

dal 1977
Terra Nuova
 n° 374 · SETTEMBRE 2021

Slow Food:

**SVOLTA
 AL FEMMINILE!**

Intervista esclusiva
 alla nuova presidente

Barbara Nappini



Buddhà bōw

SCOPRI il piatto unico
 DELL'EQUILIBRIO



**L'Almanacco
 di SETTEMBRE**



STACCA E APPENDI!!

**Pietro Leemann:
 «IL CIBO È SACRO»**



ECODETERGENTI

Tutti i segreti per
 pulire al naturale

- **SPECIALE BIO** Nutrire il futuro
- **TAI CHI** Il boom in Italia
- **SCUOLA** Le idee per cambiare
- **SENZA PANNOLINO** Come educare al vasino
- **COVID-19** La relazione medico-paziente
- **REDDITO DI BASE** Rivoluzione del welfare?

€ 4,00 Rivista in carta riciclata Steinbeis Silk - certificazione Fsc®, Der Blaue Engel, Ecolabel Ue



Questo numero è stato chiuso
il 4 agosto 2021

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:

Renata Alleva, Nicholas Bawtree,
Filippo Bellantoni, Fiorella Belpoggi,
Franco Berrino, Gabriele Bindi, Claudia Benatti,
Mario Catania, Francesca Della Giovampaola,
Alessandra Denaro, Lucio Elio, Francesca Luise,
Maria Grazia Mammuccini, Francesca Mastracci,
Manlio Masucci, Cristina Michieli,
Alessandra Miraglia, Ludovica Mollona,
Silvia Moro, Loris Reginato,
Nadia El Hage Scialabba, Vandana Shiva,
Carlo Triarico, Federico Zenoni.

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

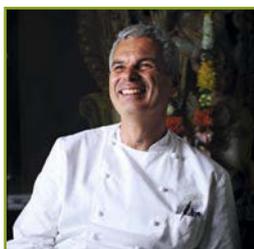


In copertina: foto di Filippo Bellantoni

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



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



9 PRIMO PIANO
PIETRO LEEMANN
Ogni cibo è sacro
La cucina veg dello chef stellato,
tra spiritualità e gusto
NICHOLAS BAWTREE



14 SPECIALE BIO
Cibo: il sistema dei sistemi
MANLIO MASUCCI

Brutti, ma buoni
L'iniziativa di Ecor NaturaSi
e Legambiente per ridurre
gli scarti alimentari bio
GABRIELE BINDI

Ma quale moda! La biodinamica
è una scelta vincente
GABRIELE BINDI



30 RICETTE
Buddha bowl:
il piatto unico dell'equilibrio
Quattro ricette gustose
con ingredienti di stagione
FRANCESCA LUISE

37 ECOCOSMESI
La casa igienizzata
Come pulire, disinfettare e igienizzare
gli ambienti domestici senza errori
ALESSANDRA MIRAGLIA



42 GENITORI E BAMBINI
Senza pannolino: si risparmia e
si rispettano ambiente e salute
BEATRICE SALVEMINI



44 BENESSERE
Tai Chi, arte di lunga vita
Una disciplina per il benessere
psicofisico, adatta a tutte le età
CLAUDIA BENATTI

48 LA GUIDA NOMADE
L'incontro con il mistero
della vita
Perché è importante osservare
e studiare l'irrazionale
FRANCO BERRINO



52 ECOTURISMO
Viaggiare senza bussola
Perdersi nella natura per ritrovarsi
diversi. L'esperienza di Franco Michieli.
MARIO CATANIA

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

L'ALMANACCO
DI TERRA NUOVA

SETTEMBRE
Il rimedio del mese
La vite
SILVIA MORO

61 SOCIETÀ
Slow Food: svolta al femminile
Intervista a Barbara Nappini,
la nuova presidente di Slow Food
NICHOLAS BAWTREE



68 MEDIA
Come rendere i social network di nuovo sociali?
MeWe: la piattaforma social senza censura, che tutela la privacy
NICHOLAS BAWTREE

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



76 ATTUALITÀ
Reddito di base, una rivoluzione del welfare?
GABRIELE BINDI

80 SALUTE
«In completa sicurezza»: il mantra dell'era Covid
Le riflessioni del dottor Riccardo Ortolani, medico per l'umanizzazione della medicina
Complessità: ripensare la relazione medico-paziente
Intervista al sociologo e saggista Ivan Cavicchi
CLAUDIA BENATTI

