

Il primo mensile italiano di ecologia e del vivere naturale • dal 1977

TerraNuova

TerraNuova

N° 410 DICEMBRE 2024



Il Buon Natale *comincia a tavola*

*Gusto e tradizione per un menu delle feste
in chiave vegetale*

DECRETO CONTAMINAZIONI
A chi dà fastidio il biologico?

UCCELLI IN CITTÀ
Come aiutarli in inverno

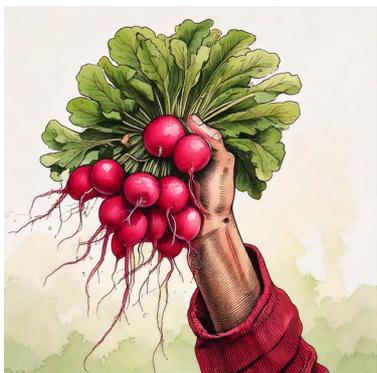
AGRICOLTURA NATURALE
L'esperienza di Kutluhan

GENITORI E BAMBINI
Idee per giocare nel bosco

ECOTURISMO
Vacanze al sole d'inverno

POPOLI NATIVI
Custodi della natura

MENSILE - N. 410 - € 5,00
9 788866 819653 >



10 *In primo piano*



22 *Ricette*



30 *Genitori e bambini*

8 Tanto per cominciare
Mindfulness del mugugno
Arianna Porcelli Safonov

9 L'eco del mese
**Notizie, idee, eventi
per vivere l'ecologia
tutto l'anno**

Distribuisci Terra Nuova!



Lavori in un centro di alimentazione naturale? Una bottega del mondo? Hai un punto vendita o un'attività in sintonia con i nostri valori?

Potrai usufruire di interessanti vantaggi di visibilità e promozione

info: 055 3215729 int. 2
distribuzione@terranuova.it

10 In primo piano
**A chi dà fastidio il
biologico italiano?**
Gabriele Bindi

**Nuovi OGM: una battuta
di arresto riaccende la
speranza**

Francesco Panié

22 Ricette
**Il Buon Natale
comincia a tavola**
Francesca Luise

30 Genitori e bambini
**Giochiamo nel bosco anche
d'inverno!**
Beatrice Salvemini

38 Animali
Gli uccelli in città
Linda Maggiori

42 Ecoturismo
Vacanze al sole d'inverno
Dario Scacciavento

53 Agricoltura
**Agricoltura naturale:
risvegliare il suolo (e la
propria coscienza)**
Ezio Maisto



38 *Animali*



42 *Ecoturismo*



70 *Popoli nativi*

66 Attivismo

Diritto di protesta: poco tutelato e troppo ostacolato

Debora Del Pistoia

70 Popoli nativi

Popoli custodi

Alice Farano

Survival International

90 Il Segnalibro

Libri, teatro e video

a cura di Alessandra Denaro

92 Terra Nuova Libri

Il catalogo dell'inverno di Terra Nuova

100 Spunti di vista

Sopravvivere alla modernità

Ivana Arena

Rubriche

50 L'Almanacco di Terra Nuova

Il rimedio del mese di dicembre: il mais

56 Il punto biodinamico

Carlo Triarico, presidente dell'Associazione Agricoltura Biodinamica

63 Coltiviamo la diversità

News e approfondimenti dalla Rete Semi Rurali

87 L'ecocircuito di Terra Nuova

Scopriamo le economie e le realtà che diffondono una «ecologia della mente»

Proprietà della testata: Editrice Aam Terra Nuova Srl, Via del Ponte di Mezzo 1, 50127 Firenze P. iva 05373080489

tel 055 3215729 - fax 055 5390109

Chiusura del numero: 12 novembre 2024

REDAZIONE (info@terranuova.it)

Direttore responsabile: Nicholas Bawtree
Consiglio di redazione:

Mimmo Tringale, Claudia Benatti, Gabriele Bindi, Alessandra Denaro

Hanno collaborato a questo numero:

Ivana, Arena, Gabriele Bindi, Claudia Benatti, Debora Del Pistoia, Alessandra Denaro, Alice Farano, Francesca Luise, Linda Maggiori, Ezio Maisto, Francesco Panié, Arianna Porcelli Safonov

