

Terra Nuova

dal 1977

n° 383 · GIUGNO 2022

SPECIALE

Viaggiare leggero

La vacanza
che pesa
di meno
sull'ambiente
e sul
portafogli

L'Almanacco
di GIUGNOSTACCA
E APPENDI!

GIARDINO

Orchidee
sostenibili



- **RICETTE** Preparare il picnic perfetto
- **COWASH** L'alternativa allo shampoo
- **FIBROMIALGIA** Un aiuto dallo yoga
- **BIOEDILIZIA** Scegliere finestre e serramenti
- **AMBIENTE** Allarme microplastiche
- **AGRICOLTURA** Orticoltura biologica da reddito

Questo numero è stato chiuso
il 12 maggio 2022

REDAZIONE (055 3215729 int. 4)
info@terranuova.it

Direttore responsabile: Nicholas Bawtree

Consiglio di redazione:
Nicholas Bawtree, Mimmo Tringale,
Claudia Benatti, Gabriele Bindi,
Alessandra Denaro
segreteria@terranuova.it

Hanno collaborato alla redazione
di questo numero:

Emanuela Ascari, Nicholas Bawtree,
Gabriele Bindi, Claudia Benatti, Mario Catania,
Raffaele Crocco, Alessandra Denaro,
Annalisa D'Orsi, Sylvie Hampikian, Francesca Luise,
Mario Malagoli, Maria Grazia Mammuccini,
Francesca Mastracci, Alessandra Miraglia,
Francesco Paniè, Arianna Porcelli Safonov,
Egidio Raimondi, Carlo Triarico.

Direzione grafica: Andrea Calvetti
grafica@terranuova.it

Editing e ricerca iconografica:
Alessandra Denaro

Impaginazione:
Andrea Calvetti, Sabrina Scrobogna

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

Web (055 3215729 int. 717)
Sabrina Scrobogna - web@terranuova.it

UFFICIO STAMPA
ufficiostampa@terranuova.it

PUBBLICITÀ e piccoli annunci
(055 3215729 int. 5)

Sergio Tonon - pr@terranuova.it (pubblicità)
annunci@terranuova.it (piccoli annunci)

Maria Pia Tinaglia (347 3648161)
promozione@terranuova.it
skype: mariapia.tinaglia

Ignazio Presti (347 1365754) - igpresti@gmail.com

Francesca Maggi (349 4510434)
francescamaggi@terranuova.it

Francesco Dardis (330 321405)
francesco.dardis@alice.it - skype: francesco.dardis

FIERE ED EVENTI

Sabrina Burrelli Scotti
055 3215729 int. 3 - fiere@terranuova.it

ORDINI RIVISTA E LIBRI

Per negozi, librerie e altri punti vendita
055 3215729 int. 2
distribuzione@terranuova.it

Per privati (055 3215729 int. 1)
Valentina Claudi
libri@terranuova.it

AMMINISTRAZIONE (tel 055 3215729 int. 6)

Caterina Salamone
caterinasalamone@terranuova.it

Olga Bossa
olgabossa@terranuova.it



Lavori in un centro di
alimentazione naturale?
Una Bottega del Mondo?
Hai un punto vendita
o un'attività in sintonia
con la nostra testata?

**Distribuisci
Terra Nuova!**

Potrai usufruire di interessanti
vantaggi di visibilità e promozione

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

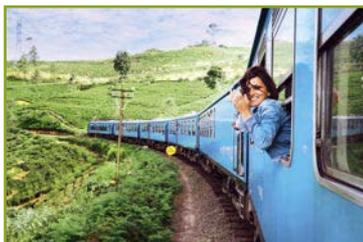


I crediti relativi alle immagini utilizzate su Terra Nuova
sono consultabili su: www.terranuova.it/credits



6 L'ECO DEL MESE
Notizie, idee, eventi
per vivere l'ecologia
tutto l'anno

7 TANTO PER COMINCIARE
Discorso alle mie piante
ARIANNA PORCELLI SAFONOV



8 SPECIALE Ecoturismo
Viaggiare leggero
Spunti per una vacanza all'insegna del
risparmio economico ed energetico
GABRIELE BINDI

20 RICETTE
È tempo di picnic!
Deliziose ricette, fresche e colorate, per
gite fuori porta o pranzi a sacco
FRANCESCA LUISE

26 SALUTE
Fibromialgia, un aiuto dallo yoga
Esercizi specifici, modulati sulle
esigenze dei pazienti che soffrono di
questa patologia
BEATRICE SALVEMINI

30 ECOCOSMESI
**Cowash: l'alternativa allo
shampoo per i lavaggi frequenti**
Ideale per capelli danneggiati
e stressati: ecco i prodotti migliori
sul mercato
ALESSANDRA MIRAGLIA



34 GIARDINAGGIO
Orchidee sostenibili
Guida pratica per acquisti consapevoli
e a basso impatto
ANNALISA D'ORSI

40 BIOEDILIZIA
Una finestra sul mondo
Scegliere fra i modelli disponibili con
un occhio alle necessità energetiche
EGIDIO RAIMONDI

46 ATTIVISMO
**Rilocalizzare per guarire
il Pianeta**
Tutte le iniziative promosse dal gruppo
Local Futures per il mese di giugno
A CURA DELLA REDAZIONE

L'ALMANACCO
di TERRA NUOVA

GIUGNO
Il rimedio del mese
L'origano
SYLVIE HAMPKIAN



53 AGRICOLTURA
La plastica nei terreni agricoli
I rischi di contaminazione da Mp e gli
effetti sugli ecosistemi
MARIO MALAGOLI

56 IL PUNTO BIODINAMICO
**Il suolo vivente della nuova
agricoltura**
CARLO TRIARICO

58 MONDO BIO
Syngenta contro il bio
MARIA GRAZIA MAMMUCINI

60 AGRICOLTURA
Orticoltura biologica:
l'importanza di fare rete
Come creare un reddito più che
sufficiente attraverso l'integrazione dei
modelli agroecologici oggi più diffusi
GABRIELE BINDI

Il prossimo numero
sarà in edicola e nei negozi bio dal **24 giugno!**

64 COLTIVIAMO LA BIODIVERSITÀ
News e appuntamenti
dalla Rete Semi Rurali



65 ATTUALITÀ
NBT: il principio di precauzione
interessa ancora a qualcuno?
Gli alimenti geneticamente modificati si
insinuano alle porte dell'Europa
FRANCESCO PANIÉ

66 NUOVI PARADIGMI
Senza divisioni: come pensare
ed essere nel Tao
BEATRICE SALVEMINI



68 ARTE
Luigi Coppola: «Chi semina
utopia raccoglie realtà»
L'arte al servizio dell'ecologia
nell'opera di un artista salentino
EMANUELA ASCARI

72 L'INTERVISTA
Le insospettabili
che rapirono Salvini
Il giornalista e documentarista
Andrea Tomasi racconta il suo
libro sull'inquinamento da Pfas
nel nostro Paese
A CURA DELLA REDAZIONE

76 IL COMMENTO
La pace come «nuova normalità»
è possibile?
RAFFAELE CROCCO



78 SOCIETÀ
Contro i rave
Come nasce l'accanimento contro
questa cultura libera e nomade, che
mina le logiche del mercato
MARIO CATANIA

81 ECOVILLAGGI.IT
News e appuntamenti dalla
Rete italiana villaggi ecologici
FRANCESCA MASTRACCI

83 P_v PAGINE VERDI
TUTTI I CONTATTI E GLI EVENTI DEL
MONDO ECO-BIO-SOSTENIBILE

**90 L'ECO-CIRCUITO
DI TERRA NUOVA**
Uno spazio dedicato alle realtà
che distribuiscono Terra Nuova,
ognuna con una storia da raccontare!