88 SCUOLA
Scuola, perché è così dura cambiare?
ALEXIS MYRIEL

93 Pv PAGINE VERDI
TUTTI I CONTATTI E GLI EVENTI DEL MONDO ECO-BIO-SOSTENIBILE

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

102 TERRA NUOVA DEI LETTORI
I lettori raccontano la loro esperienza con l'ecologia

103
i libri di
Terra Nuova
AUTUNNO INVERNO 2021

116 SPUNTI DI VISTA
Food System: un summit a «menu fisso»
OLIVIER DE SCHUTTER,
MICHAEL FAKHRI, HILAL ELVER

Terra Nuova

n. 374 (172) settembre 2021
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:

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

Iscrizione camera commercio 00746350149
CdA: Luca Spree (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 Claudì
abbonamenti@terranuova.it

Abbonamento Italia (11 numeri): € 38,00

Abbonamento biennale (22 numeri):
€ 65,00 (anziché 76,00)

Abbonato regala abbonamento:
€ 35,00 (anziché 38,00)

Rinnovo + abbonamento in regalo:
€ 68,00 (anziché 73,00)

ARRETRATI

dal numero 1 al 50 € 7,00
dal 51 in poi € 5,00

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, nelle fiere di settore o per abbonamento.

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

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 rispettosa delle risorse naturali.

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

Il marchio **FSC® (Forest Stewardship Council®)**, creato per iniziativa di numerose associazioni tra cui **Greenpeace**, assicura una gestione forestale responsabile secondo rigorosi standard sociali, ambientali ed economici.

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.



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!



Verde. Sempre.

Terra Nuova

Via libera all'ecologia **totale**

Scegli l'abbonamento più adatto a te

CARTA

€ 38

e il digitale
te lo regaliamo
noi

DIGITALE

€ 27,99

la rivista
sempre a portata
di mano

REGALO

a partire da
€ 35

dona
un anno di
consapevolezza

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. 92 per i dettagli



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

- Abbonamento annuale (o regalo 1 abbonamento): € 38 (Carta + Digitale)
- Abbonamento biennale: € 65 (Carta + Digitale)
- Sono abbonato e regalo 1 abbonamento annuale: € 35 (Carta + Digitale)
- Abbonamento + abbonamento regalo: € 68 (Carta + Digitale)
- Abbonamento annuale estero (Carta + Digitale): € 65 (in Europa); € 85 (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

Guarda in alto!

Il tuo viaggio **green**
da oggi è più leggero

Se ti abboni a **Terra Nuova**
SPEDIZIONI
GRATUITE SEMPRE
per l'ordine di libri
su www.terranoovalibri.it



Scopri come abbonarti su:
abbonamenti.terranoovalibri.it

Il cervello umano non riesce a vivere in uno stato di perenne incertezza per il futuro. Questo induce infatti una stimolazione continua della *corteccia cingolata anteriore*, la parte dove avviene l'elaborazione inconscia del pericolo, che alla lunga può portare a gravi disturbi psichici. È per questo motivo che, come spiega bene il neuroscienziato Sébastien Bohler, il cervello reagisce ricorrendo a brevi momenti di tregua, che potremmo chiamare *micro-certezze*, per compensare il senso generale di smarrimento con eventi circoscritti, prevedibili e rassicuranti.

Si tratta di un meccanismo antichissimo che risale ai primati e che consentiva, già ben prima della comparsa dell'*homo sapiens*, previsioni a breve termine legate per esempio ai piaceri del cibo o del sesso. Oggi dobbiamo farci i conti in ben altri contesti.

Pensiamo alla dieta moderna. Per la prima volta nella storia dell'umanità, il numero di morti per sovrappeso, obesità, diabete e malattie cardiovascolari ha superato quello di chi muore per fame o malnutrizione: stiamo parlando di 3 milioni di vittime l'anno. E recenti studi ci mostrano che la cattiva alimentazione, che è uno dei fattori che maggiormente determina queste patologie, è strettamente legata a sentimenti di incertezza per il futuro. Come se non bastasse, quelle stesse scelte alimentari contribuiscono a creare danni ambientali e sociali. Ci troviamo in un circolo vizioso: affondiamo i denti in un succoso hamburger per calmare la nostra angoscia, mentre in tv passano immagini della devastazione ambientale causata dagli allevamenti intensivi.

