



CON IL PATROCINIO DI



"MercaFest - Gustando... s'impara!"

Prima edizione

Domenica 18 ottobre 2026

Ore 10.00 – 18.00

Programma delle attività



CON IL PATROCINIO DI



SPAZIO “BANCO ALIMENTARE DELLA TOSCANA”:

Punto informativo: uno spazio dedicato alla presentazione delle attività e dell'impegno quotidiano del Banco Alimentare della Toscana nel recupero e nella redistribuzione delle eccedenze alimentari

Attività ludiche ed educative: giochi e iniziative interattive rivolte a bambini, ragazzi e adulti, pensati per sensibilizzare in modo coinvolgente sul tema dello spreco alimentare e promuovere comportamenti responsabili:

- Laboratorio olfattivo: impara a distinguere e a riconoscere le spezie e le erbe
- Il frigorifero e la dispensa misteriosa
- Il detective delle etichette

Presentazione di **Follow-app** un'applicazione gratuita dedicata alla prevenzione dello spreco alimentare domestico, sviluppata nell'ambito del progetto europeo *Take Eat Seriously – Don't play with food!*, promosso da Fondazione Banco Alimentare in partenariato con Politecnico di Milano, Shair.Tech e Confconsumatori, con il finanziamento della Commissione Europea (Health and Digital Executive Agency – HaDEA).



CON IL PATROCINIO DI



SPAZIO “FEDERAZIONE INTERPROVINCIALE COLDIRETTI DI FIRENZE E PRATO”:

Ore 10.00

Apertura attività con le nostre aziende presenti

Ore 11.30

Master Class sull'olio a cura dell'IGP Toscano con la presenza di Christian Sbardella che si occuperà sia della degustazione sia di illustrazione sulle attività del Consorzio

Ore 13.00

Show cooking e presentazione del prodotto “Aglione della Valdichiana”

Ore 15.00

Show cooking “Marrone del Mugello Consorzio del Marrone IGP”

Ore 17.00

Show cooking “La Zucca alimentare”

... e poi ancora:

Laboratorio del miele con arnia didattica e creazione delle candele di cera con l'Apicoltura Costantini

Laboratorio dei semi con Elena Barbugli

Laboratorio della lana con Silvia Giovannini

Disegni e colori autunnali con Laura Pestelli

Azienda agricola San Martino a Tirli per le caldarroste cotte sul posto e le cialde calde con farina di castagne, azienda agricola di Empoli con i “mini animali”

Distribuzione di gadget: palloncini, penne, il libretto “Curiosi per Natura”, cappellini



CON IL PATROCINIO DI



SPAZIO “MERCATO DELLE OPPORTUNITÀ”:

Ore 12.00

“La dieta mediterranea è sempre valida?”

Dott. Giacomo Trallori (Gastroenterologo)

Ore 15.30

“La salute vien mangiando: fare scelte alimentari consapevoli per la nostra salute”

Dott.ssa Barbara Pampaloni (Biologa Nutrizionista)

Ore 16.15

Fame o emozioni? - Fame emotiva, stress, sonno e rapporto con il cibo

Dott.ssa Sonia Pistelli (Psicologa e Psicoterapeuta)

Ore 17.00

Alimentazione e prevenzione delle patologie gastrointestinali - Come prenderci cura della nostra salute attraverso le scelte quotidiane.

Dott. Federico Perna (Medico in Chirurgia Generale)





CON IL PATROCINIO DI



SPAZIO "SLOW FOOD":

Ore 11.00

Laboratorio di degustazione di olio, a cura di **Sandro Bosticco** (Docente Slow Food)

Ore 12.00

Presentazione della comunità Slow Food della "Cassetta di Cottura" a cura della **Presidente Gloria Lucchesi**. Alla fine ci sarà una degustazione gratuita di un piatto cucinato in Cassetta.

Ore 15.00

Laboratorio di degustazione di olio, a cura di **Sandro Bosticco** (Docente Slow Food)

Ore 16.00

Presentazione della comunità Slow Food "Il Sentiero della Salute"

Interverranno **Caterina Poccianti** (Ass. Circolino Verde);

Elena Della Santa (Slow Food Firenze)





CON IL PATROCINIO DI



Spazio “Jolly”



**LEGAMBIENTE
FIRENZE**

Ore 10.30-11.30 – Legambiente Firenze: “Firenze e la Mercafir ai tempi della crisi climatica”



Ore 11.30-12.30 – Distretto Economia Civile: GAS e le reti locali del cibo - Mappa interattiva sull'Osservatorio delle Economie Solidali e Trasformative



Ore 12.30-13.30 – Senza Spreco: “Ma quale scadenza?” Un gioco per capire le date sulle confezioni e scoprire che spesso abbiamo già in casa più cibo del previsto



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
FIRENZE

Ore 14.30-15.30 – Università degli Studi di Firenze: Novoli, un progetto di comunità. Novoli e Mercafir: progetto inclusivo in un’ottica di sostenibilità attiva

Prof. Arch. Stefano Bertocci – Prof. Arch. Alberto Di Cintio - Prof. Arch. Erich R. Trevisiol – Arch. PhD Chiara Odolini



Ore 15.30-16.30 – Distretto Biologico Territorio Fiorentino: Presentazione del Distretto Biologico Territorio Fiorentino



WWW.MERCAFEST.IT

CON IL CONTRIBUTO DI



FONDAZIONE
CR FIRENZE

SPONSOR





CON IL PATROCINIO DI



Mettiamo in mostra la nostra frutta

Esposizione e assaggi della nostra frutta fresca grazie alla partecipazione di alcuni operatori:

Primiziexpress

Catelaccio Azienda Agricola

Bassolino Giovanni

I Sapori del Vesuvio

... e in più ...

gustiamo la nostra macedonia fatta con frutta fresca





CON IL PATROCINIO DI



... e poi tante attività per tutte le età... e gusti!

Cucina e assaggi

- Showcooking e degustazioni
- Birra artigianale con erbe locali
- Latticini lavorati al momento... e tante altre preparazioni

Momenti ludici, conviviali e ricreativi

- Pompieropoli
- La “magia” della verdura

Educazione al consumo e all'alimentazione

- A ciascuno la giusta alimentazione
- Saper leggere un'etichetta sul prodotto

Il cibo come cultura: riconoscere i prodotti

- Le stagionalità dei prodotti
- Saper assaggiare l'olio di oliva

Percorsi sensoriali e laboratori didattici

- Laboratorio Olfattivo
- Percorso sensoriale tra le piante
- Colorare e disegnare... anche con gli ortaggi
- Percorsi mostre fotografiche





CON IL PATROCINIO DI



Si ringraziano tutti i partecipanti ed i partner dell'evento

Alia

Banco Alimentare

Caseificio Conte

CFT

Distretto Biologico Territorio Fiorentino

Distretto Economia Civile

Federazione Interprovinciale Coldiretti di Firenze e Prato

Fondazione CR Firenze

Fortezza 59

La Degna Tana

Le Mandrie - Burger

Legambiente

Mercato Centrale San Lorenzo

Mercato Delle Opportunità

Mercato Sant'Ambrogio

Novoli Bene Comune

Oleificio Sardelli

Pistoia Magic – Spettacoli di Magia

Pompieropoli

Publiacqua

Quartiere 5

Rete Semi Rurali

Senza Spreco





CON IL PATROCINIO DI



Slow Food Firenze

Unicoop Firenze

Università di Ferrara

Università di Firenze

Vangi

Villaggio Dei Popoli