93 TERRA NUOVA DEI LETTORI
Prendersi cura
CRISTINA MURRU

94 SEGNALIBRO
Libri, musica, video
A CURA DI ALESSANDRA DENARO

100 SPUNTI DI VISTA
Il blackout è solo
un cambio di scena
GABRIELE BINDI

Terra Nuova

n. 383 (181) giugno 2022
Reg. Tribunale di Firenze n. 4937 del 14/02/2000
ISSN: 1121-178X

PROPRIETÀ DELLA TESTATA

Editrice Aam Terra Nuova Srl
Via del Ponte di Mezzo 1, 50127 Firenze
tel 055 3215729 - fax 055 5390109
P. iva 05373080489

Orario ufficio abbonamenti:
lun-ven 9.00-13.30

Orario ufficio pubblicità:
lun-ven 9.30-12.30 / 14.30-16.30

Orario altri uffici:
lun-gio 9.00-13.30 / 14.30-17.00
ven 9.00-13.30

www.terranuova.it

CANALE EDICOLA

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

ABBONAMENTI

(055 3215729 int. 1)

Valentina Claudi
abbonamenti@terranuova.it

Abbonamento Italia (11 numeri): € 43,00

Abbonamento biennale (22 numeri):
€ 70,00 (anziché 86,00)

Abbonato regala abbonamento:
€ 38,00 (anziché 43,00)

Rinnovo + abbonamento in regalo:
€ 72,00 (anziché 76,00)

MODALITÀ DI PAGAMENTO

c/c postale, assegno bancario, contrassegno,
carta di credito, online su www.terranuova.it

Per i dettagli vedi il modulo a pag. 5

La rivista è disponibile anche nei punti vendita
del circuito www.negoziobio.info
e nelle fiere di settore.

LIBRI

I libri di Terra Nuova Edizioni si possono acquistare:

- in libreria e nei negozi del circuito
www.negoziobio.info
- online su www.terranuovalibri.it

Lo sapevi?

Terra Nuova è distribuito in oltre 1300
punti vendita in tutta Italia. Scopri
subito quello più vicino a te su
www.negoziobio.info.

Troverai ogni mese il nuovo numero
della rivista, insieme a tanti libri per
approfondire i temi trattati. Contribuisci
anche tu a creare una nuova economia
solidale e sostenibile!

**Quella che tieni in mano
non è una rivista qualunque**

È stampata su carta **STEINBEIS SILK 100% RICICLATA** ed è prodotta
interamente con carta da macero, con una produzione sostenibile e ir-
spettabile delle risorse naturali.

La carta è certificata dal marchio **Der Blaue Engel** (l'Angelo Blu) rila-
sciato dal Ministero dell'Ambiente tedesco.

Ecolabel UE è il marchio di qualità ecologica dell'Unione Europea che
contraddistingue prodotti e servizi caratterizzati da un ridotto impatto
ambientale durante l'intero ciclo di vita.





Verde. Sempre.

Terra Nuova

Via libera all'ecologia **totale**

Scegli l'abbonamento più adatto a te

DIGITALE

€ 27,99

la rivista
sempre a portata
di mano

CARTA

€ 43

e il digitale
te lo regaliamo
noi

BIENNALE

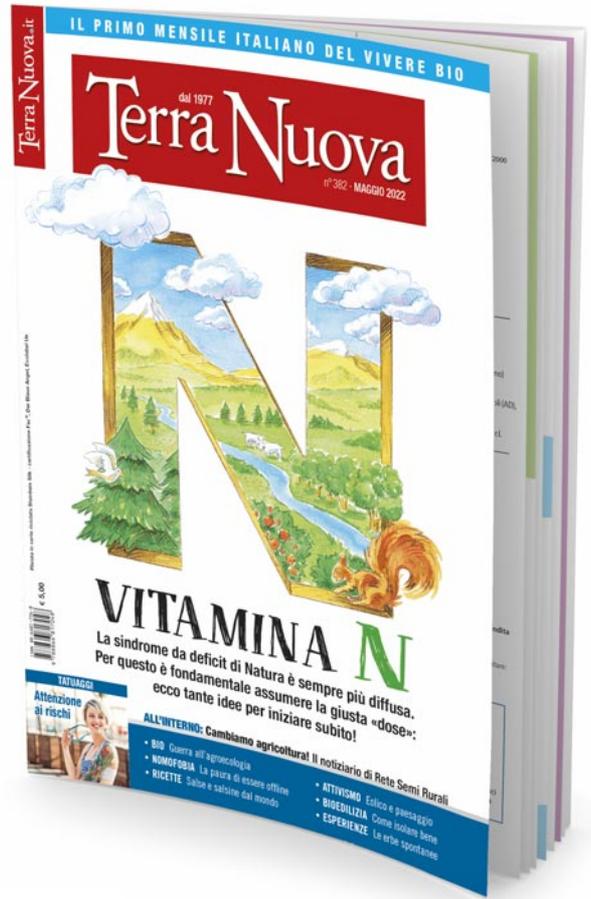
€ 70

e il digitale
te lo regaliamo
noi

Queste e tante altre opzioni su:
abbonamenti.terranuovalibri.it

I **vantaggi** per chi si abbona:

- ✓ **spedizioni gratuite** **NOVITÀ** per tutti gli acquisti su www.terranuovalibri.it
- ✓ **un libro** in 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 pag. 82 per i dettagli



IN OMAGGIO



CEDOLA PER L'ABBONAMENTO (12 mesi, 11 numeri di **Terra Nuova**)

- Abbonamento annuale (o regalo 1 abbonamento): € 43 (Carta + Digitale)
- Abbonamento biennale: € 70 (Carta + Digitale)
- Sono abbonato e regalo 1 abbonamento annuale: € 38 (Carta + Digitale)
- Abbonamento + abbonamento regalo: € 72 (Carta + Digitale)
- Abbonamento annuale estero (Carta + Digitale): € 100 (in Europa); € 120 (resto del mondo)
- Abbonamento annuale sostenitore: € 100 (Carta + Digitale)