Editing: Alessandra Denaro
(segreteria@terranuova.it)

Progetto grafico: Loris Reginato

Impaginazione: Daniela Annetta, Loris Reginato, Sabrina Scrobogna

Stampa: Arti Grafiche Boccia S.p.A.
Via Tiberio Claudio Felice, 7 Salerno

UFF. STAMPA: ufficiostampa@terranuova.it

PUBBLICITÀ e piccoli annunci

(055 3215729 int. 3) Sergio Tonon
pr@terranuova.it (pubblicità)
annunci@terranuova.it (piccoli annunci)
Ignazio Presti (347 1365754)
igpresti@gmail.com
Francesca Maggi (349 4510434)
francescamaggi@terranuova.it

FIERE ED EVENTI

Sabrina Scotti 055 3215729 int. 2
fiere@terranuova.it

ORDINI RIVISTA E LIBRI

Privati: (055 3215729 int. 1)
Valentina Claudi - libri@terranuova.it
Punti vendita: (055 3215729 int. 2)
Sabrina Scotti - distribuzione@terranuova.it

AMMINISTRAZIONE (tel 055 3215729 int. 5)

Caterina Salamone
caterinasalamone@terranuova.it

La rivista è disponibile nei punti vendita del circuito www.negoziobio.info, nelle fiere di settore, in edicola e per abbonamento.

Esercente dell'impresa editoriale esclusivamente per l'edicola:

Sprea S.p.A.



Via Torino 51,
20063 Cernusco sul Naviglio
(Milano)
tel 02924321 -
P. iva 12770820152

Iscrizione camera commercio 00746350149
CdA: Luca Sprea (Presidente), Alessandro Agnoli (AD), Maverick Greissing (Consigliere Delegato)

Distribuzione in edicola: Press-Di
Distribuzione stampa e multimedia s.r.l.
20090 Segrate

Contributi speciali



Debora Del Pistoia

Ricercatrice e attivista per i diritti umani. Dal 2010 si occupa di migrazioni e mobilità, libertà d'espressione, questioni di genere. Dal 2020 fa parte di *Amnesty International Italia* e si occupa di ricerca sulla repressione del dissenso.



Kutluhan Özdemir

Co-fondatore della *Rete per l'agricoltura naturale*, che organizza laboratori divulgativi sull'approccio di Fukuoka alla produzione di cibo. È autore di *L'agricoltura naturale e l'arte del non fare* (Terra Nuova Edizioni).



Jenni Shortt

Vive sull'Appennino toscano-emiliano, ristruttura una vecchia casa, insegna, scrive libri per bambini, organizza atelier nel bosco e cerca di vivere in modo sostenibile. È autrice di *Mamma giochiamo nel bosco?* (Terra Nuova Edizioni).



Franco Ferroni

Laureato in Scienze Naturali. Indirizzo «conservazione della natura e delle sue risorse». Nel 1990 ha iniziato a lavorare da professionista nel *Wwf Italia*, realtà presso la quale oggi è responsabile della sezione Agricoltura & Biodiversità.



Certificato PEFC

Questo prodotto è realizzato con materia prima da foreste gestite in maniera sostenibile e da fonti controllate

Questa rivista è stampata su carta **PRIMA SILK** certificata **PEFC™**.
Terra Nuova si trova nel primo gruppo dei 14 «Editori amici delle foreste» di Greenpeace e contribuisce a un'economia solidale promuovendo circuiti alternativi come i negozi bio (www.negoziobio.info) e le librerie indipendenti.