Ma il problema va molto al di là della nostra dieta. Le micro-certezze sono diventate un elemento sempre più pervasivo nelle nostre vite, alimentando anche altre industrie, come quella dell'intrattenimento, che si tratti di pornografia, di serie televisive o di social media, e quella farmaceutica, con la vendita di psicofarmaci alle stelle.

Anche la politica talvolta sfrutta questo meccanismo, come nel caso dell'emergenza sanitaria in atto. Puntando tutto sulla soluzione vaccinale invece che su strategie integrate, fa leva sul senso di incertezza generale e sul sollievo che deriva dall'idea che la prevenzione farmacologica sia risolutiva, alimentando al contempo una grave lacerazione sociale.

Se vogliamo uscire dalla trappola, dobbiamo prendere consapevolezza del nostro profondo bisogno di dare una prospettiva a lungo termine alla nostra esistenza.

Riconquistare il territorio che ci è stato progressivamente sottratto può richiedere un notevole sforzo di volontà, ma se iniziamo con dei piccoli passi ci prenderemo gusto. Scopriremo che il buon cibo riesce a darci un piacere immediato ma anche a tenerci in salute, che coltivare un piccolo orto è ben più delle verdure che raccogliamo, che la medicina naturale va oltre la cura dei sintomi. E che un pensiero ecologico non è un'ideologia o una moda, ma piuttosto una visione del mondo che mette al centro la complessità del vivente, le sue innumerevoli sfumature e i suoi delicati equilibri.





L'ECOCO DEL MESE

SETTEMBRE



mar 7



lun 13



mar 21



mer 29

n° 59 - Settembre 2021

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

Incontriamoci al Sana!



9-12 SET

ANCHE QUEST'ANNO TERRA NUOVA SARÀ AL SANA, la fiera degli stili di vita sostenibili che si terrà a Bologna dal 9 al 12 settembre, dove avrà un ampio stand all'interno del padiglione 37, nell'area «alimentazione». E lì vi aspetterà con la rivista, i libri e le ultime uscite. Ma non finisce qui: Terra Nuova è anche partner dell'iniziativa di *Effegi* e *Sapore di Sole* che, sempre presso il padiglione 37, stand B34-C33/C34-D33, organizza i seguenti incontri:

- «Agricoltura biodinamica come rigenerazione del terreno», incontro con Carlo Triarico, Ginevra Lombardi, Giovanni Dinelli, Emanuele Tellini.
- «Medicina dal cibo», incontro con Andrea Pitrelli.

- «Alimentazione naturale», incontro con Francesca Andreazzoli.
- Gabriele Bindi presenta *Il cibo ribelle* (Terra Nuova Edizioni).
- Renzo Agostini presenta *Una vita da Bio!* (Om Edizioni).
- Presentazione rivista Terra Nuova, con Nicholas Bawtree (direttore responsabile).
- Presentazione rivista Biolcalenda.
- «In cucina con...» chef Emanuele Di Biase, chef Manfredi Rondina e Taognam.

Per saperne di più: www.terranuova.it/sana2021

effegi {
food & care

Sapore di Sole
SAI COSA MANGI

Conoscenza, giustizia e salute

18-19 SET

L'ASSOCIAZIONE «LIBERI SI NASCE» organizza per il 18 e 19 settembre il convegno dal titolo «Scienza e (in)coscienza del sistema».

L'evento si terrà al *Bella Italia Village*, in viale Centrale 29, a Lignano Sabbiadoro. Tra i relatori anche i dottori Mariano Amici e Massimo Pietrangeli, e gli avvocati Thomas Cesaro e Nino Moriggia.

Qui il programma completo e le modalità di iscrizione: www.liberisinasce.it



Libertà di scelta terapeutica

9 E 25 SET

BEN DUE APPUNTAMENTI organizzati dall'associazione *Percorsi Bio Salute* si terranno a inizio e fine settembre: il primo è previsto per il 9 e sarà dedicato agli adolescenti e alla consapevolezza nella scelta delle cure (ore 18.30); il secondo si terrà il 25 e avrà come titolo «Libertà di scelta terapeutica: un confronto da riconquistare».

