



**“Con meno sale nel pane c'è più gusto  
e ... guadagni in salute”**

**in provincia di Sondrio**

**183.169** abitanti

**78** comuni



**93** PANIFICATORI

## Panificatori che hanno aderito

**PANIFICIO PASTICCERIA CAO - ARDENNO**  
**LE ANTICHE TRADIZIONI - TRESVIO, COLORINA, BERBENNO, DELEBIO**  
**SAPERI E SAPORI - CHIAVENNA**  
**PANIFICIO PASTICCERIA SVIZZERA - LIVIGNO**  
**PANIFICIO ZAMPATTI - LOVERO**  
**LA BOTTEGA DEL PANE - MORBEGNO, DELEBIO, COLICO**  
**MORESCHI S.R.L. - PRATA CAMPORTACCO, CHIAVENNA**  
**LA BUCCA DEL PANE - SONDRIO**  
**PANIFICIO PAROLO - SONDRIO**  
**PANIF. E PAST. DELLE COSTE REMO E PAIE\* - TIRANO**  
**PANIFICIO FIOR D'ALPE - VALDIDENTRO, PREMADIO**  
**PANIFICIO RIGAMONTI - ALBOSAGGIA, SONDRIO**  
**PANIFICIO VALTELLINA - SONDRIO**  
**PANIFICIO E PASTICCERIA SPINI - MORBEGNO**  
**PANIFICIO GOBBI FRATTINI - SONDRIO, GROSIO, TIRANO**  
**I SAPORI DEL GRANO - SONDRIO**  
**PANE SARACENO PIZZOCCHERI - TEGLIO**  
**PANIFICIO BRESESTI BRUNO - TEGLIO**  
**AL FORNO SNC - TRESVIO**  
**PANIFICIO VALTELLINESE - MANTELLO**  
**PANIFICIO MELE\* - SONDRIO**  
**PANIFICIO E PASTICCERIA ANTICO FORNO - TIRANO**  
**LA BOTTEGA DEL DOLCE - SONDRIO**  
**DEL CURTO GIORGIO - BORGONUOVO DI PIURO**  
**IL VECCHIO FORNO - TEGLIO**  
**PANIFICIO DOSI ERNESTO - CHIAVENNA**  
**PANIFICIO FAMILY - PIATEDA**  
**PANIFICIO SALA - SAMOLAZO**  
**PANIFICIO USSIA EUGENIO - TEGLIO**

L'elenco aggiornato dei panificatori aderenti è consultabile sui siti:  
[www.unione.sondrio.it](http://www.unione.sondrio.it) e [www.panificatoriombardia.it](http://www.panificatoriombardia.it)

**Con meno sale  
 nel pane  
 c'è piu' gusto ...  
 e ci guadagni  
 in salute !**

Nella nostra dieta il pane fornisce un apporto quotidiano di sale.  
 "Il sale favorisce l'aumento della pressione arteriosa, principale causa di infarto e di ictus. Abituarsi gradualmente a consumare meno sale ha un effetto positivo sulla salute perché riduce la pressione arteriosa, migliora la funzionalità di cuore, vasi sanguigni e rene, aumenta la resistenza delle ossa."

Fonte: Ministero della Salute



Accordo per la RIDUZIONE del SALE nel FINE tra  
 Regione Lombardia e Unione Panificatori Lombardia,  
 Confeserenci Lombardia Imprese per l'Italia, FIESA,  
 Confeserenci Regione Lombardia,  
 ABI (Associazione Italiana Bakery Ingredients),  
 AISITEL (Associazione Italiana dell'Industria Olearia)

Il contenuto di sale sarà ridotto dal 2%  
 all'1,8% riferito alla farina

2011



# Azienda Sanitaria Locale

della Provincia di Sondrio

**Centralino Unico****0**[Home](#)[Contatti Aziendali](#)[Carta Servizi](#)[Documenti](#)[Bandi e Concorsi](#)[Numeri Utili](#)[Albo Delibere](#)**Regione  
Lombardia****ASL Sondrio****PEC****Posta Elettronica  
Certificata****protocollo@pec.asl.sondrio.it**

Home

## Gravidanza a Rischio Salute



**Gravidanza a rischio salute**  
Da aprile la richiesta va fatta al distretto Socio-Sanitario ASL, che rilascia il certificato per l'astensione dal lavoro. Resta all'Ispettorato la pratica per gravidanza a rischio

lavorativo. Leggi le news e scarica il modulo di richiesta, che dovrà essere compilato dalla lavoratrice e consegnato a qualunque Distretto Socio-Sanitario dell'ASL.

