

ITALIA

Menù vegano ai bambini un'altra dieta è possibile

- Alle mense delle scuole di Milano via la carne e il pesce e le uova per un giorno, il primo ottobre
- L'iniziativa per sensibilizzare verso regimi alimentari diversi. Gli esperti: «Fa bene alla salute»

PINO STOPPON
MILANO

Menù vegano per un giorno per i bimbi di Milano. Lo ha annunciato Milano Ristorazione, azienda che si occupa delle mense di 191 nidi e 448 scuole (206 dell'infanzia, 144 elementari e 61 medie) pubbliche, oltre a varie private, del capoluogo lombardo. Sarà proposto il primo ottobre, in occasione della giornata mondiale della dieta vegetariana. L'iniziativa, spiegano dall'azienda, si inserisce in un percorso di attenzione alle varie culture alimentari che l'anno scorso si è concretizzato con l'introduzione di alcuni giornate a dieta cinese, peruviana e lombarda. Visto il successo, quest'anno si replicherà con menù di altre parti del mondo.

Milano Ristorazione già offre menù differenziati per chi ne fa richiesta per motivi religiosi o di salute, e sono già centinaia i bambini per i quali i genitori hanno richiesto una dieta vegetariana. In tutto sono

4.200 quelli di religione indù (per evitare la carne bovina), buddista, ebraica o musulmana (sono la maggior parte, per evitare di consumare la carne suina), che hanno una dieta speciale e altri 2.800 sono quelli diabetici, allergici o celiaci. Fra coloro che invece ne fanno motivo di scelta, sono quasi 2.500 a Milano i bimbi che alla mensa scolastica non consumano carne. Mentre sono 191 i bimbi che usufruiscono di un menù vegetariano (dieta che esclude anche il pesce); tra loro anche 78 vegani, che non consumano neanche uova e latticini.

In Italia, secondo i dati del rapporto 2012 Eurispes, ci sono oltre 2 milioni di vegetariani, il 3,1% circa della popolazione. Quattro su dieci fanno que-

...

Già molti genitori chiedono pietanze particolari, chi per motivi religiosi, chi per salutismo

sta scelta per salutismo, tre per animalismo e uno su venti lo fa per tutelare l'ambiente. I vegetariani sono coloro che non consumano prodotti animali, dunque non mangiano carne e pesce. I vegani rinunciano invece a tutti i prodotti di origine animale, e dunque non consumano neanche latticini né uova. Si tratta di una scelta che non comporta problemi per la salute (l'unica controindicazione è, solo per i vegani, la carenza di vitamina B12, facilmente ovviabile con alcuni integratori alimentari) e che anzi, per i numerosi benefici che offre per la salute in un mondo alimentare dominato da colesterolo, grassi saturi e zuccheri raffinati, è consigliata da sempre più medici. Nonostante i diffusi timori rispetto a questo tipo di scelta, già nel 2003 la American Dietetic Association stabilì che «le diete vegetariane correttamente pianificate, comprese le diete totalmente vegetariane o vegane, sono salutari, adeguate dal punto di vista nutrizionale, e possono conferire benefici per la salute nella prevenzione e nel trattamento di alcune patologie. Le diete vegetariane ben pianificate sono appropriate per individui in tutti gli stadi del ciclo vitale, ivi inclusi gravidanza, allattamento, prima e seconda infanzia e adolescenza, e per gli atleti». Per dare un "nome e cognome" a

quest'ultimo esempio, uno dei più grandi atleti di tutti i tempi - Carl Lewis - ha ammesso di essere diventato vegano nel 1990, «e nonostante non fossi più giovanissimo cominciai il periodo con i maggiori risultati per la mia carriera». Nel 1991 fu infatti primatista mondiale dei 100 metri e arrivò a saltare per cinque volte sopra gli 8.80 nel lungo.

Per tornare a Milano, il pranzo vegano sarà solo la prima tappa di un percorso fra gastronomie diverse da quella più tradizionale a cui sono abituati i bambini: il 27 novembre gli alunni sperimenteranno la cucina mediorientale, cioè quella che ben conoscono i bimbi ebrei e quelli musulmani, i quali non consumano carne di maiale e sono invece ben avvezzi alla crema di ceci con tahine e ai falafel. Poi, ci sarà un pranzo simile a quello che consumano i celiaci, che sono intolleranti al glutine contenuto nel grano e in altri cereali. E a seguire, due giornate con menù siciliano e menù greco. Le date sono ancora da programmare così come il menù specifico.