Luoghi e modalità di partecipazione saranno comunicati scrivendo all'e-mail salute@percorsibiosalute.it e si atterranno alle disposizioni che saranno in vigore in quel momento.

Info: www.percorsibiosalute.it



IN AGGIORNAMENTO

Su terranuova.it/agenda e facebook.com/terranuovaedizioni trovi il calendario aggiornato dei nostri eventi, webinar e dirette. FAI CIRCOLARE L'ECOLOGIA!

Consenso informato: in difesa della scuola

11 SET

SI TERRÀ A TREVISO, al centro congressi dell'Hotel Maggiore Consiglio di via Terraglio 140, il convegno dal titolo «Covid-19, il consenso informato tra emergenze epidemiologiche ed emergenze democratiche», organizzato da un gruppo di cittadini di Salzano e del Noalese (Venezia) impegnati nella difesa della scuola. Relatori saranno i professori Alessandro Negroni, Marco Mamone Capria e Daniele Trabucco, oltre a Luca Scantamburlo, al medico Fabio Franchi e alla biologa Chiara Ciavarelli.

Ingresso libero su prenotazione: consenso.informato.tv@gmail.com

Clima: partita la causa allo Stato

GIUDIZIO UNIVERSALE, UNA COALIZIONE DI OLTRE DUECENTO REALTÀ tra cui Terra Nuova, ha intentato causa allo Stato per inadeguatezza delle misure di contrasto alla crisi climatica. La causa è stata notificata il 5 giugno alla Presidenza del Consiglio dei Ministri e depositata presso il Tribunale Civile di Roma, foro competente. La prima udienza è fissata per il 4 novembre, benché sia possibile anche un rinvio, e sarà preceduta dal deposito del fascicolo che conterrà le posizioni dello Stato.

«L'obiettivo dei promotori è ottenere che il Governo recepisca il più in fretta possibile l'urgenza di agire in ambito climatico, prendendo le misure necessarie» spiega Marica Di Pierri, una dei portavoce della coalizione. «Gli obiettivi italiani di riduzione sono del tutto inadatti a centrare gli obiettivi di contenimento delle temperature previsti dall'Accordo di Parigi. Auspichiamo che il tribunale lo riconosca e che riconosca anche che ciò comporta la violazione dei diritti umani delle generazioni presenti e future. Una dichiarazione di non ammissibilità sarebbe in controtendenza rispetto al trend in atto: la possibilità di portare questi temi in tribunale e la competenza dei giudici a pronunciarsi in merito si va consolidando ormai in tutto il mon-



do. In Olanda, Germania, Francia, Irlanda, Belgio cause legali con le medesime finalità sono non solo state dichiarate ammissibili, ma hanno visto riconosciute dai giudici le ragioni dei ricorrenti. Si tratta di vittorie storiche che hanno aperto la strada a quella che viene ormai definita la via legale alla giustizia climatica. Queste sentenze si sono tradotte nell'ingiunzione, per i governi, di varare politiche climatiche più ambiziose. È ciò che ci attendiamo anche dai giudici italiani».

➔ Sul sito della campagna www.giudiziouniversale.eu è attivo un appello che possono firmare tutti coloro che si riconoscono nelle finalità dell'azione legale.

 **INCONTRA GLI AUTORI DI TERRA NUOVA** Catalogo completo su www.terranuovalibri.it

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.



8, 15 E 22 SETTEMBRE, ONLINE

Martin Halsey, autore di *Come difendersi dai virus e Cucina che cura*, nonché co-autore di *La mia cucina contro il cancro*, l'8 settembre terrà il workshop online dal titolo «Crisi di guarigione, sfoghi e come attenuarli»; il 15, sempre promosso dalla sua scuola di cucina macrobiotica *La sana gola*, sarà la volta di «Impacchi per attenuare dolori, edemi, infiammazioni croniche e sciogliere masse» con Paul Lambeth; il 22 è la volta di «Agopuntura: scoprire il potere dei Tsubo» con Michael Rossoff. Su piattaforma Zoom alle 20.30 alle 22.00.

Per iscrizioni: www.lasanagola.com/events/mese.