 [Leggi tutto...](#)

## Accordo Riduzione Sale nel Pane



Nella nostra dieta il pane costituisce un apporto quotidiano di sale.

Campagna per la riduzione dal 2% all'1,8% riferito alla farina

I panificatori della provincia di Sondrio che aderiscono.....

[Scarica Poster](#) [Pubblicazione](#)**[Elenco Panificatori Aderenti](#)****Rinnovo Patenti di guida 80enni   Gruppì di Cammino 2012**

<http://www.asl.sondrio.it/website/>

## Accordo Riduzione Sale nel Pane

Nella nostra dieta il pane costituisce un apporto quotidiano di sale.

Campagna per la riduzione dal 2% all'1,8% riferito alla farina

I panificatori della provincia di Sondrio che aderiscono.....

L'elenco aggiornato dei fornai aderenti è consultabile anche sui siti:

- *[www.unione.sondrio.it](http://www.unione.sondrio.it)*
- *[www.panificatorilombardia.it](http://www.panificatorilombardia.it)*
- *[www.artigiani.sondrio.it](http://www.artigiani.sondrio.it)*



## UNO STILE DI VITA SANO



### ALIMENTAZIONE EQUILIBRATA

FRUTTA e VERDURA di stagione,  
almeno 5 porzioni al giorno, meglio se di colori diversi

Ogni giorno poco sale e molta acqua

Alcolici con moderazione  
(un bicchiere di vino a pasto)

### ATTIVITA' FISICA

Esercizio fisico tutti i giorni almeno 30 minuti,  
anche frazionati

### BUONE ABITUDINI

Fare una buona colazione

Tenere sotto controllo il peso

Non fumare

Concedersi un sonno ristoratore

Pensare positivo

Sorridere

**Con meno sale nel pane  
c'è piu' gusto ...  
e ci guadagni in salute !**

La salute ha bisogno anche di te





## Fornai che hanno aderito

**PANIFICIO PASTICCERIA CAO - ARDENNO**  
**LE ANTICHE TRADIZIONI** - TRESIVIO, COLORINA, BERBENNO, DELEBIO  
**SAPERI E SAPORI - CHIAVENNA**  
**PANIFICIO PASTICCERIA SVIZZERA - LIVIGNO**  
**PANIFICIO ZAMPATTI - LOVERO**  
**LA BOTTEGA DEL PANE** - MORBEGNO, DELEBIO, COLICO  
**MORESCHI S.R.L.** - PRATA CAMPORACCIO, CHIAVENNA  
**LA BUCA DEL PANE - SONDRIO**  
**PANIFICIO PAROLO - SONDRIO**  
**PANIF. E PAST. DELLE COSTE REMO E PAIE' - TIRANO**  
**PANIFICIO FIOR D'ALPE - VALDIDENTRO PREMADIO**  
**PANIFICIO RIGAMONTI** - ALBOSAGGIA, SONDRIO  
**PANIFICIO VALTELLINA - SONDRIO**  
**PANIFICIO E PASTICCERIA SPINI - MORBEGNO**  
**PANIFICIO GOBBI FRATTINI** - SONDALO, GROSIO, TIRANO  
**I SAPORI DEL GRANO - SONDRIO**  
**PANE SARACENO PIZZOCCHERI - TEGLIO**  
**PANIFICIO BRESESTI BRUNO - TEGLIO**  
**AL FORNO SNC - TRESIVIO**  
**PANIFICIO VALTELLINESE - MANTELLO**  
**PANIFICIO MELE' - SONDRIO**  
**PANIFICIO E PASTICCERIA ANTICO FORNO - TIRANO**  
**LA BOTTEGA DEL DOLCE - SONDRIO**  
**DEL CURTO GIORGIO** - BORGONUOVO DI PIURO  
**IL VECCHIO FORNO - TEGLIO**  
**PANIFICIO DOSI ERNESTO - CHIAVENNA**  
**PANIFICIO FAMILY - PIATEDA**  
**PANIFICIO SALA - SAMOLACO**  
**PANIFICIO USSIA EUGENIO - TEGLIO**

Accordo per la RIDUZIONE del SALE nel PANE tra Regione Lombardia e Unione Panificatori Lombardia, Confcommercio Lombardia Imprese per l'Italia, FIESA Confesercenti Regione Lombardia, AIBI (Associazione Italiana Bakery Ingredients) ASSITOL (Associazione Italiana dell'Industria Olearia)

**Il contenuto di sale sarà ridotto dal 2% all'1,8% riferito alla farina**

Nella nostra dieta il pane fornisce un apporto quotidiano di sale.