Sostieni il *cambiamento*



Scegli l'abbonamento più adatto a te

Digitale	Carta	Biennale
€ 27,99	€ 43	€ 70
<i>la rivista sempre a portata di mano</i>	<i>e il digitale te lo regaliamo noi</i>	<i>e il digitale te lo regaliamo noi</i>

Queste e tante altre opzioni su www.terranovalibri.it/abbonamenti

I vantaggi per chi si abbona

-  **Versione digitale inclusa con pdf scaricabile e accesso all'archivio storico**
-  **Spedizioni gratuite per tutti gli acquisti su www.terranuovalibri.it**
-  **Un libro omaggio (vedi sotto)**
-  **Sconti e convenzioni nel mondo eco-bio scopri tutte le realtà convenzionate: www.terranuovalibri.it/scontoabbonati**
-  **2 annunci gratuiti sulla rivista vedi pagina 80 per i dettagli**



CEDOLA PER L'ABBONAMENTO (CARTACEO PIÙ VERSIONE DIGITALE IN OMAGGIO)

- Annuale** (per me o regalo): € 43
- Biennale**: € 70
- Annuale regalo** (se io sono abbonato): € 38
- Annuale + Annuale regalo**: € 72
- Annuale estero**: € 100 (in Europa); € 120 (resto del mondo)
- Annuale sostenitore**: € 100

Per la lettura in digitale (omaggio) della rivista in abbonamento scopri i dettagli su www.terranuovalibri.it/letturadigitale

FORMA DI PAGAMENTO Ho effettuato il pagamento (allego qui la ricevuta):

- sul c/c postale n° 69343903
- tramite bonifico bancario anticipato (IBAN IT07R050180280000011459930 causale "Abbonamento")

Intestati a: Editrice Aam Terra Nuova srl, via Ponte di Mezzo 1, 50127 Firenze

NOTA: il pagamento tramite carta di credito è possibile unicamente sottoscrivendo l'abbonamento online su www.terranuovalibri.it/abbonamenti

Compila e invia con copia del versamento: posta, fax 055 5390109 oppure abbonamenti@terranuova.it

nome _____ cognome _____
via _____ n° _____ cap _____ loc. _____ prov. _____
tel _____ email* _____ p.iva o Cod.Fisc. _____

Dati per l'abbonamento in regalo

nome _____ cognome _____
via _____ n° _____ cap _____ loc. _____ prov. _____
tel _____ email* _____

* campo obbligatorio per leggere la versione digitale / **Contatti:** Tel 055 3215729 int.1 - abbonamenti@terranuova.it



Dicembre 2024

in
omaggio

Nicholas Bawtree

direttore responsabile



Una tavola che unisce

Ogni anno il Natale ci regala il piacere di ritrovarci attorno a una tavola imbandita, celebrando una tradizione che unisce famiglie, amici e anche persone che magari non si vedono da tempo.

Il pranzo di Natale può essere un momento di profonda condivisione e vicinanza. Ciò che si porta in tavola si intreccia spesso ai ricordi e ai racconti, il cibo ci parla anche di chi siamo.

E cosa succederebbe se quest'anno la tavola delle feste si arricchisse di una nuova sensibilità, quella verso un'alimentazione bio, cruelty free e a base vegetale?

In questo numero il nostro consueto spazio delle ricette è dedicato proprio a una rilettura del Natale in chiave ecologica e inclusiva, per una tavola che, senza rinunciare alla tradizione, accoglie e celebra una cucina rispettosa dell'ambiente e degli animali. Immaginiamo un menu che, dall'antipasto al dolce, ci faccia gustare sapori con ingredienti biologici e sostenibili e ci riveli come la nostra scelta alimentare possa essere un atto d'amore per la Terra, senza sacrificare la bontà dei piatti che amiamo.

Nel cuore dell'ecologia non c'è solo il rispetto per l'ambiente, ma anche un'attenzione profonda ai rapporti umani. A Natale, questa attenzione si

traduce nella convivialità, nell'arte di preparare qualcosa di speciale per le persone che amiamo. Una proposta di menu vegetale può diventare un'opportunità per condividere con i nostri commensali una cucina che affianca senza antagonismi i piatti onnivori, offrendo un'alternativa capace di mantenere intatti i sapori familiari, magari addirittura riuscendo a sorprendere.

Il periodo delle feste di fine anno è forse l'occasione ideale per fare questo passo, per trasformare la convivialità in una celebrazione che includa e accolga. Scegliere ingredienti vegetali significa promuovere un modello di vita che ci riavvicina alla Terra e al nostro impegno comune per un futuro più sostenibile. Ma significa anche altro: dare valore a un tempo di qualità insieme, a una tavola che rappresenti i nostri valori e il nostro desiderio di donare un'esperienza che parla di cura, di rispetto e di apertura verso il mondo.