Se scarichi la APP i numeri del tuo abbonamento cartaceo potranno essere letti anche in digitale: tutti i dettagli su www.terranuovalibri.it/digitaleomaggio

FORMA DI PAGAMENTO - Ho versato l'importo:

- sul **c/c postale n° 69343903** intestato a: Editrice Aam Terra Nuova srl, via Ponte di Mezzo 1, 50127 Firenze di cui allego ricevuta specificando come causale del versamento: «Abbonamento»
- tramite bonifico bancario anticipato** (IBAN IT07R0501802800000011459930 con causale «Abbonamento») intestato a: Editrice Aam Terra Nuova srl, via Ponte di Mezzo 1, 50127 Firenze; di cui allego ricevuta

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

Sono ormai tre anni che arriviamo al consueto appuntamento con lo speciale ecoturismo con un certo pudore. Nel 2020 eravamo ancora storditi dal primo lockdown. Nel 2021 non ne parliamo. Quest'anno, mentre si consuma un conflitto che di fatto già coinvolge il mondo intero, l'idea stessa di un viaggio di piacere sembra quasi inopportuna, se non pericolosa.

Eppure è proprio adesso che bisogna ricominciare a viaggiare, ma a viaggiare davvero, non semplicemente a consumare un prodotto turistico. Mai come adesso, infatti, c'è bisogno di allargare i propri orizzonti culturali, vivere in prima persona la diversità, stringere rapporti di amicizia e fratellanza in tutto il mondo.

Un viaggio autentico, in cui c'è il desiderio reale di relazionarsi a persone e luoghi diversi, è a ben vedere uno dei più importanti atti di pace per prevenire i conflitti. Perché la guerra è certamente legata a cinici giochi di potere, ma di fatto trova polvere per propri cannoni in ogni forma di chiusura mentale, in ogni sentimento di xenofobia, in ogni pregiudizio ideologico, in ogni falsa concezione di purezza e superiorità.

Lo avevano capito bene i fondatori di *Servas*, un movimento nato nel 1950 per scongiurare nuove guerre, facilitando la conoscenza tra culture attraverso una rete internazionale di ospitalità gratuita. Un principio che con l'arrivo di internet ha avuto un'ampia diffusione con siti come quelli di *Hospitality Club* e *Couchsurfing*.

Insomma, se da una parte l'instabilità geopolitica ci porta a riscoprire il valore della localizzazione (proprio questo mese si celebra il *World Localization Day*, pag. 46), dobbiamo assolutamente scongiurare che questo sacrosanto principio non ci porti a chiuderci in noi stessi. Non dobbiamo mai perdere il nostro innato spirito nomade, la nostra naturale curiosità per ciò che è altro da noi, la nostra spontanea capacità di stupirci di fronte alle straordinarie ricchezze espressive del nostro caro Pianeta e di chi lo abita. E tutto questo lo possiamo vivere anche tutti i giorni attraverso la lettura, il cinema, l'arte, la musica.

Quindi, oggi più che mai, cari lettori e lettrici... buon viaggio!



PRESENTA



L'ECO DEL MESE

GIUGNO



mar 7



mar 14



mar 21



mer 29

n° 68 - Giugno 2022

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

Festa della civiltà contadina

12 GIU TORNA A RENDOLA (MONTEVARCHI, AREZZO), la *Festa della civiltà contadina*, nata da un'idea della famiglia per ricordare Pietro Pinti, il mezzadro protagonista de *Il libro di Pietro* (Terra Nuova Edizioni). L'evento si svolgerà presso l'azienda agricola *La Fonte* di Rendola e inizierà alle ore 16.00 con la merenda a km zero, proseguendo con letture animate, il laboratorio di «bombe di semi» per bambini e la presentazione del volume *Il ciclo dei mesi* di Jenny Bawtree.

Inoltre, escursioni, scambi di semi, mostra delle scene di vita contadina e piccolo mercato di produttori e artigiani locali. L'evento è realizzato in collaborazione con: *Associazione Vera Terra*, *Associazione Terra Libera Tutti*, *Associazione L'Erba Canta* e *Terra Nuova Edizioni* e si svolgerà presso: via della Fonte 17, Rendola (Montevarchi, Arezzo).

Info e prenotazioni: tel 349 5559818 - lafonte.rendola@gmail.com

Webinar sui nostri amici a quattro zampe

Stefano Cattinelli, co-autore di *Vite connesse* e autore di *Amici fino in fondo*, terrà alcuni webinar nel mese di giugno. Eccoli di seguito.

- «Direzione Salute», percorso sistematico per il mantenimento della salute degli animali che vivono con noi. Insieme a Pietro Venezia, dalle 20.00 alle 22.00, aperto a tutti, venerdì 3, 10, 17, 24 giugno e l'1 luglio.
- «Amici fino in fondo», percorso online aperto a tutti per accompagna-

re i propri animali al fine vita con amore. Dalle 20.00 alle 22.00, il 9, 16, 23 e 30 giugno.

- «Il Rescue Remedy», percorso online aperto a tutti per gestire le emergenze nostre e dei nostri animali attraverso i Fiori di Bach. Dalle 20.30 alle 22 il 21 giugno, 12 e 19 luglio.
 - «Lo Spazio di Relazione», laboratorio online di Costellazioni Sistemico Familiari per animali. Dalle 20.00 alle 22.00 l'1, 8, 15 e 22 giugno.
- Info e iscrizioni: segreteria@armonicanimali.com



ECO-FIERE DEL MESE

VENITE A TROVARCI ALLO STAND DI TERRA NUOVA!

2 - 5 GIUGNO

Rimini Wellness Fiera di Rimini *Kermesse dedicata a fitness, benessere, sport*

2 - 5 GIUGNO

Eirenefest Roma - San Lorenzo *Festival del libro della Pace e della Nonviolenza*

5 GIUGNO

Naturalmente Mantova Mondosano e Anconetta
Manifestazione culturale dedicata al benessere naturale

11 - 12 GIUGNO

Bioest Trieste - parco S. Giovanni *Fiera del biologico e dei prodotti naturali*

11, 18 E 24 GIUGNO

Oriente day Lecco, Milano San Donato e Monza
Festival all'insegna della scoperta delle bellezze d'Oriente

29 GIUGNO - 3 LUGLIO

Adventure Outdoor Fest San Marcello Piteglio (Pt)
Sport e avventura nell'Appennino Tosco Emiliano



INCONTRA GLI AUTORI DI TERRA NUOVA

In riferimento a convegni e appuntamenti, consigliamo di verificare data, modalità e fattibilità con gli organizzatori dato che le norme sulle restrizioni cambiano di frequente.