"Il sale favorisce l'aumento della pressione arteriosa, principale causa di infarto e di ictus. Abituarsi gradualmente a consumare meno sale ha un effetto positivo sulla salute perché riduce la pressione arteriosa, migliora la funzionalità di cuore, vasi sanguigni e rene, aumenta la resistenza delle ossa."

Fonte: Ministero della Salute

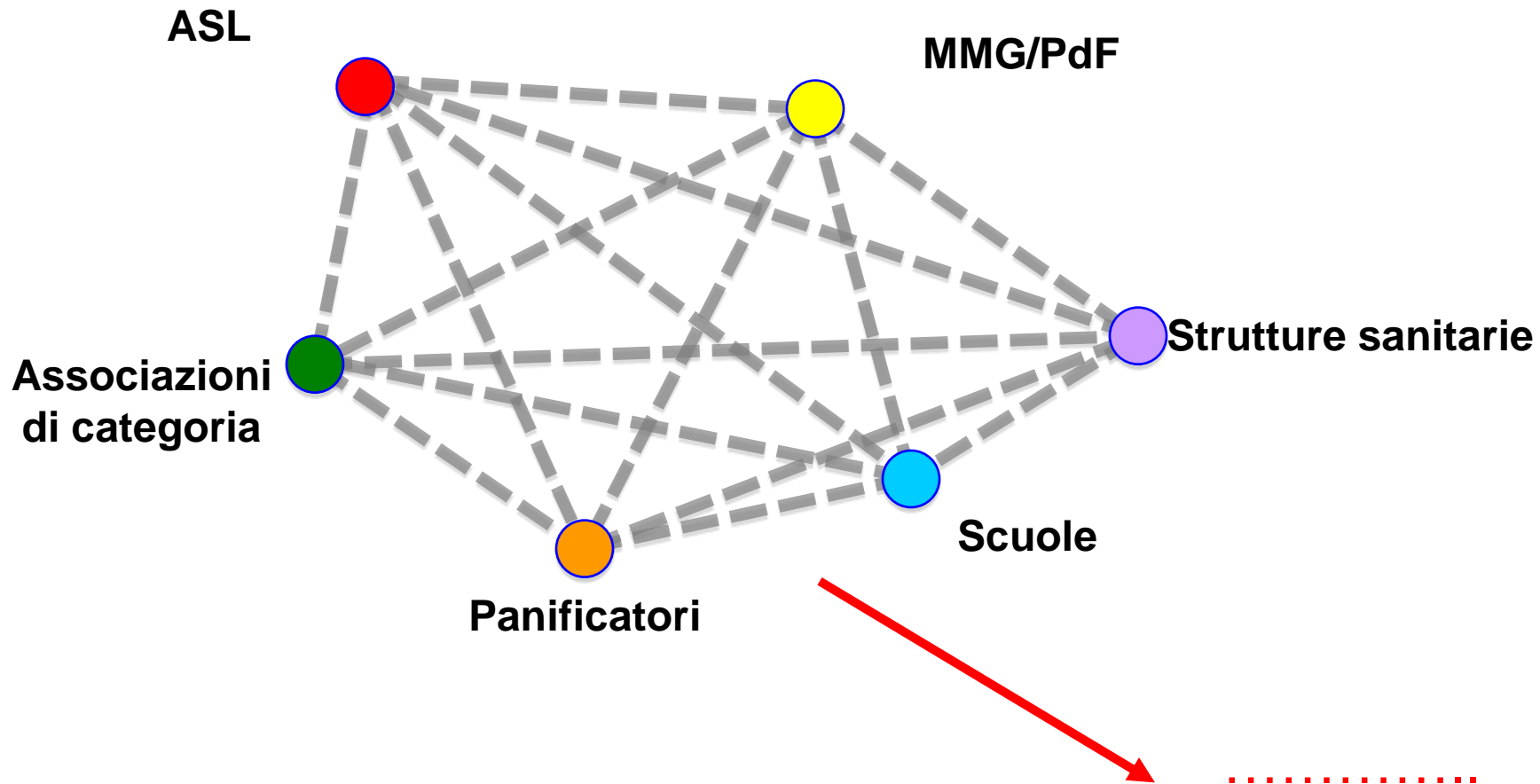
# Dove?

