di sistema che ha superato il concetto di mera gara d'appalto per un servizio di ristorazione scolastica comunale e ha abbracciato l'idea di una vera food policy locale attraverso il servizio mensa.

Gli asili comunali di Pamplona

Il *Milan Urban Food Policy Pact*, firmato a Milano il 15 ottobre 2015 da oltre 160 città di tutto il mondo, ha impegnato i Sindaci a lavorare per rendere i sistemi alimentari sostenibili: filiere alimentari corte, biodiversità, servizi a sostegno dei produttori locali, riduzione di scarti e sprechi e diete sane a basso impatto. Alcuni comuni firmatari del patto hanno effettivamente trasformato l'impegno in azione avviando un cambiamento significativo in quegli ambiti dove l'alimentazione pubblica è più sensibile. È il caso di **Pamplona**, città nel Nord della Spagna, dove la firma del Patto di Milano ha segnato una rivoluzione nella gestione della mensa scolastica degli asili. **Alfredo Hoyuelos**, direttore delle scuole materne di Pamplona, ci

ha spiegato come è avvenuto il processo di cambiamento della mensa scolastica all'interno di un contesto già sensibile a questi temi perché si ispira all'approccio educativo di Reggio Emilia, che mette al centro le cucine, i cuochi e l'alimentazione.

La filosofia educativa di Reggio Emilia e la mensa sostenibile

di *Alfredo Hoyuelos*, direttore Scuole materne comunali di Pamplona

Nel 2016 il Comune di Pamplona firma il *Patto di Milano* e decide di cambiare tutto il modello alimentare degli asili di Pamplona dove ci sono cucine interne e tutto il personale è dipendente comunale. Il cambiamento principale consiste nel modificare i criteri con i quali selezionare le materie prime per le cucine: alimenti freschi e stagionali, locali, biologici, attingendo direttamente dai produttori.

Il capitolato pubblico è stato diviso in 13 lotti, ciascuno per una tipologia alimentare, dei quali 10 sono 100% biologici. Il pesce viene da pesca sostenibile, mentre il lotto della verdura è biologico al 60%. Il lotto n. 13 corrisponde a un centro di raccolta per distribuire cibo nelle scuole. È cambiato il modello di proposta del menù che ora si basa su un primo a base di verdura o cereali, che i bambini possono richiedere anche più volte, e un secondo piatto con un alimento proteico la cui porzione non si può superare perché l'indicazione dei nutrizionisti è quella di limitare la quantità di proteine al fabbisogno quotidiano raccomandato. Inoltre la frutta da fine pasto è stata anticipata a metà mattina.

Questo progetto ha coinvolto tutti, ma ha sfruttato anche il supporto di professionisti la cui competenza tecnica ci ha aiutato a realizzare l'intera progressione del cambiamento. Si tratta di un'associazione che si chiama *Menjadors Ecològics* di Catalogna, all'interno della quale c'è una grande cuoca, Nani Moré, che ha seguito la formazione del personale di cucina, delle insegnanti, delle famiglie, aiutando anche a regolare i costi, a pianificare le ricette dei piatti e a gestire la relazione con i produttori. Tutta una serie di attività di coordinamento essenziali per mantenere la coerenza del progetto. In questo momento, inoltre, con un contratto diretto del Consiglio Comunale di Pamplona abbiamo un Nutrizionista-Coordiatore delle cucine.

L'alimentazione sostenibile nei nostri asili di Pamplona è complementare al nostro progetto educativo, che coinvolge tutto il personale, creando una continuità pedagogica che unisce le attività della mattina con il momento del pasto. Un metodo pedagogico che attinge dalla filosofia di Reggio Emilia, dove la "mensa sana e sostenibile" che abbiamo realizzato dopo il patto di Milano s'inserisce perfettamente rafforzando il valore educativo, sostenibile e di salute degli asili di Pamplona.

La mensa italiana

Nel nostro Paese, all'equazione *mensa = tempo scuola* non corrisponde una strategia educativa uniforme. Il servizio di refezione scolastica non è diffuso in tutto il territorio: al Sud è presente in un istituto scolastico su due, al Nord in due terzi delle scuole (fonte: Save the Children⁴). Il gradimento del pasto a scuola viaggia intorno al 57% (fonte: Cittadinanzattiva⁵) e un terzo del cibo diventa rifiuto (fonte: studio pilota Reduce).

L'educazione alimentare è un argomento trattato nelle *Linee guida* del MIUR, ma non rientra in un ordinamento o in una riforma della scuola. Quando c'è, è frutto dell'iniziativa di insegnanti competenti e appassionate, dell'istituto scolastico, oppure del Comune, che lo prevede nel capitolato dell'azienda di ristorazione scolastica oppure sfrutta fondi che alcune Regioni destinano a supporto di politiche alimentari virtuose nelle scuole del territorio. La maggioranza dei progetti di educazione alimentare è slegata dal momento del pasto a scuola anche perché i cibi proposti in mensa non sono sempre in linea con i principi di un'alimentazione sana, o addirittura sono in conflitto con essi. Ad affermarlo sono gli insegnanti, che all'interno di un'indagine commissionata dal MIUR sulla diffusione dell'educazione alimentare nella scuola italiana⁶ mettono in luce gli ostacoli all'insegnamento di questa materia, tra i quali l'assenza di tempo per integrare una nuova disciplina, la mancanza di competenze adeguate e l'assenza di una visione che ponga l'alimentazione sana e sostenibile tra le priorità degli istituti scolastici.