Catalogo completo su www.terranuovalibri.it

1, 14 E 28 GIUGNO - RADIO

Radio Antenna Uno, storica emittente radiofonica torinese, ospita le voci di Terra Nuova nell'ambito della trasmissione «Alziamo le vibrazioni», condotta, tra gli altri, da Carla Canapè. Seguite la diretta con gli ospiti di Terra Nuova alle 11.00 (frequenze FM 104.7 e 104.6 o in streaming www.antennaunoradio.com). Gli ospiti di giugno sono: l'1 giugno il direttore di Terra Nuova, Nicholas Bawtree, presenterà il nuovo numero della rivista; il 14 Alessio Capezzuoli autore di *Orticoltura biologica da reddito* e il 28 Marco Mantovani, autore di *Apicoltura biologica con arnie Warré e Top Bar*.

4 E 5 GIUGNO, QUATTRO CASTELLA (REGGIO EMILIA)

Andrea Magnolini, autore di *Forni in terra cruda*, terrà un corso di autocostruzione proprio di forni in terra cruda. Info e iscrizioni: tel 392 5900321 - info@aletheiaecologia.com

4 E 5 GIUGNO, BERGAMO

Laura Castoldi, co-autrice di *La mia cucina contro il cancro*, tiene un corso per la preparazione di pane, pizza e focacce con pasta madre. Presso *I Buoni Sani*, via Angelo Cassina 8b. Info e iscrizioni: tel 329 6915419 - corsi@ibuonisani.it

7 GIUGNO, BERGAMO

Laura Castoldi, co-autrice di *La mia cucina contro il cancro*, tiene un corso per la preparazione di torte salate salutari. Presso *I Buoni Sani*, via Angelo Cassina 8b. Info e iscrizioni: tel 329 6915419 - corsi@ibuonisani.it

8, 15, 22 E 29 GIUGNO - ONLINE

Martin Halsey, autore di *La cucina che cura*, *Come difendersi dai virus*, *Dimagrire con la Italian Rice Diet* e co-autore di *La mia cucina contro il cancro*, terrà quattro lezioni online. L'8 giugno il tema sarà «Sindrome premestruale e diagnosi del mestruo»; il 15 giugno «I cereali energia e proprietà curative» con Denny Waxman; il 22 giugno «Focus salute: cistite, candida, incontinenze della vescica»; il 29 giugno «Focus salute: dieta vegana vantaggi e svantaggi da un punto di vista macrobiotico». Le lezioni si svolgono su piattaforma Zoom. Orario 20.30-22.00. Info e iscrizioni: www.lasanagola.com/events/mese

11 E 12 GIUGNO, BERGAMO

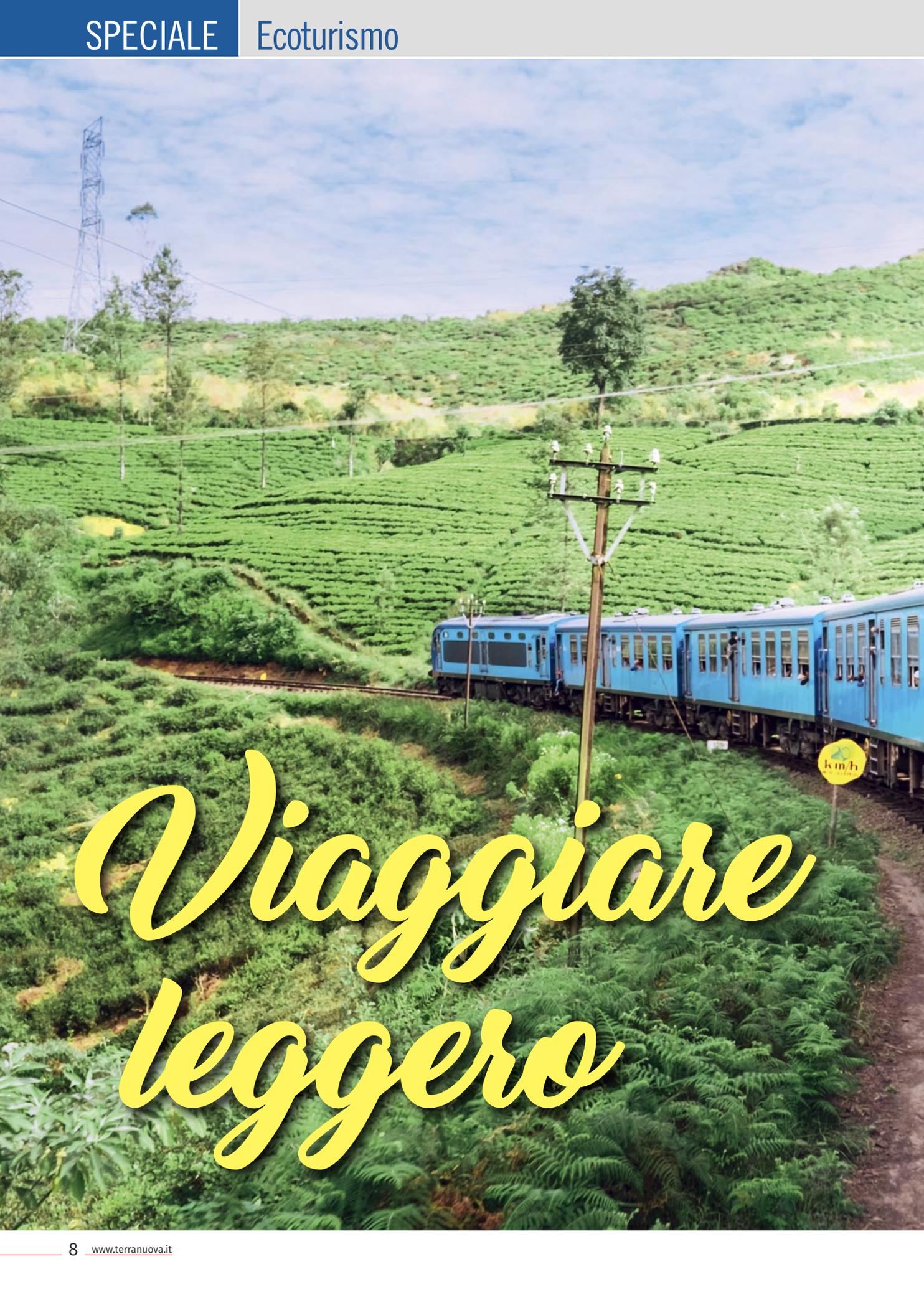
Laura Castoldi, co-autrice di *La mia cucina contro il cancro*, tiene un corso base di cucina naturale. Presso *I Buoni Sani*, via Angelo Cassina 8b. Info e iscrizioni: tel 329 6915419 - corsi@ibuonisani.it

14 GIUGNO, BERGAMO

Laura Castoldi, co-autrice di *La mia cucina contro il cancro*, tiene un corso per la preparazione di dolci estivi salutari. Presso *I Buoni Sani*, via Angelo Cassina 8b. Info e iscrizioni: tel 329 6915419 - corsi@ibuonisani.it

24, 25 E 26 GIUGNO, MAREMMA (TOSCANA)

Dafne Chanaz, autrice di *Il prato è in tavola*, terrà il corso «Verso un'autonomia felice. Riscopriamo la nostra natura contadina». Presso: *Rifugio Seremus*, Le Castellacce (Monterotondo marittimo, Grosseto). Info su www.seremus.it/ dafne-chanaz e iscrizioni a info@seremus.it

A blue train with several passenger cars is traveling through a lush green tea plantation on a hillside. The tea plants are arranged in neat rows, and the hills are covered in dense greenery. A utility pole stands in the foreground, and a yellow sign with 'km/h' is visible near the train. The sky is blue with some clouds.