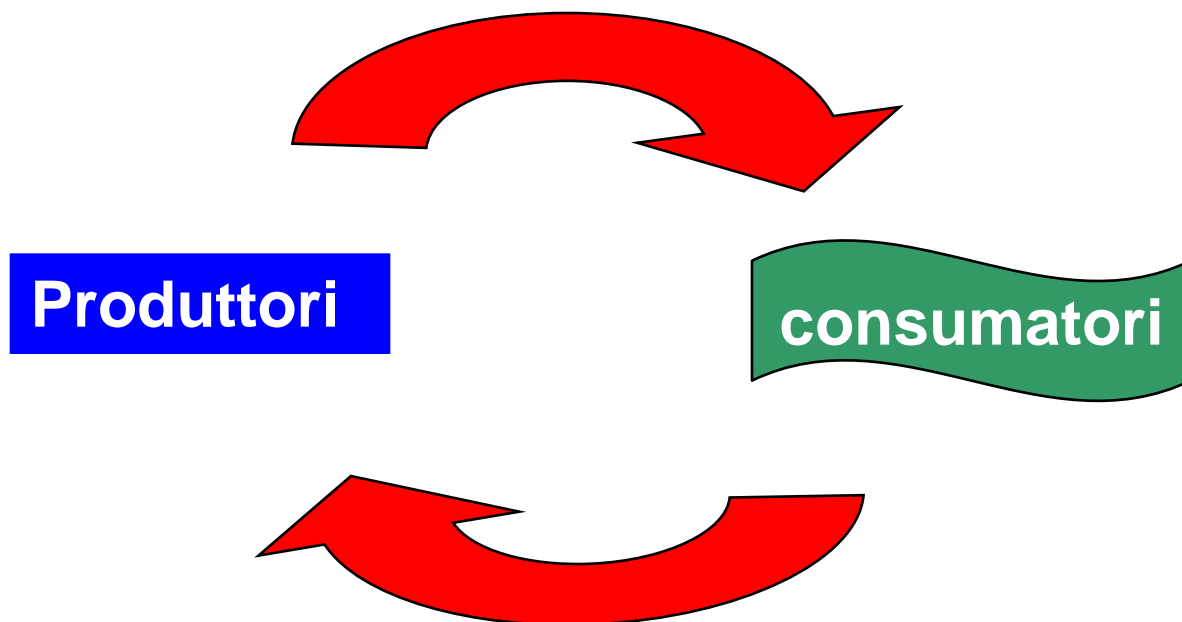
- ❖ SITO AZIENDALE
- ❖ STAMPA LOCALE
- ❖ SEDI DELL'ASL
- ❖ AMBULATORI MMG E PDF
- ❖ FARMACIA
- ❖ BACHECHE INFORMATIVE
- ❖ CONVEGNI/CONFERENZE SUL TEMA
- ❖ REPORT DELLA PREVENZIONE - 2010 CD





