

Progetto di Comunità MONTAGNE DI SALUTE_ MENU' BOLLINO VERDE

Il territorio dell'appennino reggiano si pone da diversi anni l'obiettivo di promuovere uno stile di vita sano e di facilitare le scelte di salute, attraverso l'integrazione di risorse sanitarie, sociali, economiche e ambientali.

E' nato così il progetto Montagne di salute, che coniuga la promozione dell'attività fisica con l'adesione ad una sana alimentazione, avendo attenzione da un lato alla riscoperta di percorsi storico-naturalistici dell' Appennino, dall'altra la valorizzazione di antichi saperi e sapori gastronomici propri dei ristoratori presenti sul territorio, capaci di coniugare gusto e salute.

I punti di forza del progetto riguardano **la promozione di stili di vita corretti** per il mantenimento di una buona salute e qualità della vita, il coinvolgimento nei territori dei cittadini singoli e delle associazioni quali attori della propria salute, l'importanza del movimento fisico e dell'alimentazione nel promuovere corretti stili di vita e la consapevolezza che anche i cittadini clienti sono interessati al loro benessere e alla loro salute.

Nell'ambito del Progetto di Comunità Montagne di Salute che vede collaborare nell'ambito territoriale del distretto della montagna reggiana sanità, istituzioni, Comuni, Parco Nazionale, Associazioni di volontariato e Scuole, al fine di promuovere corretti stili di vita, è stata organizzata l'iniziativa "Menu Bollino Verde": gli esercizi che hanno aderito alle finalità del progetto hanno effettuato incontri formativi e di condivisione con gli esperti del SIAN, ed elaborato con arte e creatività il proprio menù, da oggi facilmente identificabile attraverso il bollino "Montagne di salute-Menu bollino verde" apposto all'ingresso dei locali.

L'iniziativa, alla quale sono stati invitati tutti i ristoratori dei dieci comuni dell'Appennino reggiano, ha lo scopo di coniugare Gusto e Salute, valorizzando stagionalità, tipicità territoriale e qualità nutrizionale

I principi alla base dell'iniziativa, all'avanguardia per l'intreccio tra mondo della sanità, istituzioni, Comunità, per la costruzione di un nuovo modo di intendere la Salute e di costruire alleanze con i cittadini sono:

- Gli stili di vita corretti sono molto importanti per il mantenimento di una buona salute e di una buona qualità di vita;
- tra gli stili di vita il movimento fisico ed una corretta alimentazione sono fondamentali;
- i cittadini – clienti, residenti e turisti, sono sempre più attenti a stili di vita salutari;
- il nostro Appennino, palestra a cielo aperto, può sviluppare attrattività turistica anche promuovendo attività e prodotti legati alla salute e al benessere.

I ristoratori che ad oggi non hanno aderito ma che hanno intenzione di aderire all'iniziativa si possono rivolgere al Distretto e lasciare i propri riferimenti, in quanto le iniziative proseguiranno.

Il Progetto Montagne di Salute, in collaborazione con Lilt- Luoghi di Prevenzione di Reggio Emilia, presentato a Milano in occasione di EXPO, presso la sede di Cascina Triulza in un workshop dedicato è una ulteriore occasione per “costruire salute e guardare avanti, come cittadini e come comunità”.

Il Responsabile del Progetto di Comunità
Montagne di Salute
Dott.ssa Maria Luisa Muzzini.