9 SETTEMBRE, ONLINE

Micaela Fusi ed Elisa Cardinali, co-autrici di *Le emozioni nel piatto. Affrontare la fame emotiva e scegliere il cibo del buonumore*, terranno una presentazione online del libro sul sito di Bioearth (www.bioearth.it/it/corporate). Orario: 18.30.



26 SETTEMBRE, MILANO

Cristina Lorimer, autrice di *Insieme si impara a stare insieme*, parlerà di «Emozioni, relazioni, comunità: riflessioni, risorse e percorsi per l'educazione a partire dall'esperienza della Scuola Città Pestalozzi di Firenze» nell'ambito della sesta edizione di «Hai visto un re?», festival dei librai indipendenti. Orario: 15.30.

Presso il parco della biblioteca di Chiesa Rossa.



30 SETTEMBRE, ONLINE

Giovedì 30 settembre, alle ore 21.00, si terrà l'evento online dal titolo «I biocarburanti nella mia auto diesel» con l'esperto Roy Virgilio.

Virgilio è anche autore del libro *Biocarburanti fai da te*. La diretta streaming sarà trasmessa sul canale youtube e sulla pagina Facebook di Terra Nuova. Roy Virgilio ci spiegherà come i biocombustibili possano dare un contributo concreto e reale per rallentare l'aumento di CO₂ nell'aria, migliorare le condizioni di salute del nostro Pianeta e garantire la continuazione. E illustrerà cosa sono i biocarburanti, come sono fatti, dove si possono acquistare, come si possono autoprodurre, quanto costano e parlerà del loro impatto effettivo, oltre all'utilizzo senza fare modifiche all'auto.



PaLco FLuviaLe

28-29 AGO / 4-5 SET NELLA BELLISSIMA CORNICE del Parco Fluviale San Salvatore a Bucine, in provincia di Arezzo, si terrà l'evento «PaLco FLuviaLe - Festival di Teatro, Musica e Arte», con spettacoli, incontri e conversazioni sulla sostenibilità ambientale, l'educazione e la sostenibilità sociale. Con laboratori per bambini e adulti, esperienze sensoriali nell'ambiente del parco.

Un progetto di Diesis Teatrango - Teatro di Bucine, con la collaborazione di Terra Nuova, Arci Valdarno, Comune di Bucine, Regione Toscana e il sostegno del Ministero della Cultura.

➔ www.terranuova.it/palcofluviaLe2021

 **ECO-FIERE DEL MESE**
VENITE A TROVARCI ALLO STAND 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.

9-12 SETTEMBRE

SANA BolognaFiere Salone internazionale del biologico e del naturale

17-19 SETTEMBRE

Agriumbria Bastia Umbra (Pg)

Mostra Mercato Nazionale della filiera agrozooolimentare

18 SETTEMBRE

Macrolibrarsi Fest A Cesena e online

Festival della salute del corpo, della mente e dello spirito

18-19 SETTEMBRE

Natura Bio Correggio (RE)

Mostra mercato di produttori agricoli bio e prodotti naturali

18-19 SETTEMBRE

L'isola che c'è Villa Guardia (Co) Fiera delle economie solidali

18-19 SETTEMBRE

Oriente Day Parco Tittoni - Desio (Co) Festival di Mente, Corpo e Spirito

25-26 SETTEMBRE

Piante e animali perduti Guastalla (RE)

Mostra - mercato di varietà antiche e tradizionali

25-26 SETTEMBRE

Chiarissima Chiari (Bs) Festival del Ben-Essere



Foto © Lucio Elio

Profonda, evocativa e pratica al tempo stesso: la visione del cibo e della cucina di Pietro Leemann, cuoco vegetariano da una stella Michelin, integra spiritualità, sostenibilità e piacere del palato, tre dimensioni fondamentali su cui si fonda Joia, il ristorante milanese che ha fondato alla fine degli anni '80, e l'accademia di formazione per cuochi cruelty free.