# Il nostro ruolo è attivare reti locali





# associazioni di categoria





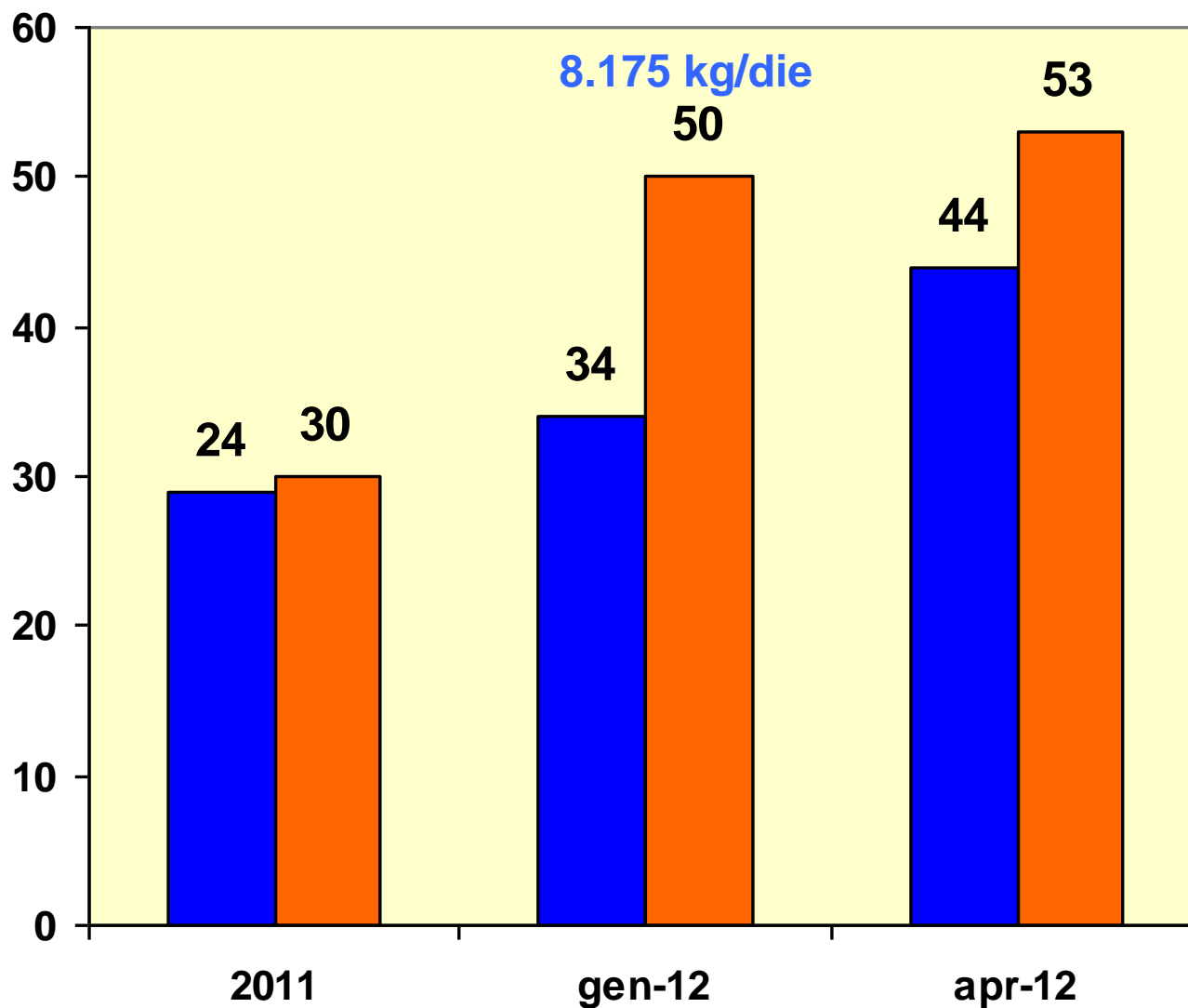
