



# AREA TEMATICA 1

## ALIMENTAZIONE

---

Il Programma WHP prevede l'attuazione graduale di Pratiche, raccomandate e sostenibili, suddivise per sei Aree Tematiche

## Buona pratica 1.1 | Mensa aziendale

Definire con la ditta-gestore e/o con il personale interno addetto, un capitolato o un menù ad un'offerta di alimenti salutari e bilanciati che comprenda:

- offerta esclusiva di pane con ridotto contenuto di sale
- utilizzo esclusivo di sale iodato
- pane integrale sempre disponibile
- frutta e verdura presenti nel menù di tutti i pasti serviti in azienda e non sostituibili con dolce o altri piatti

Realizzare percorsi formativi per il personale della ditta-gestore e/o degli addetti interni sulla preparazione e composizione equilibrata del pasto e sulle porzioni corrette

Realizzare iniziative informative per i fruitori della mensa sulla composizione equilibrata del pasto e sulle porzioni corrette (affissione di manifesti, messaggi sulle tovagliette della mensa, consegna di materiale promozionale, allegati alla busta paga, servizio di messaggistica sulla corretta alimentazione, ...)

## Buona pratica 1.2 | Distributori automatici di alimenti

Definire con il soggetto gestore un capitolato che comprenda:

- il 30% di prodotti salutari (alimenti con contenuto calorico non superiore a 150 Kcal e contenuto in grassi non superiore a 5 gr)
- frutta, frutta secca e verdura (possibilmente fresca e di stagione) sempre disponibile
- presenza nell'area dei distributori cartelli che riportino la piramide alimentare e/o il decalogo INRAN per una sana alimentazione e/o il regolo per il calcolo del Body Mass Index
- presenza di un referente incaricato del controllo periodico del rispetto dei requisiti di cui sopra e della segnalazione delle non conformità

## Buona pratica 1.3 | Bar interni

Condividere con i gestori specifici requisiti organizzativi e concertare proposte per garantire la presenza di un'offerta di pasti salutari

## Buona pratica 1.4 | Area refezione

Predisporre un'area dove sia possibile consumare alimenti portati da casa, creando un ambiente adeguato e confortevole in cui garantire la presenza di:

- distributori di acqua gratuita, forno a microonde, frigorifero
- cartelli affissi che riportino la piramide alimentare e/o il decalogo INRAN per una sana alimentazione e/o il regolo per il calcolo del Body Mass Index
- disponibilità di frutta e/o verdura fresca di stagione gratuita almeno a cadenza settimanale

## Buona pratica 1.5 | Ristorazione pubblica

Realizzare percorsi di collaborazione con Associazioni di categoria o singoli ristoratori per migliorare l'offerta in termini salutari

Promuovere percorsi informativi e di sensibilizzazione ai ristoratori

## Buona pratica 1.6 | Altro

Altra pratica validata dall'ASL (per esempio: iniziativa "Codice colore" nella mensa aziendale; disponibilità in azienda di un professionista abilitato per la gestione individuale del peso corporeo e l'acquisizione di comportamenti alimentari corretti,...)

Attività di informazione-comunicazione a supporto di una o più pratiche