

Brescia, 26 gennaio 2015

Gentilissima/o

ti ringraziamo per avere aderito al progetto “**Il cucchiaino diabetico**”, siamo certi che sarà per te fonte di soddisfazione e condivisione di valori fondanti per la nostra società.

Il valore del cibo è fondamentale per il nostro vivere e tu aderendo sottolinei questo valore; puoi farti veicolo, **molto importante**, per una alimentazione corretta ed appropriata che sia davvero quello che è il nostro primo motto: “**Il cibo è il nostro 1° (primo) alleato non medicalizziamo**” difatti è bene anche ricordare ciò che disse **Ludwig Feuerbach**: “**L’uomo è ciò che mangia**”, e **se questo è vero, come è vero, perché non alimentarsi meglio ???**

Se vorrai potrai contattare “Diabete Brescia ONLUS – Diabetici di Brescia e Provincia” via mail: sede@diabetebrescia.org oppure info@diabetebrescia.org o telefonicamente al 3277888581.

Per aderire al protocollo, firma l’ultima pagina di questo modulo e spedisilo al seguente indirizzo:

Diabete Brescia ONLUS – Diabetici di Brescia e Provincia
Via Padana Superiore, 100
25045 – Castegnato (BS)

Ricordati di indicare il nome del locale, la località ed il telefono, il resto delle informazioni se non le indicherai sarà nostra cura reperirle.

Ti ricordiamo che se vorrai far conoscere **le tue ricette** potrai farlo inviando una mail agli indirizzi sopradescritti indicando gli ingredienti con le grammature, il procedimento analitico, e possibilmente una foto della pietanza finita.

Ti siamo grati per la condivisione di questo comune obiettivo e cordialmente ti salutiamo.

Diabete Brescia ONLUS
Diabetici di Brescia e Provincia
Il Consiglio Direttivo

Visto da “Diabete Brescia ONLUS – Diabetici di Brescia e Provincia”:

“Il cucchiaino diabetico” è un progetto che nasce dalla sinergia di più attori interessati alla buona cucina. Il titolo potrebbe essere fuorviante in quanto evoca una patologia come quella diabetica che viene generalmente ritenuta limitativa dell’introito del cibo, questo però è solo un “falso d’autore” in quanto la corretta alimentazione dovrebbe essere una regola per tutta la popolazione da quando si nasce a quando si abbandona questa terra.

In realtà la corretta alimentazione è il miglior viatico per una vita vissuta nel migliore dei modi, rispettando questa regola l’uomo vive meglio, come ebbe a dire Ludwig Feuerbach (filosofo tedesco del 19° secolo): “L’uomo è ciò che mangia”, dato che questo è vero allora: “perché non alimentarsi meglio?”.

Inizialmente “Il cucchiaino diabetico” è stato proposto e realizzato negli Istituti Alberghieri della provincia dagli allievi chef seguiti dai loro Professori: IPSSAR “Caterina de Medici” di Gardone Riviera e Desenzano, ENAC CFP Canossa di Brescia; nel 2014 siamo alla quarta edizione, prossimamente il progetto sarà presentato e proposto anche agli altri Istituti della provincia con la certezza che saranno accolti favorevolmente, visti i risultati delle edizioni precedenti.

Per questo motivo già nella presentazione è fatto riferimento che, dopo aver consolidato il progetto con gli Istituti, lo stesso sarebbe stato proposto alla “ristorazione tradizionale”, pensiamo che il momento sia maturo per questo ulteriore passo. La ristorazione è per la popolazione italiana un elemento di importanza vitale, senza tema di smentita possiamo affermare che abbiamo il miglior menù mondiale, e questo ci viene riconosciuto in omnibus, l’OMS giudica la “dieta mediterranea patrimonio dell’umanità”, questo però deve essere coltivato e rispettato soprattutto da chi è preposto ad alimentarci nelle nostre manifestazioni gioiose, nelle quali per natura stessa dell’uomo ci si lascia andare ad un approccio al cibo più rilassato, anche eccedendo nell’introito che non è assolutamente da demonizzare in quanto non esiste regola senza eccezione.

Il buon ristoratore quindi è colui che miscela il piacere della tavola con la correttezza alimentare, esaltando il gusto e utilizzando risorse di un approccio mediterraneo senza necessariamente eccedere nelle calorie o condimenti o altro che potrebbero creare problemi al commensale, appunto: **“Il cucchiaino diabetico”**.

Pietro Attilii
Presidente

Visto da “Slow Food Brescia”:

Dal cibo alla salute

Perché Slow Food si occupa anche di salute?

Mangiare bene è un elemento chiave per avere una buona salute. Tra le molte funzioni del cibo, quindi, tra i molti diritti di cui esso è vettore, c’è quello alla salute. Questo però significa anche che al destino del cibo è legato il destino di quei diritti. Nel mondo contemporaneo, dominato dal mercato, il cibo – con i valori e i diritti a esso collegati – è diventato merce. Il cibo si vende, si compra, si spreca. Lo stesso accade con la salute.