A handwritten signature in black ink that reads "Nicholas Bawtree". The signature is fluid and cursive.



l'eco del mese

NOTIZIE, IDEE, EVENTI PER VIVERE L'ECOLOGIA TUTTO L'ANNO

Terra Nuova e i suoi autori a Più Libri Più Liberi

Terra Nuova è presente a *Più Libri Più Liberi*, la fiera nazionale della piccola e media editoria che si tiene a Roma, allo spazio *Centro Congressi La Nuvola*, in viale Asia 40/44, dal 4 all'8 dicembre, allo stand E44. E con noi ci saranno anche diversi nostri autori che incontreranno i lettori e tutti i partecipanti alla fiera.

Sabato 7 dicembre, presso lo stand di Terra Nuova, incontro per conoscere gli autori e firmacopie con: Gloria Germani, autrice di *Tiziano Terzani contro la guerra*, dalle 11.30 alle 12.30; Antonio Onorati, autore di *In difesa dei contadini*, membro del *Coordinamento europeo di Via Campesina* e dell'*Associazione Rurale Italiana*, dalle 15.00 alle 16.00; e dalle 16.00 alle 17.00 con Francesco Panié e Stefano Mori, autori di *Perché fermare i nuovi OGM*.

Domenica 8 dicembre, alle ore 13.00, alla sala Giove del Centro Congressi, Erica Bassani, autrice di *Donne che esplorano il divino*, incontra il pubblico e presenta le testimonianze delle maestre spirituali contemporanee che ha raccolto nel suo toccante volume.

Per info: www.plpl.it

Terra Nuova alla radio

Prosegue la collaborazione con *Radio Antenna Uno* di Torino, che ospita le voci di Terra Nuova nell'ambito della trasmissione *Alziamo le vibrazioni*.

Gli ospiti di dicembre sono:

- giorno 3, Nicholas Bawtree, direttore di Terra Nuova, presenta il nuovo numero della rivista;

- giorno 10, Gabriele Bindi introdurrà il tema delle normative che stanno mettendo a rischio il biologico.

Seguite la diretta con gli ospiti di Terra Nuova alle 18.00 sulle frequenze FM 104.7 e 104.6 o in streaming su www.antennaunoradio.com.

Eco-fiere del mese *Vieni a trovarci allo stand di Terra Nuova!*

30 novembre e 1° dicembre, 7 - 8 e 14 - 15 dicembre
Festival dell'Oriente (Padova)
Rassegna di arte, cultura e folklore orientale

4 - 8 dicembre
Più libri più liberi
(Roma - La Nuvola)
Fiera nazionale della piccola e media editoria

8 dicembre
Col cavolo - Il vegan che non ti aspetti (Bergamo)
Giornata dedicata al mondo vegan

Incontra gli autori di Terra Nuova

1 dicembre, Corinaldo (Ancona) Simona Luci presenta il suo libro *Riflessi di bellezza* presso Alberi Custodi, strada Santa Liberata 10, alle ore 17.00. Segue una meditazione con tamburi. Ingresso 5 euro. Info: tel 331 7363116

7 dicembre, Bologna Andrea Magnolini, autore di *Fare cesti*, tiene un corso di cesteria in via Rialto. Per info, dettagli e iscrizioni: www.passileggerisullaterra.it

7 dicembre, Primolano (Vicenza) Michela Trevisan, autrice di *Manuale dei cibi fermentati* e di *Liberi da allergie e intolleranze*, tiene un laboratorio

sulle verdure fermentate dalle 16.00 alle 18.00 in via Foramello 1. Info e iscrizioni: messaggio al tel 366 4878681

7 dicembre, Roma Gloria Germani, autrice di *Tiziano Terzani contro la guerra*, presenta il suo libro alla Cappella Orsini, via di Grotta Pinta 21, su iniziativa dell'Unione Buddhista Italiana, alle ore 16.00.