«Vogliamo diffondere una cultura dell'integrazione anche sotto il profilo alimentare, spiegando ai nostri scolari che anche a tavola si possono fare nuove esperienze e conoscersi in modo amichevole», spiega la presidente di Milano Ristorazione, che si mostra molto tranquilla anche di fronte all'ipotesi di polemiche per la proposta di un menù vegano, che forse qualche famiglia potrà giudicare azzardata. «Qualcuno che protesterà ci sarà di sicuro - sorride la Iacono - Nessuno pretende di imporre la cultura vegetariana e tantomeno vegana ai bambini, ma almeno fargliela assaggiare una o più volte.

Scuola, 12mila assunzioni Carrozza: «Situazione sotto controllo»

MARZIO CENCIONI
ROMA

«Proprio oggi comunicheremo l'assunzione di 11.278 docenti: la situazione nella scuola è sotto controllo». Così, ieri mattina, il ministro dell'Istruzione Maria Chiara Carrozza in merito all'allarme lanciato dai sindacati sulla carenza di insegnanti e il ritardo delle nomine in vista dell'apertura dell'anno scolastico. Il ministro ha fatto riferimento anche al ricorso minacciato dal Codacons in favore di tutti gli insegnanti che hanno conseguito o stanno conseguendo l'abilitazione in corsi riconosciuti senza però ottenere l'inserimento in graduatoria: «Purtroppo al Miur siamo abituati a ricevere ricorsi per ogni provvedimento, è la cosa che più vorrei che cambiasse - ha commentato - C'è qualcosa che non va nei rapporti tra Pa e cittadini, poi avviene che i ricorsi comportino un allungamento dei tempi per cui veniamo accusati di non aver rispettato i tempi perché ci sono stati annullamenti e sospensive. Serve un salto di qualità: bisogna semplificare le regole rendendole meno attaccabili e più eque, ma bisogna anche imparare ad accettare gli esiti dei concorsi, il ricorso non deve essere la soluzione».

Sul problema sollevato dal Codacons per gli insegnanti abilitati, il ministro dell'Istruzione Carrozza ha spiegato che «l'abilitazione non equivale al concorso, il concorso è il passo successivo, ora il reclutamento per legge funziona così. Così come esistono le graduatorie a esaurimento da rispettare, poi, quando vengono esaurite, si adotta un regime diverso - ha spiegato - Non possiamo sempre pensare di sovvertire le regole che abbiamo definito. Anche io, come ministro, mi trovo di fronte al dilemma di dover garantire i diritti ai precari anziani, che lavorano da anni e pagano i costi di un lungo precariato, e anche garantire ai giovani un accesso meritocratico. La soluzione del 50% graduatorie e 50% concorso è un modo per tenere conto di entrambe le esigenze. Il problema vero - ha continuato Carrozza - è che in passato la scuola è stata usata come un portafoglio da cui estrarre banconote per pagare altre spese pubbliche». Carrozza ha affrontato anche il tema dei supplenti mancanti: «Nella scuola - ha spiegato - c'è un organico di diritto inferiore alle esigenze di fatto. La strada è stabilizzare e fare un migliore dimensionamento dell'organico che davvero serve alla scuola».



Il sollievo dopo il ritrovamento dei bimbi lunedì notte FOTO LAPRESSE

BAMBINI SCOMPARSI

«Stanno bene, solo un equivoco». Dopo la paura il sollievo

«Siamo contenti che tutto sia finito bene - ha raccontato - Ho pensato che potessero essere stati rapiti, ho pensato a tutto il male possibile. Ho pensato che li avevano presi, che li avevano ammazzati, o venduti». Il giorno dopo la grande paura la mamma di due dei quattro bambini romeni scomparsi per alcune ore lunedì, prima di essere ritrovati con un amico di famiglia al mare, ha poca voglia di parlare. «Siamo contenti che tutto sia finito bene, lui ha chiesto scusa, non ha pensato che poteva far male», ha proseguito la donna parlando di Costantin il connazionale che si era allontanato con i bambini. Per lui, dai genitori dei piccoli, nessuna denuncia anche se la Procura di Roma starebbe valutando la possibilità di ascoltare i quattro minori e avvalorare così la tesi secondo cui si sarebbe trattato unicamente di un equivoco.