Nel mondo ricco, che unisce il danno di un cibo altamente industrializzato a quello di uno stile di vita sempre più sedentario, malattie come l’obesità, il diabete e i disturbi cardiocircolatori sono a livelli di allarme epidemiologico. Che cos’è questo se non uno spreco di salute? Nel mondo ricco si sviluppano rimedi per disturbi che potrebbero essere evitati. Ma evitare i disturbi non è funzionale al mercato, sicché le risorse che potrebbero andare in educazione e prevenzione, in ricerca e studio,

non trovano canali; e consumatori sempre meno competenti in fatto di cibo si ammalano sempre di più, e comprano sempre più medicine. La salute è una merce. Dove non ci sono soldi c'è fame di salute, ma al mercato quegli ambiti non interessano. È molto redditizio creare – semplicemente non investendo in formazione – un ricco consumatore ignorante, che mangerà male e il cui colesterolo andrà alle stelle: lui potrà poi comprare farmaci e nutraceutici, i quali molto probabilmente non saranno di alcun aiuto senza cultura alimentare, ma questo non è un problema del mercato, anzi; dall'altra parte del mondo, intanto, un povero si ammala di malaria, ma non può comprare un rimedio che infatti non viene studiato. Il mercato non è in grado di rimediare ai danni che causa: occorre intervenire per contrastare sia l'incremento delle “malattie da benessere”, sia la fame e la malnutrizione. Occorre considerare la salute un bene comune. La salute di un individuo è parte di un sistema di interdipendenze, è parte della salute di una comunità e della sua capacità di prendersi cura del proprio territorio, di se stessa, del proprio futuro. La salute è un bene comune perché riguarda non solo le generazioni presenti, ma anche le future. A loro trasmettiamo un ambiente e una quota di salute che hanno direttamente a che fare con il modo in cui ci comportiamo e ci nutriamo oggi. E vale per la salute ciò che vale per gli altri beni comuni: - ognuno ha il diritto di avervi accesso - ognuno ha il dovere di non sprecarla e di favorire le condizioni per il suo rinnovo, la sua conservazione e la sua equa distribuzione. La strada che mi porta, attraverso la scelta di cibo inadeguato al mio corpo, a creare le condizioni del mio personale diabete, è la stessa con cui sostengo un sistema alimentare che, per esempio, inasprisce i cambiamenti climatici, creando le condizioni per la siccità in parti del mondo in cui le persone potrebbero stare meglio se io mi fossi comportato diversamente, e che non hanno né ricchezza sufficiente per ricomprare la loro salute, né responsabilità nel danno di salute che è stato loro creato. Le produzioni alimentari sostenibili, unite a una adeguata educazione del cittadino consumatore, contribuiscono a creare e mantenere salute: per questo riteniamo che quello della salute sia un ambito di competenza di Slow Food.

La Presidente

Carla Verzelletti

Visto dal “Dottor Antonio Paroli - Endocrinologo, Diabetologo, Nutrizionista”:

Chi come me si occupa di Diabete Mellito e Nutrizione dalla fine degli anni 70 è stato testimone volontario e no di alcuni radicali cambiamenti del mondo della alimentazione applicata alle patologie croniche in particolare al Diabete Mellito.

Ho vissuto gli anni in cui anche negli Ospedali, nelle sedi Universitarie (nei luoghi scientificamente più accreditati) si vedevano come uno spauracchio per diabetici il pane , la pasta, la polenta, la frutta che venivano proscritti a questo tipo di pazienti che quindi si imbottivano loro malgrado di proteine ed acidi grassi con tutti i risvolti aterogeni che questo comportava.

Per fortuna nel decennio successivo grazie alle scoperte scientifiche di autori anglosassoni ma anche allo sforzo ed ai lavori di medici italiani come Fidanza, della scuola napoletana dei Mancini, dei Riccardi, dei Contaldo e dei Giugliano si è fatta luce e finalmente è stata applicata l'impostazione della Dieta Mediterranea promossa in Italia nel Cilento salernitano da Ancel Keys medico americano che a Pioppi dove oggi ci sono le vestigia del suo lavoro e un Museo della Dieta Mediterranea visse lavorò e morì a 100 anni esatti nel 2004.

Oggi la Dieta Mediterranea che promuove soprattutto le risorse della Terra e i prodotti autoctoni della nostra magnifica penisola finalmente ha guadagnato il ruolo che le compete come patrimonio

dell'UNESCO, ma soprattutto rappresenta il cardine nutrizionale e, con l'esercizio fisico, il primo insostituibile supporto medico per la cura del diabete e delle patologie metaboliche.