Viaggiare leggero



Per le nostre vacanze estive sentiamo un gran bisogno di alleggerire il nostro peso sull'ambiente, ritrovare la pace e guardare al portafogli. Viaggiare e risparmiare energia è possibile, a partire dalla scelta del mezzo di trasporto, riscoprendo il treno anche per i viaggi oltre frontiera. Senza dimenticare le belle opportunità offerte anche dalla bici.

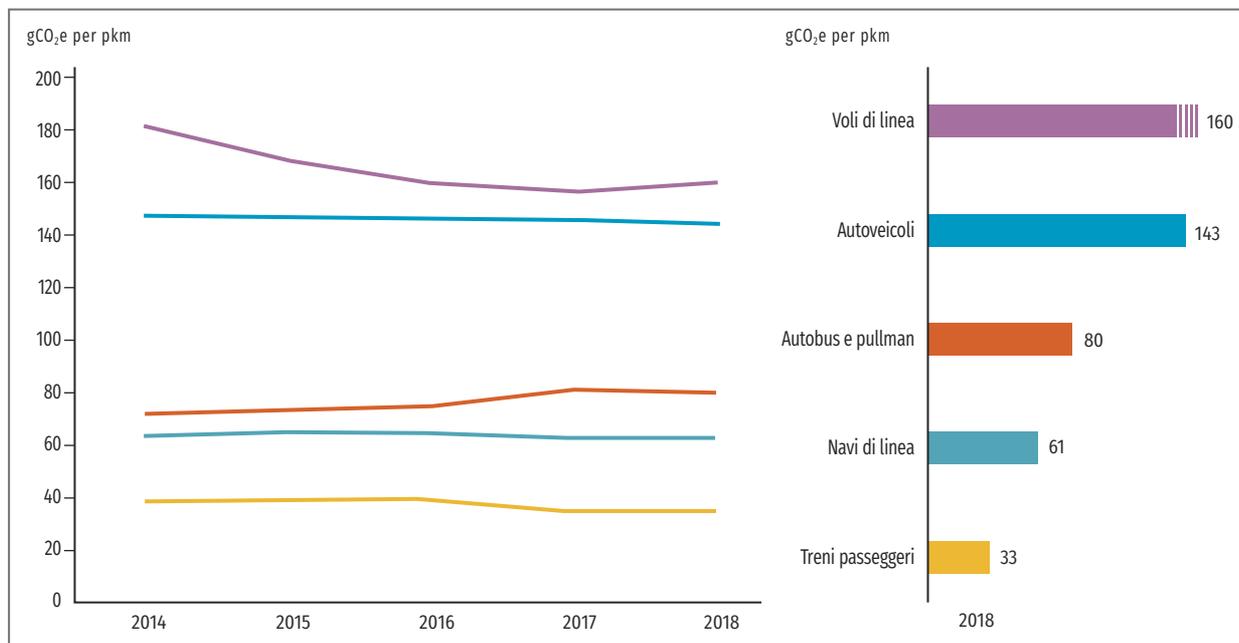
di Dario Scacciavento

Dopo due anni di pandemia, ci meritavamo di più. Doveva essere l'estate della riscossa, per darsi alla pazza gioia e rimettersi in viaggio spensierati, ma una nuova emergenza ha rovinato tutti i nostri piani. La guerra in Ucraina, con il crescente coinvolgimento delle forze belliche internazionali e la conseguente crisi economica, ci ha costretto a rivedere i nostri progetti. Il peso delle tensioni internazionali si sente sul piano emotivo, condiziona le nostre scelte, inibisce la propensione ai grandi progetti di viaggio. Le prenotazioni d'oltreoceano tentennano, l'inflazione mette alle strette gli operatori di settore e i prezzi dei carburanti pesano come un macigno sull'uso dei mezzi di trasporto. Fatta questa dovuta premessa siamo però con-

vinti che si debba continuare a viaggiare, in modo attento e consapevole, senza lasciarsi scoraggiare. Con un occhio al portafogli e uno al risparmio energetico, accogliamo la una nuova sfida del viaggiare consapevole: riscoprire i territori nazionali ed europei, alleggerendo il nostro peso sull'ambiente a sostegno dei territori. Ogni litro di benzina sprecato, così come ogni euro speso male, è un torto che facciamo al Pianeta e alla parte sana della nostra economia nazionale. Molte delle realtà che andremo a visitare, come quelle appartenenti alla *Guida Nomade*, il progetto che vede la collaborazione di Terra Nuova con *La Grande Via* di Franco Berrino ed Enrica Bortolazzi, lavorano attivamente per la biodiversità, la salute, l'evoluzione del-

le coscienze e la crescita culturale.

Ma oltre a scegliere la meta giusta, abbiamo il compito di pensare al viaggio stesso. Dal punto di vista tecnico l'aumento del costo della benzina e di tutti i combustibili fossili rappresenta la spinta ideale per una più convinta adesione a stili di vita più sobri e a modalità di viaggio a impatto ambientale ridotto. Ecco che per limitare l'impatto delle vacanze possiamo cominciare dallo scegliere i mezzi di trasporto alternativi. Chi ha scommesso negli anni passati sulla mobilità sostenibile oggi può raccogliere più facilmente i frutti di questo impegno. È il caso delle 25 *Perle delle Alpi* che si impegnano a offrire vacanze ecocompatibili all'insegna della mobilità dolce. Il marchio *Alpine Pearls* riunisce infatti alcune



▲ Nel confronto tra i mezzi di trasporto, il treno ha l'impatto ambientale più favorevole. I dati dell'Agenzia europea dell'ambiente tengono conto anche delle emissioni legate a produzione, trasmissione e distribuzione dell'energia e di fenomeni come l'abrasione dei freni. Fonte: Iea 2021

fra le più belle località turistiche delle Alpi, di 6 nazioni diverse, dalla Slovenia alla Svizzera, ma con ben 11 destinazioni italiane impegnate a promuovere vacanze ecocompatibili e soluzioni di mobilità innovative a tutela dell'ambiente. Nelle località Alpine Pearls si può arrivare comodamente in treno o in autobus, per poi usufruire di auto elettriche, biciclette, ebike e servizi navetta. Chi lascia l'auto direttamente a casa o chi non la usa durante la vacanza, consegnando le chiavi in hotel o all'ufficio turismo, potrà usufruire di una serie di vantaggi.

