

IL MANIFESTO DI FragilEat

10 Principi per una Nuova Cultura Alimentare Inclusiva

1. Il Diritto al Piacere, Oltre la Nutrizione Crediamo che nutrirsi sia una necessità clinica, ma mangiare sia un atto di gioia. Ogni persona, indipendentemente dalla propria fragilità (oncologica, disfagica, diabetica o altro), ha il diritto inalienabile di sedersi a tavola e provare piacere, non solo di "assumere calorie".

2. Territorio che Cura: Radici Locali, Sostenibilità Globale Il cibo migliore per la salute viene da una terra sana. Diamo priorità assoluta ai prodotti locali e da agricoltura sostenibile. Partiamo dalla biodiversità dei nostri territori come modello pilota per dimostrare che ogni luogo del mondo possiede, nelle proprie radici, gli ingredienti per "curare" la sua comunità.

3. Competenza, Non Improvvisazione La gestione della fragilità a tavola richiede scienza, non tentativi. Promuoviamo la formazione rigorosa degli operatori basata su standard internazionali (come IDDSI per la disfagia) e protocolli validati (HACCP semplificato e Passaporto Sensoriale), trasformando la buona volontà in professionalità.

4. Tecnologia Etica e Trasparente Utilizziamo il digitale per creare fiducia. Attraverso una comunicazione semplice, QR Code, menu interattive, etichette parlanti, rendiamo invisibile la complessità ma visibile la sicurezza. Chi mangia (e chi assiste) deve poter conoscere istantaneamente l'origine, la tracciabilità e la compatibilità del piatto con la propria (o dei propri cari) condizione.

5. Inclusione Senza Barriere (FOH & BOH) L'inclusione inizia in cucina (Back of House) con preparazioni sicure, ma si realizza in sala (Front of House). Combattiamo lo stigma e l'imbarazzo: il cliente fragile non deve sentirsi "diverso", ma accolto da menu chiari, personale empatico e un servizio che anticipa i bisogni senza sottolinearli.

6. Rispetto per Ogni Fragilità Riconosciamo l'unicità di ogni percorso di vita. Che si tratti di un paziente in terapia oncologica, di una persona con Parkinson, di una donna in gravidanza o di un soggetto celiaco, ogni fragilità merita una risposta nutrizionale e sensoriale specifica, personalizzata e dignitosa.

7. Lotta allo Spreco come Valore Sociale Un'alimentazione mirata e ben progettata non genera avanzi. Progettare porzioni e consistenze adeguate (come i cibi a consistenza modificata) riduce drasticamente lo spreco alimentare, trasformando l'efficienza in un atto di responsabilità sociale ed ecologica (ESG).

8. Il Gusto della "Salubrità" Sfatiamo il mito che il cibo "per la salute" debba essere insapore. Attraverso l'analisi sensoriale e la sapienza gastronomica, lavoriamo affinché un piatto iposodico, a basso indice glicemico o a consistenza modificata sia un'esperienza gourmet appagante per il palato e per gli occhi.

9. Alleanza tra Scuola, Impresa e Sanità Nessuno innova da solo. Costruiamo ponti solidi tra chi forma i giovani (Istituti e ITS), chi produce il cibo (Imprese e Agricoltori) e chi cura le persone (Sanità e Caregiver). Creiamo un ecosistema dove l'innovazione didattica diventa immediatamente benessere reale per la comunità.

10. Un Modello Scalabile e condivisibile Ciò che stiamo costruendo oggi nel Lazio è un seme. Il nostro metodo — dall'analisi del bisogno alla tavola — è un linguaggio universale. Vogliamo ispirare un movimento che sia il più ampio possibile, dove ogni comunità locale impari a valorizzare i propri prodotti per prendersi cura dei propri membri più fragili.