La carenza di offerta di progetti di educazione alimentare e le difficoltà di accesso a fondi per il loro finanziamento bloccano sul nascere le buone intenzioni. Nonostante ciò, pullulano in Italia frammentate attività di educazione alimentare che, bene o male, seguono le indicazioni delle *Linee guida per l'educazione alimentare* del MIUR. Rispetto a Paesi come la Scozia e il Giappone, che hanno inserito l'educazione alimentare all'interno di una food policy articolata, in Italia mancano investimenti che permettano di avviare un approccio sistemico; parallelamente, manca un ordinamento che trasformi in legge e in progetti attuativi le buone intenzioni delle linee guida: la teoria non basta, servono mezzi e criteri di applicazione.

In assenza di fondi e leggi ad hoc, l'educazione all'alimentazione sana e sostenibile resta in mano alla buona volontà dei dirigenti scolastici e

4. Save The Children, "(Non) Tutti a Mensa 2018", Rapporto, 2018.

5. Cittadinanzattiva, "Servizi in... Comune. Tariffe e qualità di nidi e mense", Il Dossier, 2018.

6. MIUR, "L'educazione alimentare nelle scuole italiane", Rapporto di Ricerca 2018 foodedu@school, testo disponibile al sito: www.miur.gov.it/documents/20182/0/Ricerca.pdf.

di qualche assessore. Nonostante ciò, ci sono esempi virtuosi che dimostrano che è possibile mettere a punto una strategia nazionale coordinata, dove la mensa sana e sostenibile alimenta filiere locali capaci di cambiare la cultura e il tessuto sociale del territorio, portando ricchezza e benessere. La mensa scolastica può trasformarsi in un volano per l'economia e per lo sviluppo del Paese: un obiettivo non solo auspicabile ma certamente possibile dal momento che l'Italia, forse più della Scozia, sul cibo ha molto da dire.

1.2. I modelli di educazione alimentare in Italia

L'elemento chiave che unisce i progetti di successo è il coinvolgimento, la capacità di trasmettere valori e conoscenze che solo i processi educativi possono esprimere, modellare e calare nella realtà. Il nostro osservatorio ha scoperto esperienze efficaci e replicabili di un'educazione alimentare che è anche educazione al gusto e alla sostenibilità; progetti che partono dalle nostre radici e aprono lo sguardo verso prospettive nuove, producendo un sapere contagioso che cambia la cultura di tutta la comunità scolastica e del suo territorio di riferimento.

Di questo parliamo nel libro. Parliamo delle esperienze attraverso le quali il cibo a scuola è diventato uno strumento per esplorare il mondo ed entrare in sintonia con esso, dei progetti che hanno collegato l'educazione alimentare al pasto scolastico scoprendo – o riscoprendo – saperi legati ad altri ambiti di azione e relazione: il rapporto con la terra, il rispetto dell'ambiente e del lavoro, la comunità, le radici, l'identità.

La scuola legata al territorio

Esempio rappresentativo di questo approccio è l'Istituto Comprensivo **Santa Marina di Policastro** (Salerno), dove la dirigente **Maria de Biase** ha integrato educazione alimentare, rispetto per l'ambiente, gusto e identità storico-culturale del territorio, riuscendo a stravolgere le vecchie regole per mettere al centro la salute dei bambini e della terra.

Nelle sue interviste e conferenze, la dirigente racconta una scuola che fa sognare molti maestri, perché ha saputo superare quelle barriere burocratiche che spesso spengono le buone intenzioni del corpo docente e ha creato le condizioni per una nuova didattica, moderna ma radicata nel passato. Con questa chiave di lettura ha avviato una serie di iniziative coordinate tra loro e ha costruito quella che chiama "la scuola della terra", come lei stessa racconta.

La scuola della terra

di *Maria de Biase*, dirigente scolastica

Credo che la scuola sia in un momento di crisi profonda. Fortunatamente tante realtà scolastiche provano a proporre altre modalità, meno rigide e più contemporanee. "Cambiare l'educazione per cambiare il mondo" è la riflessione che spesso mi passa per la testa. Continuo a pensare che solo trasformando la scuola e le scuole possiamo di nuovo acquisire speranza. Nonostante l'inerzia della scuola e la conformità che caratterizza la maggior parte degli operatori scolastici in questi anni, ho provato a portare dei piccoli cambiamenti all'interno della scuola dove lavoro. Il cambiamento è difficile, è un processo lento, ma considero comunque la scuola una costruzione umana, quindi può essere messa in discussione. Nulla può essere più rilevante di un cambiamento radicale e ampio dell'educazione.