# 2011 – 2012



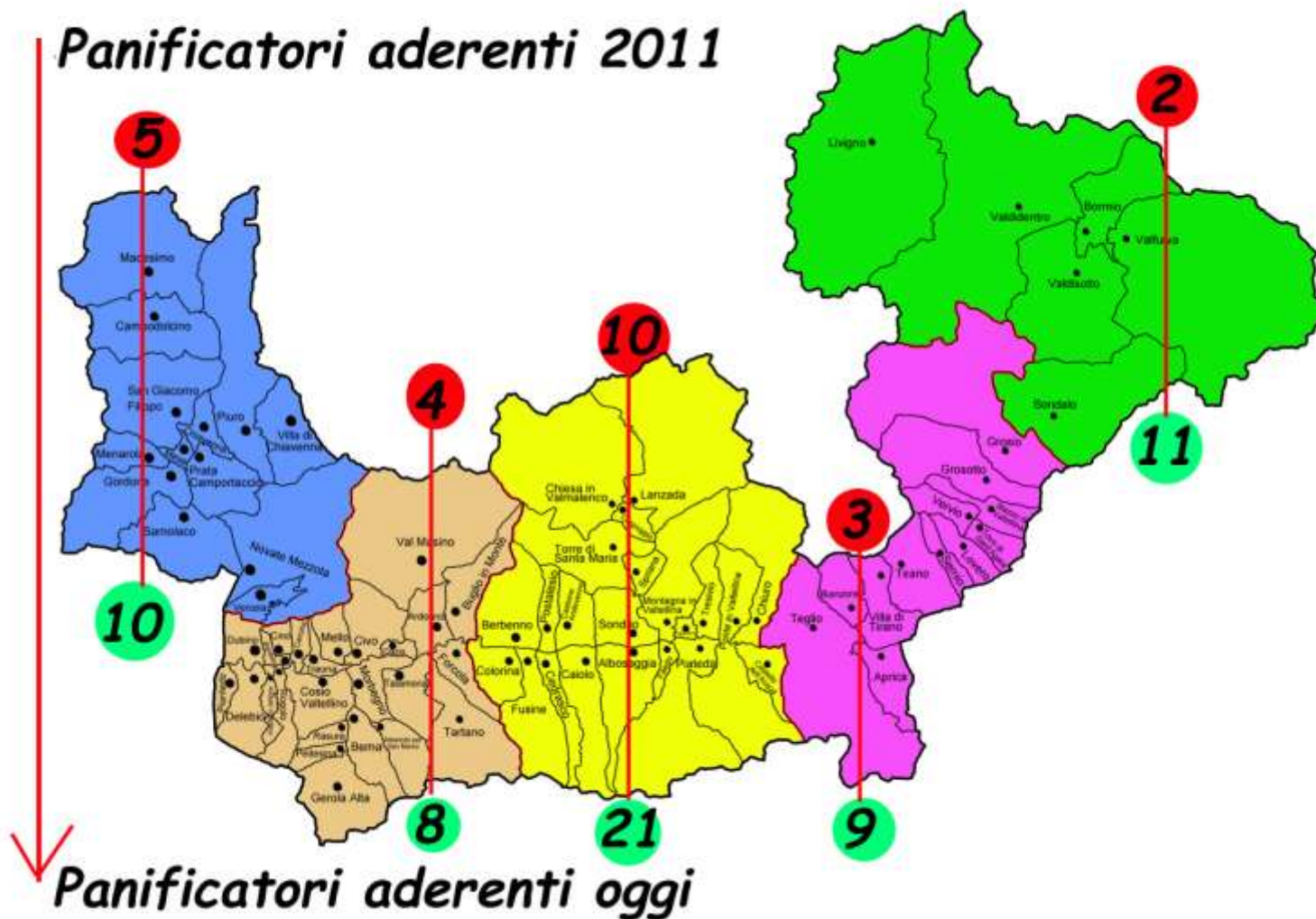
Programmazione e condivisione di iniziative