Nessuna patologia come il Diabete e l'Obesità che rappresentano un continuum, abbisognano di una particolare attenzione dietetica mirata e credo che il compito di un buon diabetologo sia oggi anche e soprattutto di conoscere e divulgare i dettami di un "mangiar sano, corretto ma anche piacevole". In questo senso la mia posizione si trova a pennello tra i bisogni del diabetico e la filosofia di Slow Food e credo che questa collaborazione multidisciplinare non possa che giovare alla popolazione diabetica che ormai interessa il 7-8% della popolazione mondiale, quindi qualcosa come quasi 500 milioni di persone che spesso oggi vengono ingannate da falsi e facili miti dietetici che hanno solo interessi commerciali e nulla di scientificamente dimostrato.

È compito di noi tutti addetti ai lavori tenere un alto profilo che permetta di offrire al diabetico il meglio della scienza e della cultura applicandolo anche all'alimentazione ed all'enogastronomia.

Dottor Antonio Paroli

Endocrinologo, Diabetologo, Nutrizionista

Affiliato Slow Food

Visto da "A.R.T.Ho.B.":

Occuparsi dei propri ospiti con passione e professionalità significa anche avere l'accortezza di offrire a tutti la possibilità di partecipare ad un momento conviviale quale può essere un pranzo o una cena. L'Associazione Ristoratori Bresciani è ben lieta di sposare un'iniziativa socialmente importante com'è quella del Cucchiaino Diabetico. Stiamo lavorando per fare crescere nei nostri associati la capacità di fare fronte a tutti i temi che oggi riguardano il rapporto della tavola con la salute. Essere un ristoratore che sa offrire ai propri avventori un menù studiato per coloro che hanno la necessità, per motivi anche di salute, di seguire diete specifiche, significa essere un riferimento per tutti, significa non limitare chi ama la buona tavola a scelte obbligate. Significa essere un'opportunità, significa essere imprenditori, oltre che avveduti, anche preparati ed aggiornati. ARTHoB è assolutamente in linea con questa iniziativa, che promuove e sensibilizza rispetto ad un tema, che in qualche modo, proprio a tavola, richiede attenzione e scrupolosità. La nostra Associazione ritiene davvero importante promuovere il progetto, ed esserne, attraverso i suoi Associati, cassa di risonanza.

Attraverso un'informazione puntuale rispetto agli obiettivi dell'iniziativa in oggetto, ARTHoB si occuperà dunque di sensibilizzare i ristoratori associati affinché proponano, all'interno del proprio menu, ricette che possano rispettare anche le esigenze di coloro che soffrono di diabete, o solo, semplicemente, che intendano avvalersi di una cucina rispettosa della salute di tutti.

I ristoranti aderenti all'iniziativa ed i menù studiati ad hoc per la stessa saranno pubblicati all'interno del sito istituzionale dell'Associazione.

Emanuela Rovelli

Presidente

Regole di adesione al presente "Protocollo di Intesa"

I quattro promotori:

Diabete Brescia ONLUS – Diabetici di Brescia e Provincia, Slow Food Brescia, Antonio Paroli, A.R.T.Ho.B. sono i "Promotori" del presente progetto. Il "Protocollo di Intesa" è rivolto a tutti i

“Ristoratori ed Hostarie della Provincia di Brescia”. Qualsiasi comunicazione da e per il Ristoratore deve essere concordato dai quattro promotori e, redatto da Diabete Brescia ONLUS, deve essere trasmesso agli stessi tramite copia, mail, o altro metodo di comunicazione tracciabile. Il registro delle adesioni, revoche, comunicazioni, ecc., viene tenuto per conto dei quattro promotori da “Diabete Brescia ONLUS – Diabetici di Brescia e Provincia” ed è a loro disposizione in qualsiasi momento volessero consultarlo.

Il Ristoratore e l’Oste:

L’adesione al presente protocollo impegna il Ristoratore e l’Oste alla offerta ai propri clienti di un menù che rispetti i principi sopra enunciati. Il Ristoratore e l’Oste che aderisce sarà inserito in un elenco dei ristoratori: nelle manifestazioni che saranno realizzate, citazione in eventuali promozioni, nel sito di “Diabete Brescia ONLUS – Diabetici di Brescia e Provincia” alla voce “Il cucchiaino diabetico”, nel sito di “Slow Food Brescia”, nel sito di “A.R.T.Ho.B.”, senza che questo comporti nessuna spesa per il Ristoratore e l’Oste. **Il Ristoratore o l’Oste che non rispetta i requisiti sopra enunciati perde i diritti appena esposti.**

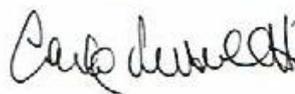
Brescia, maggio 2014



*Il Presidente
Pietro Attilii*



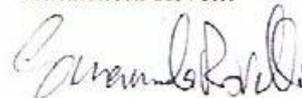
*La Presidente
Carla Verzelletti*



*Dott. Antonio Paroli
Endocrinologo
Diabetologo
Nutrizionista*



*La Presidente
Emanuela Rovelli*



Data, timbro e firma dell’Aderente