

Perché una giornata della pausa latte? Per tanti buoni motivi

Questo documento vuole servire a Lei, che organizza la Giornata della pausa latte, per comunicare con la direzione della scuola, i genitori e i docenti. Per l'organizzazione, La invitiamo a tenere conto anche della lista di controllo che trova su www.swissmilk.ch/pausalatte. Se ha domande, la responsabile del progetto Anne Etienne è volentieri a Sua disposizione (anne.etienne@swissmilk.ch o 031 359 57 54).

Perché una Giornata della pausa latte?

La Giornata della pausa latte è un appuntamento annuale, organizzato in tutta la Svizzera da Swissmilk con la collaborazione dell'Unione svizzera delle donne contadine e rurali (USDCR). Vi partecipano circa 260'000 allievi. All'ora della ricreazione, le contadine o altre persone volontarie offrono un bicchiere di latte alle classi della loro regione in quella che diventa così un'occasione particolare di condivisione e di incontro con l'agricoltura.

Apprendere attraverso l'esperienza

La Giornata della pausa latte offre un approccio sensoriale al cibo, attento alle sue caratteristiche organolettiche: questo momento di esperienza diretta permette di integrare nel programma temi quali l'alimentazione, l'agricoltura e la sostenibilità, previsti dal *Piano di studio della scuola dell'obbligo*. Assaporare assieme agli altri un bicchiere di latte è l'occasione per vivere in compagnia una nuova esperienza gustativa.

Avvicinarsi all'agricoltura della regione

Il latte è distribuito in gran parte da contadine della regione. In questo modo le allieve e gli allievi incontrano di persona chi, non lontano dalle loro aule, produce quotidianamente il cibo di cui si nutrono. Un modo per capire da dove vengono gli alimenti e per gettare un ponte tra mondo urbano e mondo rurale.

Assaporare il cibo in modo consapevole

La Giornata della pausa latte vuole essere un piacevole momento di condivisione, durante il quale le allieve e gli allievi vivono una ricreazione un po' diversa dal solito, prendendosi il tempo di assaporare e apprezzare uno spuntino genuino e prodotto nella regione.

Risposte ad altre domande frequenti

1. «Oggi il latte non fa più parte delle raccomandazioni per un'alimentazione sana durante l'infanzia.»

Nelle raccomandazioni emesse in Svizzera dalle autorità, dalle esperte e dagli esperti di nutrizione, il latte svolge un ruolo importante in un'alimentazione sana durante l'infanzia. Tre porzioni quotidiane di latte e latticini forniscono calcio, proteine e altre sostanze nutritive.ⁱ Una porzione corrisponde, ad esempio, a 2 dl di latte o 150-200 g di yogurt.ⁱⁱ

2. «E se vi sono allieve o allievi intolleranti al lattosio?»

Per le allieve e gli allievi che hanno un'intolleranza al lattosio si può prevedere la distribuzione di latte delattosato. La preghiamo di ricordarsi di questo aspetto nell'organizzazione della Giornata della pausa latte.

3. «La nostra scuola vieta le bevande al latte zuccherate.»

In linea di massima, per la Giornata della pausa latte raccomandiamo di servire solo latte al naturale. Eventualmente, si può distribuire anche latte aromatizzato (Ovomaltina o polverina per frullati al sapore di fragola). A condizione di avere l'accordo della direzione, analogamente a quanto capita in occasione delle feste di compleanno.

4. «E se vi sono allieve o allievi vegani?»

La partecipazione alla Giornata della pausa latte è facoltativa. Nessuno è obbligato a bere il bicchiere di latte che viene offerto per l'occasione.

5. «Le bevande vegetali sono più ecologiche del latte.»

Se si considera solo l'impatto ambientale per litro prodotto, sovente le bevande vegetali ottengono risultati migliori. Tuttavia, il latte e le bevande vegetali sono difficilmente comparabili, soprattutto per quanto riguarda il contenuto di sostanze nutritive. Se oltre all'ambiente si tiene conto anche dell'apporto nutritivo, ad esempio di proteine e calcio, il latte ottiene un punteggio migliore: contiene in modo del tutto naturale molte sostanze nutritive importanti. Quindi, per un paragone veramente completo bisognerebbe considerare anche questo aspetto.

La situazione geografica e climatica della Svizzera è propizia alla produzione di latte. Non bisogna dimenticare che nel nostro paese due terzi dei terreni agricoli non sono adatti alla campicoltura e sono coperti di erba. Questi prati forniscono al bestiame da latte foraggio di ottima qualità e, nello stesso tempo, proteggono il suolo dal dilavamento e dall'erosione. Per questo il latte svizzero un alimento a chilometro zero, ossia ecologicamente sensato e sostenibile.

6. «E il benessere animale?»

La Svizzera ha adottato da tempo una delle legislazioni più severe al mondo in materia di benessere animale.ⁱⁱⁱ ^{iv} Il benessere animale è un tema molto interessante da approfondire in classe. Swissmilk mette volentieri a disposizione dispense e altro materiale dedicato a questo tema.

7. «Swissmilk utilizza la Giornata della pausa latte per fare pubblicità e non possiamo accettarlo.»

Nelle scuole i loghi e il materiale pubblicitario sono utilizzati solo con molta moderazione. Swissmilk non pubblicizza alcun prodotto specifico, ma rappresenta semplicemente una categoria di alimenti, ossia il latte e i latticini. Il materiale didattico proposto trasmette informazioni oggettive, è conforme al *Piano di studio della scuola dell'obbligo* e aiuta ad approfondire in classe tematiche legate alla produzione di latte.

8. «È possibile combinare la Giornata della pausa latte con una visita in fattoria?»

Il progetto «**Scuola in fattoria**» offre alle classi l'opportunità di recarsi sul luogo dove è prodotto il latte e di avvicinarsi direttamente all'agricoltura e agli animali. Visitare una fattoria è un complemento ideale alla Giornata della pausa latte. Su appuntamento, le aziende agricole svizzere accolgono con piacere le classi durante tutto l'anno. Per ulteriori informazioni, rimandiamo al sito del progetto: www.scuolainfattoria.ch

Bibliografia:

ⁱ Società svizzera di nutrizione (SSN) (2019). *L'alimentazione dei bambini*: https://www.sge-ssn.ch/media/Scheda_informativa_alimentazione_dei_bambini_2017.pdf

ⁱⁱ Ufficio federale della sicurezza alimentare e di veterinaria (USAV) (2021). *Piramide alimentare svizzera*. <https://www.blv.admin.ch/blv/it/home/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/empfehlungen-informationen/schweizer-ernaehrungsempfehlungen.html> (consultata il 5 gennaio 2023)

ⁱⁱⁱ Ufficio federale della sicurezza alimentare e di veterinaria (USAV) (2024). *Protezione degli animali*. <https://www.blv.admin.ch/blv/it/home/tiere/tierschutz.html> (consultata il 18 aprile 2024)

^{iv} Agridea (2018). *Comparaison du bien-être et de la protection des animaux dans la production de viande entre la Suisse et ses pays fournisseurs en 2018*. https://www.agridea.ch/fileadmin/AGRIDEA/Theme/Production_animaux/Bien-etre_et_sante_animale/Etude_comparative_bien-etre_et_protection_des_animaux.pdf