## N. panificatori e punti vendita

■ panificatori  
■ punti vendita



## *Panificatori aderenti 2011*





# Mense comunitarie



# Indagine e monitoraggio

## Scuole

**2011**                      **3 mense**

**2012**                      **34 mense**  
                                 **1 nido**

## Strutture sanitarie

### Ospedale

**2011**                      **1**

**2012**                      **1**

### RSA

**2011**                      **0**

**2012**                      **0**

# Mense aziendali





In questa mensa si consuma solo pane con meno sale

**"Con meno sale nel pane  
c'è più gusto...  
e guadagni in salute!"**

Stile di vita sano in un gesto quotidiano

# Campagna informativa





guadagnare  
salute

rendere facili le scelte salutari

Regione Lombardia  
ASL Sondrio

**Panificatori che hanno aderito**

**PANIFICIO PASTICCERIA CAO - ARDENNO**  
LE ANTICHE TRADIZIONI - TREVISOLO (ORINA, MORBEGNO, DELBERO)  
SAPERI E SAPORI - CHIAVENNA  
PANIFICIO PASTICCERIA SVIZZERA - LIVIGNO  
PANIFICIO ZAMPATTI - LOVERO  
LA BOTTEGA DEL PANE - MORBEGNO (DELEBIO, COLICO)  
MORESCHI S.R.L. - PIAZZA CARPORTACCO (ONAVENNA)  
LA BUCA DEL PANE - SONDRIO  
PANIFICIO PAROLO - SONDRIO  
PANIF. E PAST. DELLE COSTE REMO E PAIE' - TIRANO  
PANIFICIO FIOR D'ALPE - VALDENTRO (PREMADIO)  
PANIFICIO RIGAMONTI - ALBOSAGGIA (SONDRIO)  
PANIFICIO VALTELLINA - SONDRIO  
PANIFICIO E PASTICCERIA SPINI - MORBEGNO  
PANIFICIO GOBBI FRATTINI - BONGALDO (SODDO, TIRANO)  
I SAPORI DEL GRANO - SONDRIO  
PANE SARACENO PIZZOCCHERI - TEGLIO  
PANIFICIO BRESESTI BRUNO - TEGLIO  
AL FORNO SNC - TREVISOLO  
PANIFICIO VALTELLINESE - MANTELLO  
PANIFICIO MELE' - SONDRIO  
PANIFICIO E PASTICCERIA ANTICO FORNO - TIRANO  
LA SOTTEGA DEL DOLCE - SONDRIO  
DEL CURTO GIORGIO - BORGONUOVO DI PIURO  
IL VECCHIO FORNO - TEGLIO  
PANIFICIO DOSI ERNESTO - CHIAVENNA  
PANIFICIO FAMILY - PIAZZA  
PANIFICIO SALA - SAMOLACO  
PANIFICIO USSIA EUGENIO - TEGLIO

**Con meno sale nel pane c'è piu' gusto ... e ci guadagni in salute !**

Nella nostra dieta il pane fornisce un apporto quotidiano di sale. "Il sale favorisce l'aumento della pressione arteriosa, principale causa di infarto e di ictus. Abituarsi gradualmente a consumare meno sale ha un effetto positivo sulla salute perché riduce la pressione arteriosa, migliora la funzionalità di cuore, vasi sanguigni e rene, aumenta la resistenza delle ossa."

Fonte: Ministero della Salute

L'elenco aggiornato dei panificatori aderenti è consultabile sui siti:  
[www.unione.sondrio.it](http://www.unione.sondrio.it) e [www.panificatorilombardia.it](http://www.panificatorilombardia.it)

Accordo per la RIDUZIONE del SALE nel PANE tra Regione Lombardia e Unione Panificatori Lombardia, Confcommercio Lombardia Imprese per l'Italia, FIEISA Confesercenti Regione Lombardia, AIBI (Associazione Italiana Bakery Ingredients), ASSITOL (Associazione Italiana dell'Industria Olearia).

Il contenuto di sale sarà ridotto dal 2% all'1,8% riferito alla farina

Regione Lombardia  
ASL Sondrio

**guadagnare salute**  
rendere facili le scelte salutari

CONFERMATORI ASSOCIATI  
Confartigianato Imprese Sondrio

**Con meno sale nel pane c'è piu' gusto ... e ci guadagni in salute !**

**Fornai che hanno aderito su:**  
[www.asl.sondrio.it](http://www.asl.sondrio.it)

L'elenco aggiornato dei fornai aderenti è consultabile anche sui siti:  
[www.unione.sondrio.it](http://www.unione.sondrio.it)  
[www.panificatorilombardia.it](http://www.panificatorilombardia.it)  
[www.artigiani.sondrio.it](http://www.artigiani.sondrio.it)

Nella nostra dieta il pane fornisce un apporto quotidiano di sale. "Il sale favorisce l'aumento della pressione arteriosa, principale causa di infarto e di ictus. Abituarsi gradualmente a consumare meno sale ha un effetto positivo sulla salute perché riduce la pressione arteriosa, migliora la funzionalità di cuore, vasi sanguigni e rene, aumenta la resistenza delle ossa."

Fonte: Ministero della Salute

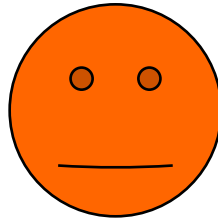
Accordo per la RIDUZIONE del SALE nel PANE tra Regione Lombardia e Unione Panificatori Lombardia, Confcommercio Lombardia Imprese per l'Italia, FIEISA Confesercenti Regione Lombardia, AIBI (Associazione Italiana Bakery Ingredients), ASSITOL (Associazione Italiana dell'Industria Olearia).