E ora si vola di meno

In termini di emissioni di gas serra, secondo gli studi commissionati dall'*Agenzia europea dell'ambiente* (Eea)¹ viaggiare in treno rappresenta la forma più ecologica di trasporto motorizzato di passeggeri. Il rapporto che esamina specificamente gli impatti del trasporto ferroviario e aereo giunge alla conclusione che il primo rappresenta in assoluto la modalità

di viaggio migliore e più sensata, a parte camminare o andare in bicicletta. Se si considera l'impatto per ogni chilometro percorso, le emissioni del trasporto aereo sono fino a cinque volte più elevate rispetto al treno e almeno due volte rispetto al bus. Ma anche viaggiare con un'auto a benzina o diesel, soprattutto se si viaggia da soli, potrebbe essere molto impattante, arrivando a una media di 140 g di CO₂ a passeggero, contro i 160 dell'aereo.

L'impennata del costo dell'energia ha un solo risvolto importante: ci fa capire quanto sia preziosa, quale sia il reale costo delle fonti fossili, quanta energia sprechiamo e quanta ne dovremmo risparmiare. Quale sarebbe il prezzo dei voli low cost se la politica, con i nostri soldi, non concedesse enormi sgravi fiscali alle compagnie aeree e alle aziende petrolifere? Per lunghi anni ci eravamo abituati a prezzi troppo bassi e abbiamo volato per lungo e per largo attorno al Pianeta, illudendoci di poter cancellare di colpo tutte le di-

stanze, le fatiche, uccidendo i tempi morti, e forse la nostra stessa capacità di percepire i paesaggi e fare esperienze profonde.

Negli ultimi due decenni il turismo è cresciuto a tal punto che è oggi responsabile, da solo, dell'8% delle emissioni globali di gas serra, percentuale dovuta all'aumento della domanda e al ricorso sempre più frequente di modalità di viaggio impattanti².

Adesso, però, la crisi internazionale segna un duro colpo alle compagnie aeree e alle crociere. Peccato che sia servita una guerra per accorgercene. Non c'è solo la cancellazione di voli per Kiev, Mosca o San Pietroburgo. Le compagnie aeree si stanno preparando a chiusure potenzialmente prolungate di importanti corridoi di volo Est-Ovest. I voli per l'Estremo Oriente, che di solito passano attraverso la Russia, oggi fanno deviazioni con rotte e tempi di volo più lunghi. Questo fenomeno non fa che aumentare il fabbisogno di carburante e quindi i costi per le compagnie. Tut-

ESTATE MACROBIOTICA
12 insegnanti in rappresentanza
delle migliori scuole italiane


WALKEATLOVE

13 SETTIMANE DI
VACANZE CONSAPEVOLI
NEL BOSCO SUL MARE

11 giugno - 10 settembre 2022
Riva dei Tarquini (VT)

TraTerra e Cielo
NONSOLOMARE2022

www.traterraeciolo.it - 379-1227725 · 331-9165832 - segreteria@traterraeciolo.it

to fa pensare che viaggiare via terra diventi sempre più competitivo anche nel breve-medio periodo. Del resto, scegliere viaggi più brevi, verso mete nazionali o europee, fa parte di un trend ampiamente consolidato durante gli anni della pandemia: il desiderio di riscoprire mete a corto raggio e un viaggiare più lento alla ricerca di maggiore autenticità.

Italia in carrozza

Si dice spesso che i treni costano troppo, ma in Italia, in realtà, i costi sono ancora abbordabili, soprattutto se si scelgono i treni regionali e si fa il paragone con i costi di autostrade e carburanti. Con un po' di pazienza si possono afferrare al volo delle offerte oppure usufruire di tariffe agevolate. Il nuovo biglietto promozionale *Italia in Tour 3 e 5*, per esempio, è valido per viaggiare 3 o 5 giorni consecutivi a partire dal giorno in cui si sceglie di dare inizio al viaggio, e consente di effettuare un numero illimitato di viaggi in seconda classe sui treni regionali, regionali veloci e metropolitani di *Trenitalia*, indipendentemente dall'origine e dalla destinazione del viaggio, ad esclusione del Parco delle Cinque Terre e delle tratte servite da *Trenord*.

Il biglietto per tre giorni consecutivi dalla data scelta costa 29 € per gli adulti e 15 per i ragazzi tra i 4 e i 12 anni. Non si tratta però del-

In termini di emissioni di gas serra, secondo gli studi commissionati dall'*Agenzia europea dell'ambiente*, viaggiare in treno rappresenta la forma più ecologica di trasporto motorizzato di passeggeri.

l'unico servizio promozionale a cura di *Trenitalia*. Sul sito della compagnia ci sono offerte di vario genere: per persone over 60, per gli under 30, per chi viaggia in coppia nei weekend o con la famiglia nei treni notturni. Non è facile districarsi tra tutte le scontistiche, bisognerà perdere un po' di tempo online per capire l'offerta più vantaggiosa rispetto alle proprie esigenze, a seconda dell'età e della modalità di viaggio.

Tra le proposte di viaggio in chiave turistica dell'Emilia Romagna segnaliamo in particolare gli itinerari *Trekking col treno*, la rassegna escursionistica promossa e coordinata da *Territorio Turistico Bologna-Modena* insieme al *Club alpino italiano (Cai)*, di cui *Trenitalia Tper* è partner. Fino al 4 dicembre sono state programmate 38 escursioni a piedi o in bici, tra i sentieri del territorio bolognese, da raggiungere con i treni regionali «Pop e Rock» alla scoperta di bellezze naturalistiche, antichi borghi e luoghi della memoria.

Si tratta di un'iniziativa non nuova, nata negli anni '90, per favorire il turismo verde, incentivare l'utilizzo del treno e valorizzare l'entroterra emiliano. La novità dell'edizione 2022 è però la collaborazione con la rassegna culturale estiva di *Appennino Crinali*. Nel corso delle escursioni di giugno, luglio e agosto sarà possibile assistere ai concerti organizzati dalla rassegna in collaborazione con l'*Unione appennino bolognese* in location suggestive, come i campi di lavanda a Rodiano o le grotte di Soprasasso nella Vallata del Reno. Crinali prevede la realizzazione di circa 200 eventi tra l'Appennino bolognese e il circondario imolese con 400 artisti coinvolti. Lungo i percorsi segnalati, ci si può lasciar sorprendere dall'assalto di musicisti, narratori, circensi e teatranti che appaiono all'improvviso quando si giunge in uno spazio suggestivo. Come elfi dei boschi, gli artisti appaiono e allietano il cammino, offrendo la loro narrazione o esibizione (www.trekkingcoltreno.it).