14 e 15 dicembre, Trevignano (Roma) Dafne Chanaz, autrice di *Il prato è in tavola*, tiene un corso di riconoscimento, raccolta e utilizzo delle erbe spontanee, dalle 10.00 alle 15.00. Info e prenotazioni: tel 349 3922564 - in-

fo@accademiadelleartierboristiche.it

14 dicembre, Mogliano Veneto (Treviso) Michela Trevisan, autrice di *Manuale dei cibi fermentati* e di *Liberi da allergie e intolleranze*, tiene un laboratorio sulle verdure fermentate dalle 10.00 alle 12.00, al Centro comunitario Don Giorgio in via Ronzinella 176. Info e iscrizioni: messaggio al tel 366 4878681

15 dicembre, Castiglioncello (Livorno) Gloria Germani, autrice di *Tiziano Terzani contro la guerra*, presenta il suo libro al Castello Pasquini, piazza della Vittoria 1, alle ore 18.00.





Il Buon Natale *comincia a tavola*



Dall'antipasto al dolce, reinterpretiamo in chiave vegetale il pranzo natalizio, ricalcando i sapori della tradizione, ma senza ingredienti di origine animale.

Non abbiate timori: questo menu è a prova di palato onnivoro!



Francesca Luise è cuoca e filosofa. La sua cucina è naturale, etica, inclusiva e prevalentemente vegetale. Organizza corsi e laboratori, offre consulenze per privati e professionisti. Dal 2022 ha aperto un laboratorio di cucina domestica a Venezia centro storico.

www.francescaluise.it



Conosciamo l'importanza che riveste il pranzo di Natale all'interno dell'anno.

Si comincia mesi prima a parlarne, a immaginare gli invitati e a pre-gustare i manicaretti che si prepareranno. Ma la tavola di Natale è anche un'occasione per riunire amici e parenti che si frequentano con minore assiduità, coi quali non sempre si condividono le scelte che abbiamo fatto per la nostra vita. Ma non per questo dobbiamo rinunciare al condividere un pranzo o una cena, anzi! Questa festa può trasformarsi in un'opportunità per diffondere anche nelle grandi occasioni la sensibilità per un'alimentazione vegan, o anche solo per offrire qualche spunto in più ai vostri commensali per incrementare l'uso dei vegetali nei pasti, anche nelle occasioni speciali. Vi propongo dunque delle preparazioni piuttosto classiche. I piatti sono pensati sia per impiantare un menu completo, dall'antipasto al dolce, sia per fornire delle alternative a primi, secondi o dolci, senza l'uso di ingredienti di origine animale, ma caratterizzate da sapori e forme tradizionali. Così le ricette possono per esempio affiancare un menu onnivoro, offrendo una alternativa che non appare troppo esotica. E allora via libera a tartare, tortelli e un secondo piatto in crosta di sfoglia, per concludere con una crema al cacao golosissima, da mangiare come dessert al cucchiaino oppure da spalmare su pandori e panettoni, tutto vegan! 🍷

Ricette



Ricette



Tartare di avocado e tofu

Ingredienti

200 g di tofu · un avocado non troppo maturo · mezza cipolla di Tropea · mezzo limone (succo) · un cucchiaino di senape di Digione · 15-20 grani di pepe rosa · sale · olio extravergine di oliva · rucola per guarnire

Sbriciola il tofu a mano e mettilo in una terrina. Frulla l'avocado con la cipolla e aggiungilo al tofu. Mescola bene, unisci la senape, il succo di limone, il sale e ottieni un impasto compatto. Con l'aiuto di un coppapasta ottieni 4 porzioni e servi con la rucola, il pepe rosa e un filo di olio extravergine di oliva. Servi con qualche fetta di pane ripassato al forno, in modo che sia croccante.



14-16
MARZO 2025
Fiera Milano Rho

21^a Fiera nazionale del consumo critico
e degli stili di vita sostenibili



In contemporanea



Fiera dei
**Grandi
Camminj**

Organizzata da **TERRE** DI MEZZO
EVENTI

Info e modalità di partecipazione sul sito falacosagiusta.org