Il contenuto di sale sarà ridotto dal 2% all'1,8% riferito alla farina

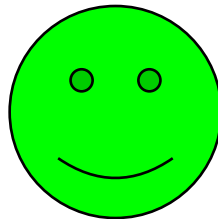




Anche in pausa ...  
alimenta la tua salute



Distributori automatici con scelta  
di cibi salutari



**UNO STILE DI VITA SANO**

Regione Lombardia  
ASL Sondrio

**ALIMENTAZIONE EQUILIBRATA**

FRUTTA e VERDURA di stagione,  
almeno 5 porzioni al giorno, meglio se di colori diversi

Ogni giorno poco sale e molta acqua

Alcolici con moderazione  
(un bicchiere di vino a pasto)

**ATTIVITA' FISICA**

Esercizio fisico tutti i giorni almeno 30 minuti,  
anche frazionati

**BUONE ABITUDINI**

Fare una buona colazione  
Tenere sotto controllo il peso  
Non fumare  
Concedersi un sonno ristoratore  
Pensare positivo  
Sorridere

**Con meno sale nel pane  
c'è più gusto ...  
e ci guadagni in salute !**

La salute ha bisogno anche di te


**IL GRUPPO di CAMMINO**  
 a **SONDRIO**


**PUNTO DI**  
**RITROVO**


**SONDRIO - in LARGO SINDEFINGEN**  
 Piazzale antistante la caserma dei Vigili del Fuoco.

**27 aprile 2012**  
**ore 16.00**  
 In caso di pioggia l'inaugurazione è rinviata  
 al mercoledì successivo stessa ora

**Cos'è?**  
 È un gruppo di persone che si ritrova in giorni e luoghi definiti per camminare insieme allo scopo di incrementare il movimento e favorire la salute e il benessere. Camminare diventa anche un'occasione per conoscere altre persone e favorire la socializzazione.

Il gruppo è guidato da un istruttore del CONI che stabilisce la lunghezza del percorso, la durata e il ritmo della camminata. Le camminata si svolgono sul Sentiero Valtellina. L'iniziativa proseguirà tutti i **MERCOLEDÌ** e i **VENERDÌ** successivi alle ore 16.00.

**A chi è rivolto?**  
 La partecipazione al gruppo di cammino è aperta a tutti, ma l'invito è rivolto soprattutto a coloro che sono sedentari perché **non è mai troppo tardi per cominciare a muoversi!!**

Un'attività fisica regolare e praticata con continuità aiuta, infatti, a:  
 > mantenere ottimale il livello di colesterolemia, di glicemia e di pressione arteriosa;  
 > tenere sotto controllo il proprio peso;  
 > rinforzare muscoli, ossa ed articolazioni;  
 > migliorare il tono dell'umore.

**Come?**  
 La partecipazione è libera e gratuita. La durata dell'uscita sarà in totale di 50-60 minuti. Camminare è un'attività alla portata di tutti: occorrono soltanto un abbigliamento idoneo e un paio di scarpe comode.

**Perché?**  
 Camminare aiuta a tenere sotto controllo e a prevenire molte malattie (diabete, ipertensione, osteoporosi, malattie cardiovascolari, alcuni tumori). Camminare fa **STARLE** bene, ma soprattutto fa **SENTIRE** bene. Farlo insieme ad altre persone è anche divertente.

**Metti in moto la...SALUTE**

**ISCRIZIONE**  
 Il giorno stesso d'inizio

**D I P A S S O**  
**I N P A S S O**

# Gruppi di cammino



# Stile di vita sano...in ogni gesto quotidiano



## Corsi di formazione su stili di vita salutari

- Dipendenti ASL
- MMG/PdF
- Dirigenti scolastici e insegnanti
- Genitori
- Cuochi
- .....

# Sacchetto dedicato



**Campagna di promozione per il consumo del pane a partire da giugno  
2° e 4° sabato del mese  
distribuzione di un panino (con meno sale) nel sacchettino dedicato.**



# **Sviluppi**

**Ristoranti, Hotel, Agriturismi, Bar..  
Manifestazioni enogastronomiche  
Sagre e feste  
Associazioni**

**Grande distribuzione**

**Dal pane sciapo...**

**“Tu proverai sì come sa di sale  
lo pane altrui....  
(Alighieri - Paradiso XVII canto)**



**....al pane salato...**



*Grazie*