Il fascino antico delle rotaie

Il treno simboleggia il ritorno a un modo di viaggiare antico, che attraversa i territori e ci permette di esplorare i paesaggi dal finestrino. Per sottolineare la bellezza delle antiche ferrovie e dei vecchi tracciati che chiedono di essere valorizzati come linee turistiche, o trasformate in dolci *greenways* su cui camminare e pedalare, a fine maggio si è celebrata la *Giornata nazionale delle ferrovie delle meraviglie 2022*. Le ferrovie dismesse costituiscono un patrimonio di infrastrutture, opere d'arte, stazioni e caselli, unico e irripetibile. Diverse regioni hanno già rigenerato i vecchi sedimi ferroviari per offrire una nuova accoglienza turistica e ciclo-turistica: pedalare lontano dal traf-



▲ Treni in partenza dalla stazione di Stoccolma. La tratta Berlino-Stoccolma è percorribile comodamente con un treno notturno.

fico, immersi in panorami suggestivi lungo i binari delle vecchie ferrovie è un'emozione da provare (www.bikeitalia.it).

Tornando alle ferrovie non ancora abbandonate, dal 16 al 18 giugno ci sarà la *Maratona ferroviaria 2022*, una manifestazione dalla durata di tre giorni in un percorso da Roma a Matera, passando per Benevento, Foggia e Potenza, con l'obiettivo di promuovere il ripristino di tratte locali poco conosciute e da valorizzare (www.mobilitadolce.net).

Il treno ha ancora futuro, non c'è dubbio, ma è anche giusto cedere a un po' di nostalgia dei tempi che furono, con la rimessa in funzione, in rari giorni estivi, dei treni a vapore. Non certo ecologici sul piano delle emissioni, rappresentano un invito alla riscoperta e al fascino delle vecchie locomotive su tratte spesso discoste dalle rotte turistiche. Quest'anno è tornato sulle rotaie il treno storico a vapore tra i boschi e i dolci rilievi delle Langhe, del Roero e del Monferrato, tra i territori più affascinanti del Piemonte, ricchi di storia e tradizioni e per questo tutelati dall'Unesco. Un viaggio che attraversa le colline, tra i vigneti che producono vini conosciuti e apprezzati in tutto il mondo.

Il treno storico permette di raggiungere da Torino Porta Nuova i caratteristici borghi del territorio: Castagnole delle Lanze, Santo Stefano Belbo, Nizza Monferrato e Neive per arrivare a Canelli, capitale italiana dello Spumante. Qui i viaggiatori potranno visitare le Cattedrali Sotterranee, capolavori di architettura e ingegneria enologica, dove milioni di bottiglie sono lasciate a fermentare assumendo gli aromi e i sapori tipici dello spumante e dei vini.

I viaggi vengono effettuati a bordo delle gloriose carrozze «Centoporte» delle *Ferrovie Italiane* che prestarono servizio tra gli anni 1928 e gli anni '80 e sono una sorta di riproduzione su rotaia delle vecchie diligence trainate da cavalli che portavano i signori in giro per il Paese. Caratterizzate da numerose porte per ogni fiancata, per facilitare la rapida salita e discesa dei passeggeri, hanno i sedili interni in legno e offrono 78

posti. Fino all'11 dicembre 2022 sono previsti 24 appuntamenti, tutti con partenza da Torino Porta Nuova (www.trenolmr.com).

Sempre sul filo della nostalgia, spostandosi sull'altro lato della Penisola, saranno 20 gli eventi in treno storico previsti nel 2022 sull'itinerario Ancona-Fabriano-Pergola, dal 18 aprile al 18 dicembre. Di questi viaggi previsti, tre saranno effettuati con l'affascinante contributo di locomotive a vapore. Le carrozze Centoporte degli anni '30 sferragliano anche nel Sud Italia, percorrendo l'Alto Molise, in un itinerario panoramico da Sulmona (Aq), in Abruzzo, risalendo la Valle Peligna e il Colle

Mitra ed entrando nel territorio del Parco Nazionale della Maiella (informazione sui treni storici in Italia su: www.fondazioneefs.it).

La riscoperta dei treni notturni

Se pensiamo ai viaggi in treno dobbiamo riavvolgere il nastro della storia. Con l'espansione delle ferrovie, nel corso del diciannovesimo secolo, divenne presto possibile per un unico treno trasportare passeggeri per molte ore o, nel caso di viaggi transcontinentali, anche per molti giorni. Negli anni '30, la *Compagnie internationale des Wagons-Lits* (società internazionale di vagoni letto, nota



▲ Per chi volesse provare il fascino di viaggiare su un treno storico, potrà farlo partendo da Torino Porta Nuova, attraversando i caratteristici borghi del territorio: Castagnole delle Lanze, Santo Stefano Belbo, Nizza Monferrato (nella foto) e Neive, per arrivare a Canelli, capitale italiana dello Spumante.



▲ Sulle celebri carrozze «Centoporte» degli anni '30 si può percorrere l'Alto Molise in un itinerario panoramico che da Sulmona (nella foto), in Abruzzo, risale la Valle Peligna e il Colle Mitra, entrando infine nel territorio del Parco nazionale della Maiella.



▲ Negli ultimi dieci anni abbiamo assistito a un drastico calo di treni notturni, ma alcune compagnie, come l'austriaca Öbb, offrono nuovi comodi servizi come i «Night jet».



▲ Scorcio su Carcassonne (Francia), città dell'Occitania dove esistono offerte sconto sui treni regionali.

anche come *Wagons-Lit*) aveva costruito una flotta di oltre duemila veicoli per fornire una rete di treni notturni per tutti i paesi europei dai confini occidentali fino a Istanbul o addirittura ad Aleppo, in Siria. I treni notturni rimasero la modalità di viaggio privilegiata in Europa almeno fino alla seconda guerra mondiale, dopodiché l'aviazione commerciale iniziò a crescere e, parallelamente, prese il largo la diffusione delle automobili e della rete autostradale. La maggior parte dei collegamenti venne quindi bruscamente interrotta. Alla fine degli anni '60 la compagnia iniziò ad attraversare una crisi economica e la società vendette o noleggiò le sue carrozze a diversi gestori di linee ferroviarie nazionali. Ogni nazione iniziò a fare per conto suo.

