



Fourchette verte, un'alimentazione equilibrata e sostenibile per tutti/e.



Fourchette verte e Fourchette verte Ama Terra bambini piccoli

nidi dell'infanzia (da 1 a 4 anni)

Fourchette verte e Fourchette verte Ama Terra junior

scuole dell'infanzia, assistenza all'infanzia, ristoranti scolastici, istituti (da 4 anni)

Fourchette verte e Fourchette verte Ama Terra adulti

ristoranti, self-service, mense aziendali, istituti sociali, luoghi di cura

Fourchette verte senior

case per anziani, servizio di pasti a domicilio, centri diurni per anziani

Il marchio è attribuito dalle associazioni Fourchette verte cantonali, gli indirizzi sono disponibili sul sito www.fourchetteverte.ch

Fourchette verte Suisse. Con il sostegno di



Kanton Basel-Stadt

Kanton Bern

BASELSTADT



Kanton St. Gallen

Kanton Thurgau

Kanton Zug

Kanton Uri

LUZERN

Kanton Solothurn

Kanton St. Gallen

Thurgau

Kanton Uri

Kanton Zug

Kanton Uri

Kanton Zug

Kanton Uri

CLASS Conférence Latine
des Affaires
Sanitaires et Sociales

Besundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

©Fourchette verte Svizzera, 2025



Das Label der ausgewogenen Ernährung
Le label de l'alimentation équilibrée
Il marchio dell'alimentazione equilibrata



Fourchette verte
senior@home



Perché menu equilibrati per le persone anziane?

Con l'avanzare dell'età sono diversi i fattori che portano le persone a non volere o potere preparare un pasto equilibrato. Subentra quindi il rischio di mangiare meno o in modo non equilibrato, con un possibile peggioramento del loro stato di salute.

Il nostro fabbisogno di energia diminuisce, ma quello di vitamine, minerali e proteine rimane invariato o persino aumenta.

Un'alimentazione sbilanciata o che non copre il fabbisogno di questi nutrienti può influire negativamente sulla salute delle persone anziane che saranno più soggette a un rapido indebolimento con una conseguente precoce perdita della propria autonomia.

Che cos'è Fourchette verte?

Fourchette verte è un marchio di qualità svizzero destinato ai ristoratori che propongono dei pasti variati ed equilibrati. I criteri sono basati sulle raccomandazioni della piramide alimentare svizzera e adattati a tutte le età: dai bambini piccoli agli anziani.

Il marchio è stato fondato nel 1993 ed è sostenuto da Promozione Salute Svizzera, da 17 Cantoni e per l'aspetto professionale dalla Società Svizzera di Nutrizione.

Il marchio Fourchette verte senior@home?

L'obiettivo del marchio Fourchette verte senior@home è quello di offrire la possibilità alle persone anziane di ricevere al loro domicilio dei pasti equilibrati e variati.

A tale scopo sono stati stabiliti criteri adattati ai bisogni delle persone anziane. I servizi di pasti a domicilio certificati applicano questi criteri alla creazione dei loro menu.

Il marchio può essere richiesto da tutti i servizi di pasti a domicilio che offrono dei menu completi per le persone di età superiore ai 65 anni.

Quali sono i vantaggi che il marchio può portare al servizio di pasti a domicilio?



Fourchette verte è un marchio che sottolinea il lavoro di qualità dei ristoratori.



I clienti sanno che i menu proposti sono equilibrati e rispettano specifici criteri.



Un/a specialista in nutrizione offre il suo sostegno al servizio di pasti e resta a disposizione per offrire consigli nutrizionali.



Il logo e la certificazione annuale mostrano che il servizio di pasti a domicilio è sostenuto da un'organizzazione esterna e neutra.

Per ulteriori informazioni su [Fourchette verte senior@home](https://www.fourchetteverte.ch), potete contattare le sezioni cantionali. I loro recapiti si trovano su www.fourchetteverte.ch.