LOTTO MARTEDÌ 20 AGOSTO

Nazionale	67	23	32	20	89
Bari	9	5	62	1	69
Cagliari	27	90	51	85	21
Firenze	63	69	68	14	61
Genova	61	5	40	76	60
Milano	47	20	29	26	55
Napoli	37	58	21	41	54
Palermo	52	73	8	11	61
Roma	77	15	2	58	78
Torino	38	23	65	40	41
Venezia	76	61	4	32	56

I numeri del Superenalotto		Jolly		SuperStar	
4	11	15	26	68	16
Montepremi	1.317.815,89		5+ stella	-	
Nessun 6 Jackpot	€ 6.352.177,31		4+ stella	€ 22.281,00	
Nessun 5+1	€ -		3+ stella	€ 1.332,00	
Vincono con punti 5	€ 28.238,92		2+ stella	€ 100,00	
Vincono con punti 4	€ 222,81		1+ stella	€ 10,00	
Vincono con punti 3	€ 13,32		0+ stella	€ 5,00	
10eLotto	5	9	15	20	23
	52	58	61	62	63
	69	73	76	77	90

Ratzinger e le dimissioni: «Me l'ha detto Dio»

FELICE DIOTALLEVI
ROMA

«Me l'ha detto Dio». Così Joseph Ratzinger avrebbe spiegato le decisioni della sua rinuncia al soglio pontificio nel corso di un raro colloquio riportato dalla testata cattolica *Zenit*. «Dopo circa sei mesi dall'annuncio che ha sconvolto il mondo - scrive Salvatore Cernuzio su *Zenit* - la decisione di Ratzinger di vivere nel nascondimento fa ancora riflettere e interrogare. Qualcuno ha avuto il privilegio di sentire dalle labbra del Papa emerito le motivazioni di questa scelta. Nonostante la vita di clausura, Ratzinger concede infatti - sporadicamente e solo in determinate occasioni - alcune visite privatissime nel Mater Ecclesiae. Durante questi incontri, l'ex Pontefice non commenta, non svela segreti, non si lascia andare a dichiarazioni che potrebbero pesare come «le parole dette dall'altro Papa», ma mantiene la riservatezza che lo ha sempre caratterizzato. Al massimo osserva soddisfatto le meraviglie che lo Spirito San-

to sta facendo con il suo Successore, oppure parla di sé, di come questa scelta di dimettersi sia stata un'ispirazione ricevuta da Dio. Così avrebbe detto Benedetto ad uno degli ospiti di questi rari incontri che il sottoscritto ha avuto la fortuna di incontrare, alcune settimane fa, a Roma. «Me l'ha detto Dio», è stata la risposta del Pontefice emerito alla domanda sul perché abbia rinunciato al Soglio di Pietro». Ha poi subito precisato - riporta Cernuzio - che non si è trattato di alcun tipo di apparizione o fenomeno del genere; «piuttosto è stata un'esperienza mistica» in cui il Signore ha fatto nascere nel suo cuore un «desiderio assoluto» di restare solo a solo con Lui, raccolto nella

...

Benedetto XVI: «Più osservo Francesco, più capisco quanto questa mia scelta sia stata «volontà di Dio»»

preghiera. Inoltre, il Papa emerito ha rivelato che «più osserva il carisma di Francesco, più capisce quanto questa sua scelta sia stata «volontà di Dio»».

Zenit ricorda che domenica pomeriggio Benedetto XVI si è concesso una breve gita a Castel Gandolfo. Il Papa emerito - secondo quanto riferito da fonti vaticane - ha trascorso nella cittadina laziale circa tre ore, passeggiando nei giardini del palazzo, recitando il rosario e assistendo ad un concerto di pianoforte di musica classica. Ha poi fatto ritorno in serata in Vaticano, nel monastero Mater Ecclesiae, dove ha deciso di vivere «nascolato al mondo» dopo la storica decisione dell'11 febbraio. Ad accompagnare Benedetto XVI c'erano i suoi immancabili «angeli custodi»: le memores domini, Loredana, Carmela, Cristina e Manuela, le quattro laiche consacrate di Comunione e Liberazione che curavano l'appartamento, la cappella e il guardaroba di Ratzinger durante gli anni di pontificato, e che continuano ad assisterlo anche ora, dopo le dimissioni.