È innegabile che in quasi tutti gli Stati membri dell'Ue, l'importanza della ferrovia sia diminuita negli ultimi decenni a vantaggio della mobilità su gomma e delle tratte aeree. La ferrovia rappresenta solo l'8% del trasporto passeggeri e, in particolare, si sono ridotti proprio i servizi ferroviari internazionali. Il rapporto del *Germanwatch* pubblicato alla fine del 2020 descriveva il sistema ferroviario europeo come un mosaico di sistemi nazionali, spezzettato e senza una strategia comune³. Se fino agli anni Ottanta era abitudine prendere un treno alla sera e risvegliarsi in un paese straniero al mattino, negli anni Duemila abbiamo assistito a una progressiva dismissione proprio dei servizi ferroviari transfrontalieri. Dal 2010 è ulteriormente diminuito il numero di treni notturni che offrono posti letto. Il para-

Casa Payer: suggestiva cascina di pietra, a conduzione vegana. È il nostro progetto di vita che condividiamo con gli ospiti proponendo soggiorni ecosostenibili e cucina vegetale casalinga.
www.casapayer.it
Paola 3479384034 - Luca 3479384035



Agricampeggio Macaria: dedicato a chi ama fare campeggio come una volta ma con qualche confort in più, tra ulivi resistenti cicale e terra rossa
Salento - Litoranea Gallipoli-Leuca, Capilungo
www.macariacamp.com
Tel 388 487067211

Relax Ospitalità per le tue vacanze con Workshop di Ceramica nelle verdi colline parmensi
www.gabbianostudiopottery.it
ceramicacross@gmail.com
bbcivico75@gmail.com
Tel 340 3891874 - 329 3353532



23-30 Luglio Favignana

Meditazione e Autoconoscenza
per ragazzi e adulti

Per informazioni:
3397962277 | vitarmonica.it

50 anni di Interrail

Guardando all'Europa, l'Interrail è un concetto familiare a chi ha già qualche capello bianco in testa, abituato a viaggiare con zaino e sacco a pelo. Sono passati, gli anni! Per l'esattezza cinquanta. Quest'anno si celebra il giubileo del biglietto Interrail. Creato nel 1972, e simbolo di libertà di almeno due generazioni, l'Interrail Pass fu ideato per incoraggiare i giovani europei alla costruzione di una nuova comunità, legandosi a valori ed esperienze comuni. Da allora, oltre 10 milioni di viaggiatori europei hanno ampliato i loro orizzonti, girando di città in città, per conoscere il

patrimonio delle diverse culture europee attraverso 250 mila chilometri di binari diramati in 33 paesi. Nel corso degli anni l'Interrail ha perso un po' della sua attrattiva, subissato dall'invasione dei voli a basso costo, favoriti dalle riduzioni sulle accise del carburante a beneficio delle compagnie aeree. Nel corso del tempo si è trasformato in una serie di offerte calibrate sulle diverse esigenze di viaggio. Il biglietto più venduto rimane quello che dà percorrenza illimitata per 7 giorni all'interno del mese. È la scelta più adatta per chi sceglie da 6 a 8 destinazioni, e ha un costo di 251 euro. Ma esistono anche altre opzioni a partire da 185 euro.

dosso è evidente: nel periodo della globalizzazione più spinta, invece di aprirci al mondo e andare verso l'integrazione dei servizi siamo tornati a chiuderci dentro le nostre frontiere. Dei 365 collegamenti ferroviari transfrontalieri messi in campo in Europa, nel 2018 ne erano rimasti solo 216 e nemmeno tutte le capitali europee erano collegate da servizi ferroviari diretti. Negli ultimi quattro anni però qualcosa è cambiato e, anche se l'integrazione dei servizi non è ancora perfetta, ci sono società di gestione del trasporto ferroviario che hanno fatto passi da gigante.

Una delle aziende di trasporto più attive nei servizi notturni transnazionali è la Öbb, l'ente ferroviario austriaco, che ha rilanciato nuove rotte e attivato i *Nightjet trains*, offrendo un esteso servizio notturno attraverso l'Europa. La linea ad alta velocità dell'Austria è considerata la più puntuale e una delle più green, visto che il 100% dell'energia elettrica che utilizza è prodotta da fonti rinnovabili. Da Parigi ad Amsterdam, da Bruxelles a Colonia, fino a Milano e Roma. Il concetto promosso sulle brochure di presentazione sembra andare incontro alle esigenze dei giovani: puoi approfittare per viaggiare di notte, in modo da poter vivere la città di giorno. Qualcosa si sta muovendo anche negli altri paesi grazie alla collaborazione con le altre aziende nazionali, la *Deutsche Bahn*, la Sncf francese, *Ferrovie federali svizzere* e la compagnia ferroviaria statale dei Paesi Bassi.

Per chi ama le rotte nordiche, e vuole evitare l'aereo, esiste un interessante servizio notturno della compagnia ferroviaria svedese *Snälltåget* Stoccolma-Berlino, che passa per Amburgo, Copenaghen e Malmö. I viaggiatori non dovranno preoccuparsi dei controlli notturni, possono dormire sonni tranquilli e risvegliarsi al mattino dall'altra parte del Mar Baltico.

Spingendosi verso Est, ma non troppo, ci sono interessanti treni notturni che collegano Praga a Varsavia o Cracovia in circa nove ore, giusto il tempo per un sufficiente riposo. Oppure si può salire sull'*Euronight Croazia*, che corre ogni giorno con due tratte da Monaco di Baviera o Zurigo fino a Zagabria, ma che in estate prolunga il viaggio fino a Fiume (Rijeka).

Velocità a emissioni ridotte

Prendere il treno non vuol dire sempre e solo viaggiare lento. Le linee ferroviarie soddisfano anche viaggiatori d'affari, quelli per cui il tempo è denaro, e vengono incontro all'esigenza, diciamo così, di gran parte dei viaggiatori

che oggi fanno delle vacanze sempre più brevi. I treni in Europa sono diventati di fatto concorrenziali rispetto agli aerei, anche in termini di rapidità. Grazie ai treni *Eurostar*, con un costo a partire da 66 €, la tratta tra Londra e Parigi può essere coperta in sole due ore e mezzo. Per collegare Madrid a Barcellona, su una distanza di ben 804 km, i treni *Ave (Alta velocidad española)* impiegano meno di tre ore. Da Bruxelles ad Amsterdam, con il *Thalys*, si viaggia in un'ora e quarantacinque minuti. Quanto a velocità, anche l'Italia non è da meno: da Milano-Roma si va in sole due ore e cinquanta minuti, contro le quasi 4 ore dell'aereo, mentre da Firenze si arriva a Roma in un'ora e mezza. Insomma, a molti l'alta velocità potrà anche non piacere, ma questo servizio rimane sicuramente un modo più sicuro ed ecologico di viaggiare all'interno di tutti i paesi europei.

BELLARIA - RIVIERA ROMAGNOLA




Hotel Villa Claudia








Vieni in Vacanza da Noi,
 il primo hotel etico della Romagna,
 e farai parte del nostro patto con l'ambiente!
 Scopri di più su www.hotelvillaclaudia.it

Perché scegliere noi?



Attenzione all'ambiente



Cucina tradizionale, vegana o vegetariana



Direttamente sul mare

Un hotel dal cuore romagnolo
 con in più una grande missione:
 contribuire a rendere il mondo
 un posto migliore

Uno sconto magico per te che sei lettore di Terranuova. Scoprilo attraverso questo qr code



HOTEL VILLA CLAUDIA
 Via Bolzano, 16 - 47814 Bellaria(RN)
 Tel. e Fax (+39) 0541.345066
 info@hotelvillaclaudia.it
 www.hotelvillaclaudia.it