PIETRO LEEMANN

Ogni cibo è sacro

di Nicholas Bawtree

Una scelta di vita radicata in una spiritualità profonda e la consapevolezza di far parte di un mondo vivente in cui non siamo «al di sopra» di ciò che ci circonda, ma parte integrante di un equilibrio armonico che va ricercato e nutrito, anche riparato quando necessario: è ciò che emerge più potentemente di Pietro Leemann quando lo ascolti e ti accompagna attraverso il suo percorso di crescita umana personale, che lo ha portato non solo a essere uno dei più autorevoli chef vegetariani d'Italia e d'Europa, ma anche uomo di coerenza, che esprime nel quotidiano di ogni sua azione il suo profondo rispetto e il suo amore per l'ambiente, la natura, gli animali e l'essenza dell'essere umano.

Il suo ristorante, a Milano, ha un nome evocativo: *Joia*. Dal 1989, anno dell'apertura, a oggi ha percorso con grandissimi successi una strada niente affatto scontata, arrivando nel 1996 a ricevere, primo ristorante vegetariano in Europa, la stella *Michelin*. Leemann ha poi dato vita alla *Joia Academy*, con cui organizza corsi specifici, e all'iniziativa *The vegetarian chance*, con un concorso aperto a cuochi che vogliono cimentarsi nella sfida di una cucina cruelty free; da qualche anno è stato scelto come responsabile della qualità per il gruppo *EcorNaturaSi*.



Con il cibo ci si mette in gioco e si capisce se ciò che si ha nel piatto ci corrisponde oppure no: accade tutta la vita e tutti i giorni. Quindi ogni giorno è un'opportunità di cambiamento.

Lo abbiamo intervistato per proporre una visione a tutto tondo della sostenibilità, che diventa modo di essere e di agire, non solo di pensare.

Pietro Leemann, lei è stato capace di rimettere in discussione sistemi e precetti con l'armonia che ha introdotto nella sua cucina. È partito in giovane età dall'interesse per la cucina tradizionale italiana e francese, poi è scattato qualcosa che l'ha sospinto nella direzione di una scelta vegetariana, etica e di salute. Ci vuole raccontare questo passaggio cruciale?

Fin da ragazzino, avevo circa dodici anni, ho sempre provato una grande passione per ciò che era spiritualità e mi sono immerso in ambienti religiosi che avevano per me una forte suggestione. I miei genitori sono atei e io, forse per contrapposizione, ho sentito l'esigenza di dare risposta a quel bisogno; conoscevo una suora che mi passava di nascosto libri sulla storia di Gesù e sulla

cristianità. La mia trasformazione è partita da lì ed è poi proseguita qualche anno dopo durante i miei soggiorni in Oriente, dove mi sono immerso in quelle religioni e filosofie, aderendo alla cultura millenaria del *Vaishnavismo*, legata ai *Veda* dell'India antica.

Da giovanissimo avvertivo una frattura tra ciò che di spirituale e profondo vivevo nella mia intimità e ciò che poi facevo nella vita ogni giorno. Studiavo e cucinavo, ma quanto incontravo non corrispondeva a ciò che sentivo dentro. A un certo punto questa divisione non era più sostenibile e per ritrovare una coerenza dell'essere e del vivere ho ricercato una strada che mi permettesse di costruire la mia armonia. Mi sono dunque avvicinato alla cucina e al cibo vegetali e biologici, che mi permettevano di praticare il rispetto per l'ambiente e per tutti gli esseri viventi, in modo che ciò che mangiavo e cucinavo fosse in sintonia con

ciò che provavo e che ero, e lo alimentasse. Per questo ritengo che cucinare sia una grande responsabilità, avendo un forte impatto sugli altri e sul Pianeta. E che sia anche un modo per continuare a migliorare se stessi e le relazioni con tutto il resto che ci circonda; ho unito così quelle due parti di me che, divise, soffrivano. E ho individuato uno degli splendidi elementi che abbiamo a disposizione per trasformarci ed evolvere: il cibo che viene da una terra sana, non macchiato da crudeltà.

Sia chiaro: parlando di tutto questo non voglio fare proselitismo. Ognuno di noi ha dentro di sé qualcosa di innato che ci fa sentire ciò che è meglio per noi; dovremmo riappropriarci della capacità di ascoltarlo per poi perseguirlo. Con il cibo ci si mette in gioco e si capisce se ciò che si ha nel piatto ci corrisponde oppure no: accade tutta la vita e tutti i giorni. Quindi ogni giorno è un'opportunità di cambiamento.