

## Un rinnovato successo per la giornata della pausa latte

Numerose scuole di tutta la Svizzera accolgono per la 22a volta l'annuale Giornata della pausa latte. In Ticino si è tenuta ieri 26 ottobre, grazie alle numerose aderenti dell'Unione svizzera delle donne contadine e rurali USDCR che organizzano ogni anno la distribuzione di un buon bicchiere di latte a circa 9800 tra bambini e adolescenti, dagli asili nido alle scuole dell'infanzia, dalle elementari alle medie. Nella Svizzera tedesca e romanda la Giornata della pausa latte avrà luogo il 31 ottobre.

Grazie al prezioso sostegno dell'Unione svizzera delle donne contadine e rurali (USDCR), ma anche dei genitori, dei docenti e delle numerose altre persone che hanno dato una mano sul posto, ieri, in occasione della Giornata della pausa latte, classi di tutti i cicli, dalla scuola per l'infanzia alla quarta media, hanno potuto assaporare un fragrante bicchiere di latte.

### Un opuscolo e la settimana «Fresco in tavola» per approfondire il tema in classe

Da oltre 20 anni, l'obiettivo della Giornata della pausa latte è far meglio conoscere il latte ai bambini e agli adolescenti in età scolastica, sottolineandone le proprietà nutritive e mostrando loro come sia un ottimo spuntino per la ricreazione. Per approfondire la tematica, Swissmilk propone ai docenti anche una settimana speciale intitolata «Fresco in tavola», con materiale didattico dedicato al latte in particolare e all'agricoltura in generale, che è possibile utilizzare in modo molto flessibile. Il materiale per la settimana speciale «Fresco in tavola» è disponibile sulla pagina [www.swissmilk.ch/scuola](http://www.swissmilk.ch/scuola), assieme a un dettagliato dossier dedicato al problema dello spreco alimentare, poster e opuscoli sugli spuntini della ricreazione, nonché dispense numerose e variate. In questo modo il latte resta un tema di discussione e di approfondimento anche dopo la ricreazione speciale di questa giornata.

### Latte e latticini: gli esperti consigliano 3 porzioni quotidiane

L'Ufficio federale della sanità pubblica, la Società svizzera di nutrizione e gli esperti di alimentazione raccomandano di consumare tre porzioni di latte e latticini al giorno: ad esempio 1 bicchiere di latte, 1 vasetto di yogurt e 1 pezzo di formaggio. Alle nostre latitudini il latte è un elemento base dell'alimentazione, contribuisce in modo decisivo all'apporto di sostanze nutritive e, per queste ragioni, fa parte di una dieta equilibrata sia durante l'infanzia sia in età adulta.

### Informazioni supplementari

#### Anne Etienne

Responsabile del progetto Scuole  
031 359 57 54

#### Reto Burkhardt

Direttore Comunicazione PSL  
079 285 51 01

### Informazioni supplementari e link

Giornata della pausa latte

[www.swissmilk.ch/pausalatte](http://www.swissmilk.ch/pausalatte)

Materiale didattico (e-learning, poster, opuscoli, dispense):

[www.swissmilk.ch/scuola](http://www.swissmilk.ch/scuola)

Settimana speciale «Fresco in tavola»:

<https://www.swissmilk.ch/fr/1-ciclo-settimana-speciale-fresco-in-tavola/>

Dossier «Tutti uniti contro lo spreco alimentare»:

<https://www.swissmilk.ch/fr/il-latte-a-scuola/foodwaste-it/>