Ritengo la scuola, così come è organizzata oggi, un luogo fortemente disumanizzante, freddo, rigido e con poco spazio per la convivialità, per la creatività sia degli studenti che degli adulti che vi lavorano.

Ho introdotto qualche principio ecosostenibile:

- educazione alla ruralità: realizzazione di piccoli orti in ogni plesso, piantumazione di alberi da frutta, stagionalità, km0;
- educazione alimentare: eliminazione delle merendine e degli snack, valorizzazione della dieta mediterranea. Eco-merende a scuola a base di pane e olio, marmellate fatte in casa, spremute di agrumi locali, macedonie di frutta fresca preparata da maestre e alunni, torte delle mamme, frutta fresca e secca, biscotti preparati a scuola. Il cibo, consumato insieme, condiviso, narrato è un ottimo costruttore di legami. Basti pensare a quanto si sentono accolti gli alunni provenienti da Paesi lontani, coinvolti in laboratori del gusto;
- buone pratiche ambientali: attenzione alla raccolta differenziata, costruzione di compostiere domestiche, produzione di compost per gli orti della scuola, eliminazione dell'usa e getta. Le nostre mense sono a rifiuti zero. L'uso della plastica è stato notevolmente ridotto, l'acqua a tavola è servita in brocche di vetro, gli alunni utilizzano i bicchieri di plastica rigida, per la merenda. La scuola è fornita di bicchieri di vetro. Abbiamo acquistato una lavastoviglie esclusivamente per l'eco-merenda.

Realizziamo numerosi laboratori di recupero e riciclo. Solo qualche esempio:

- costruzione di strumenti musicali con materiale di scarto e formazione di una piccola orchestra;
- costruzione di piccoli oggetti con ritagli di pelle regalati da una fabbrica di scarpe locale (borse, borsette, portaocchiali, portacellulare, porta-ta-blet, astucci ecc.);
- costruzione di piccoli oggetti con le cialde del caffè (collane, orecchini ecc.);

- recupero di carta e cartone per la costruzione di piccoli oggetti;
- recupero della carta vecchia per laboratori di carta riciclata;
- raccolta, presso i bar, delle buste di caffè e costruzione di borse piccole e grandi;
- raccolta dell'olio esausto alimentare e produzione di saponette. Sono state recuperate, grazie all'aiuto delle nonne, alcune ricette locali e oggi si realizzano vari tipi di saponette: neutre, aromatizzate con erbe selvatiche, alla camomilla, agli agrumi, alla cannella, con sabbia e acqua di mare... il sapone ottenuto è utilizzato nei bagni della scuola, il resto viene "venduto" nei mercatini della solidarietà della scuola, insieme ai tanti altri manufatti realizzati nei laboratori scolastici. Il ricavato è utilizzato per sostenere progetti di solidarietà: una parte la utilizziamo per comprare ticket mensa per le famiglie più bisognose, libri, strumenti musicali e così via; una parte per sostenere un orfanotrofio in India.

Tutta la didattica è stata rivista e, laddove possibile, rinnovata. Ho messo l'ambiente, la natura al centro dell'apprendimento.

Il fuori è un'occasione speciale per fare scuola e per stimolare l'autoapprendimento. Ritengo il nostro orto-giardino, i boschi, il mare, il fiume "aule didattiche decentrate" (F. Frabboni).

L'ambiente naturale è dinamico, complesso, imprevedibile, ed è proprio questo aspetto, apparentemente disordinato e non predefinito, ma armonico, a favorire l'esplorazione, a promuovere la curiosità e a tenere alta la concentrazione degli alunni. In questo modo i saperi omologati che propone di solito la scuola, divengono veri, originali, scelti.

La scuola da non-luogo diventa un ambiente caldo, accogliente, creativo. È un processo lento e difficile. Ci imbattiamo tutti i giorni con la forza di resistenza al cambiamento esercitata dal mondo adulto e normativo. Il delirio igienista e le normative, spesso schizofreniche, rallentano il nostro lavoro. Basti pensare che qualche anno fa sono stata premiata dal Parlamento Europeo per le buone pratiche realizzate a scuola, mentre secondo le leggi italiane la maggior parte di ciò che proponiamo nella nostra scuola è illegale!

Bisognerebbe trovare il coraggio di rivedere tutto l'impianto normativo, stabilire cosa è pulito e sano e cosa non lo è, intraprendere una lotta vera contro lo spreco e il superfluo, comprendere cosa far crescere e cosa limitare.

Se continuiamo a tenere in vita una scuola nozionistica, superficiale, massificata, competitiva, spesso amorale, se continuiamo a dare valore al denaro e alla competizione e non favoriamo la promozione della pace, della fratellanza e della giustizia, allora non costruiremo mai quel mondo migliore a cui tutti aspiriamo.

Il discorso è lungo e complesso. Con questa estrema sintesi ho solo voluto raccontare la fatica e l'umiltà di provare a costruire una piccola scuola cilentana favorendo un clima positivo, ricco di relazioni, di aiuto reciproco e di condivisione.